

87- Aportes de la Logoterapia a la Musicoterapia y en la formación del musicoterapeuta. Maria Elena Lopez Vinader/ARG.¹

“EL SENTIDO DE LA MUSICA Y LA MUSICA DEL SENTIDO”

Resumen:

En este trabajo se abordara en forma teórica y se ilustrara con casos clínicos, como la Logoterapia creada por el Dr. Viktor Frankl ayuda en el tratamiento de Musicoterapia a descubrir el sentido en la vida a pesar de limitaciones como el autismo, la depresión, la ceguera y su importancia como valor transversal en la formación del musicoterapeuta.

La Logoterapia y el Análisis Existencial tienen como objetivo ayudar a las personas a encontrar un sentido en sus vidas a pesar de cualquier adversidad. Los musicoterapeutas tratamos en general con personas en circunstancias de sufrimiento tanto psíquico, mental, como físico o emocional. La Logoterapia a través de su teoría y técnicas brinda una posibilidad de actualización de valores en el ser humano que lo ayudan tanto en el descubrimiento del sentido de la vida como en su autonomía y autotranscendencia. Frankl habla de valores vivenciales, creativos y actitudinales como medios de encontrar una existencia significativa. En Musicoterapia trabajamos con estos valores, despertando en el ser humano su potencial de sanación y de creatividad.

Cuando una persona queda ciega por razones de enfermedad, por intento de suicidio, o desde el nacimiento, debe enfrentarse a una vida con grandes limitaciones, sin embargo esto no le quita la posibilidad de encontrar la felicidad y desarrollar su visión interna de la vida. La depresión por falta de visión o por falta de sentido (noogena) es abordada por la integración de ambas disciplinas siendo la logoterapia un sustento permanente psicológico, antropológico y filosófico en el quehacer del musicoterapeuta.

Palabras clave: Musicoterapia. Logoterapia. Sufrimiento. Valores. Sentido. Formación.

“EL SENTIDO DE LA MUSICA Y LA MUSICA DEL SENTIDO”

Este tema de la interrelación entre la Musicoterapia y la Logoterapia será abordado desde el Ser Musicoterapeuta y desde los estudios de Logoterapia de la autora por más de dieciséis años corroborado en la experiencia clínica.

La Musicoterapia y la Logoterapia comparten cuestiones esenciales. Ambas tienen que ver con la Vida, con el Ser Humano y con lo que puede hacer la persona con su Existencia, con sus potencialidades. Se podría decir que a través de la Musicoterapia podemos encontrar el Logos (del griego sentido, espíritu), ya sea en forma consciente o inconsciente. La Logoterapia inspira al musicoterapeuta a utilizar su herramienta para ayudar en su práctica a develar el Sentido que a veces se pierde tanto en la salud como en la enfermedad. Dice Viktor Frankl: “La logoterapia considera que es su cometido

¹ Musicoterapeuta Clínica: Centro de Rehabilitación de personas ciegas y con baja visión. Práctica privada con niños, adolescentes y adultos. Capacitadora Docente. Directora Intl. Musicoterapeutas para la Paz. Conductora del programa de radio: “Imaginate la Paz es posible.” Coordinadora de Artistas para la Paz de IPRA: Instituto para la Investigación de la Paz. Master Musicoterapia New York University. musicapaz@yahoo.com.ar

ayudar al paciente a encontrar el sentido de su vida...” (Frankl 1979, p. 146)

Históricamente ambas profesiones son contemporáneas. La Musicoterapia nació como profesión luego de la Segunda Guerra Mundial cuando los músicos iban a los hospitales de Veteranos en Estados Unidos a brindar un poco de alegría y sostén. Se dieron cuenta de que no era suficiente con hacer música, que necesitaban una mayor comprensión de la persona para brindarle mejor atención. Así fue como se creó el primer programa de Musicoterapia en la Universidad de Michigan (USA) en el año 1944. (Boxill, 1985) Estos programas fueron creciendo y en estos momentos hay niveles de Licenciatura, Master y Doctorado, tanto en Estados Unidos como en otros países del mundo. La Logoterapia o Tercera Escuela de Viena de Psicoterapia también sale a la luz en ese momento, luego de que Viktor Frankl saliera de los campos de concentración aunque este ya había escrito su teoría antes de entrar a ellos.

Sabemos los musicoterapeutas que la Musicoterapia utiliza el poder inherente de la música en el contexto de una relación terapéutica para la rehabilitación, mantenimiento y desarrollo de la persona tanto física como psíquica, espiritual y en la socialización. También se utiliza la musicoterapia en el proceso de diagnóstico. Reconocemos que el estímulo sonoro tiene la posibilidad de llegar directamente a la mente, al cuerpo y a sus emociones sin importar el nivel de inteligencia de la persona. La música siempre afecta a la persona en su totalidad, conectando con la energía del sonido las neuronas, revitalizando las células. (López Vinader, 2008, p. 153). A través de la Musicoterapia se puede lograr un lenguaje propio de la inteligencia musical esencial que ayuda al ser humano en su crecimiento personal, para facilitar la salud total y el bienestar: “Essential Musical Intelligence is your natural ability to use music and sound as self-reflecting, transformational tools to facilitate total health and well-being.” (Montello 2002, p. 5)

Los musicoterapeutas trabajamos con personas “normales” en prevención o enriquecimiento de la calidad de vida (estrés), profilaxis de la mujer embarazada, ámbitos educativos y en el campo de la salud. Sin embargo, la mayoría de las veces tratamos con personas que están atravesando situaciones de dolor, sufrimiento y adversidad ya sea en hospitales psiquiátricos, con pacientes terminales, en centros de rehabilitación, en escuelas especiales, en hospitales, terapia intensiva, acompañamientos quirúrgicos, con personas con discapacidades varias, con personas de la tercera edad, en casos de adicciones, autismo, pacientes en diálisis, depresión, y otros. Es por eso que debemos tener una base filosófica, psicológica y antropológica desde donde ayudar. La Logoterapia y el Análisis Existencial brindan dicha plataforma y visión del mundo desde donde se puede practicar la Musicoterapia con Sentido y Esperanza.

Cuando la depresión es “noogena” (nombre que le dio Víctor Frankl a la depresión por falta de sentido en la vida) la Logoterapia ofrece vías/valores para el descubrimiento de dicho sentido. ... En los casos noogenos, la terapia apropiada e idónea no es la psicoterapia en general sino la logoterapia, es decir una terapia que se atreva a penetrar en la dimensión espiritual de la existencia humana (Frankl 1979, p. 144)

En la formación del musicoterapeuta sería importante incluir el estudio de la Logoterapia y el Análisis Existencial de Viktor Frankl que coincide con la psicología humanista de Rogers, Maslow, Pearls, Jung y el “continuum of awareness” (continuo

darse cuenta) de la musicoterapeuta, Prof. Edith Boxill. (Boxill 1985, p.71)

Estos autores tratan temas como el amor, la creatividad, el Ser, el crecimiento personal, autonomía, responsabilidad. Lo que aporta la Logoterapia es la capacidad de autotracendencia de ir más allá de uno mismo para dar respuesta tanto a las personas con las que trabajamos como al mundo que nos rodea. (Frankl 1991, p.51). Valores como libertad, responsabilidad, conceptos como la triada trágica (culpa, sufrimiento y muerte), el vacío existencial son algunos de los pilares donde se asienta la Logoterapia. El vacío existencial por falta de la voluntad de sentido en la vida se va a traducir en agresión, adicción y angustia, fenómenos comunes de nuestros tiempos y que se reflejan en nuestra práctica clínica. (Frankl 1979) El desarrollar una actitud logoterapéutica es esencial para la práctica de la Musicoterapia como para la de cualquier profesional de la salud que debe acompañar en el sufrimiento. Cuando hay algo que no se puede cambiar es cuando

... "se le presenta el valor supremo, de cumplir el sentido más profundo, cual es el del sufrimiento. Porque lo que más importa de todo es la actitud que tomemos hacia el sufrimiento..." (Frankl, 1979 p.157)

Se citaran algunos ejemplos (desde la experiencia de la autora) donde la integración de ambas disciplinas dio y sigue dando sus frutos

Esta actitud de enfrentarse con la limitación con fe en la vida se pudo vivenciar en el trabajo como musicoterapeuta en el Hospital Hackensack University Medical Center, en New Jersey, Estados Unidos. Allí la experiencia de "musicologoterapia" se realizaba tanto con pacientes en estado de coma, como con pacientes que precisaban intervenciones quirúrgicas neurológicas, con niños internados en el sector de Pediatría, como así también en el acompañamiento a padres de bebés en el área de neonatología. La capacidad de acompañar con empatía en el dolor, de reconocer la dimensión espiritual desde donde nacería la fuerza para enfrentar las situaciones límites ponían en evidencia los valores actitudinales para descubrir el sentido en el sufrimiento. Como diría Víctor Frankl "... la capacidad de oposición del espíritu..." (Frankl, 1991 p.134)

El poder acompañar a los padres de un niño y a éste antes de una intervención quirúrgica ya sea con una oración o con una canción, lograba convertir ese momento de stress en una ansiedad soportada con sentido y valor.

Otro ejemplo surge del trabajo con pacientes en diálisis. La autora pudo observar como la actitud de los pacientes que se dializan es determinante en la capacidad de tolerar o rechazar dicho tratamiento y cómo esto influye naturalmente en la calidad de sus vidas. Para algunas personas la "maquina de diálisis" se convertía en una "cadena" que no podían soltar; una dependencia "asfixiante" e "intolerable" mientras que para otras la maquina era el "salvavidas" sin la cual ya no podrían estar en esta vida y toleraban el tratamiento con agradecimiento. Poder ofrecerles una mirada "logoterapéutica" a su realidad (especialmente a las personas que demostraban un rechazo al tratamiento) en una sesión de musicoterapia daba un sentido diferente a las horas de diálisis. Este tiempo convertía el aburrimiento y la apatía en una oportunidad de contacto con sus posibilidades creativas, vivenciales y actitudinales, valores que propone Viktor Frankl para el encuentro del sentido.

El musicoterapeuta confía en las posibilidades del otro y lo ayuda a que desarrolle

sus potencialidades, su "deber ser"

... la tensión entre el ser y el deber ser es precisamente una parte constitutiva del ser hombre. Y por ello mismo es también una condición inalienable del estar sano del alma... (Frankl 1991, p.111)

En la Musicoterapia se pueden realizar los valores vivenciales al experimentar "holísticamente" los efectos del hacer o escuchar música y los valores de creación al crear cada uno su propia melodía, ritmo, canción ya sea con la voz o con algún instrumento. Esta posibilidad de vivenciar y nutrirse musicalmente, brindan la energía necesaria para la aceptación del límite y del sufrimiento de lo que No se puede que implica el valor actitudinal. (Frankl 1979, p.156)

Otro ejemplo surge de un tratamiento con una persona con depresión noógena (falta de sentido en la vida), quien a través del tratamiento "musicologoterapéutico" que incluía técnicas de relajación, visualización creativa, improvisación musical clínica y otras, pudo conectarse con su verdadero Ser y su religiosidad. Esta persona pudo reconstruir su vida desde su fuerza espiritual con mayor esperanza, reduciendo el miedo a enfrentar la vida.

En el trabajo actual con personas ciegas ya sea de nacimiento o que han perdido la visión, la actitud del musicoterapeuta, la fe en la vida y su sentido es fundamental. Mas aun cuando la ceguera ha sido por intento de suicidio, ya que se suma el sentimiento de culpa. Allí la "musicologoterapia" ofrece un "bálsamo" que invita a descubrir un nuevo sentido desde la experiencia del hacer musical y a una toma de conciencia de que no solamente es necesaria la "visión externa" sino la "interna" para poder disfrutar y dar valor a la vida con responsabilidad.

Al tratar casos de autismo, nuestra capacidad humana de "resonancia" y "escucha" se vuelve crucial: el dar sentido al silencio, a los pocos sonidos que se puedan escuchar, el disfrutar de una sonrisa, el confiar y respetar a ese ser humano que se expresa de un modo diferente, el comprender, y hacerle saber de su dignidad y lugar en el mundo, son la base para cualquier construcción futura. Hay dos ejemplos que ilustran claramente esta situación. El primero es el caso de una persona ciega adulta con rasgos de autismo que disfrutaba mucho de la música pero no puede dialogar verbalmente; en sesión de musicoterapia a través del dialogo cantado es capaz de expresarse y comunicar lo que siente y desea (paciente del Jewish Guild for the Blind, New York) El segundo es otro caso similar donde un joven también con autismo y problemas de retraso madurativo desarrolla un inmenso potencial que se encontraba "latente" en su inteligencia musical y desde allí, puede cantar, tocar instrumentos y aprender a compartir, dándose cuenta de si mismo, de los demás y del mundo que lo rodea. Como resultado del tratamiento pudo incorporar el uso del bastón blanco (algo impensado), cantar en público, como así también disminuir conductas inapropiadas que no le permitían la socialización. (Centro de Rehabilitación del Ciego de Posadas)

En las técnicas de Musicoterapia también se observa similitud con las de Logoterapia. Por ejemplo en la improvisación musical clínica. Dice Elizabeth Lukas en su libro "Tras las Huellas del Logos"... "es la improvisación en un alto grado que se le solicita al logoterapeuta." (Lukas, 1996:104)

La música cobra un significado que trasciende la propia música porque tiene que ver con el "sentido" que logra la comunicación entre terapeuta y paciente, un sentido que también trasciende a ambos porque adquiere el carácter de lo fenomenológico, de lo existencial.

Decía Víctor Hugo, cuando terminan las palabras, comienza la música. Esta experiencia es lo que conecta al ser humano con su dimensión espiritual que le permitirá aceptar el misterio de su vida y al mismo tiempo realizar la autotrascendencia, el autodistanciamiento y la dereflexión que son contribuciones propias de la logoterapia. (Frankl 1991:51)

La intención paradójica otra técnica logoterapéutica también se puede trabajar en musicoterapia reflejando musicalmente lo que la persona siente, no se la contradice, se produce una catarsis que luego invita a la calma y la reflexión.

Conclusión:

El encuentro con la Logoterapia significó para la autora de este trabajo un manantial a una "sed" ontológica que dio respuesta a la necesidad existencial de sentido.

Una inmensa gratitud se expresa al Maestro Viktor Emil Frankl, quien ha demostrado con su propia vida, sobreviviendo cuatro campos de concentración, el alcance del poder desafiante del espíritu. Esta posibilidad de que las personas se conecten con su fuerza espiritual esta siempre latente en el trabajo como "musicologoterapeuta". Es una fuerza no totalmente reconocida ni aprovechada por la psicología en general.

La Logoterapia fortifica y nutre de mayores oportunidades el quehacer del musicoterapeuta.

Esta continua búsqueda de sentido tanto para nuestros pacientes, como para nuestra propia vida nos lleva a reflexionar y observar con más detenimiento el mundo que nos rodea.

Como respuesta a esta situación y concientes de nuestras potencialidades para construir un mundo mejor es que surge el movimiento de Musicoterapeutas para la Paz que es presentado en otra ponencia en este Congreso.

Este trabajo en la comunidad resulta casi "natural" cuando la formación del musicoterapeuta incluye la logoterapia que no es nada mas ni nada menos que descubrir "el sentido de la música y la música del sentido".

La logoterapia en "transdisciplina" con la Musicoterapia ofrece tanto al musicoterapeuta, como al paciente una mirada esperanzadora de la vida, una practica con la certeza del sentido, ejerciendo nuestra tarea con libertad, creatividad y responsabilidad en pos de una sociedad mas sana y humana.

Viktor Frankl nos dice en su libro "Man's Search for Ultimate Meaning" (El hombre en busca del sentido ultimo) "...lo que tenemos que aprender del hombre de la calle, desde su comprensión pre-reflectiva y ontológica de sí mismo de lo que significa Ser Humano. ...tenemos que aprender desde la sabiduría de su corazón, que ser humano es estar confrontado continuamente con situaciones, cada una de ellas es a la vez posibilidad y desafío, dándonos la "chance" de completarnos a nosotros mismos al encontrar el "desafío" de cumplir con su significado. Cada situación es un llamado,

primero a escuchar y luego a responder..." (Frankl, 2000, P.122)

Creo que para apelar a esa responsabilidad debemos descubrir en nuestro inconsciente espiritual y saber escuchar esa melodía que da Sentido a nuestra Vida. Una melodía única para cada uno y que tiene los elementos de lo universal: una música que late en cada corazón.

REFERENCIAS:

- Boxill, Edith Hillman: "Music Therapy for the Developmentally Disabled." Aspen Publication, 1985.
- Frankl, Viktor: "El Hombre en Busca de Sentido." Editorial Herder España, 1979.
- Frankl, Viktor: "Psicoanálisis y Existencialismo". Editorial: Fondo de Cultura Económica, Argentina, 1991.
- Frankl, Viktor: "Man's search for ultimate meaning". Perseus Publishing, New York, 2000.
- Lopez Vinader, Maria Elena: Capitulo XI: Healing, Growth, Creating a Culture of Peace. "Music for Conflict transformation." Olivier Urbain, Tauris, New York, 2008.
- Elizabeth Lukas: "Tras las Huellas del Logos." Editorial: San Pablo, 1996.
- Montello, Louise. Essential Musical Intelligence. First Quest Edition, 2002.