

# PALABRAS POR DECIR

**Beatriz Amorós**

Musicoterapeuta

Profesora del Máster en Musicoterapia UNIR

## Y SEMBREMOS DE MÚSICA EL VIENTO

“Una imagen vale más que mil palabras”, dice la sabiduría popular. “La música vale más que mil imágenes”, dice mi experiencia personal (y profesional).

Después de los años que llevo como musicoterapeuta, si hay algo que tengo claro, es que trabajamos con la mejor herramienta posible.

Si no hubiera sido por la música, no hubiera podido entrar con firmeza todas las semanas en la Unidad de Agudos de Salud Mental de un hospital. Ni hubiera podido ayudar a mejorar la calidad de vida de sus internos.

Tampoco podría comunicarme con muchas de las personas con las que tengo la suerte de trabajar todos los días. Personas con “otras capacidades”, que no tienen la posibilidad de comunicarse tal y como esperan los demás que lo hagan. O personas que simplemente no saben ponerle nombre a eso que sienten. Volviendo a las palabras de otros, ya el propio Shakespeare nos dijo que: “donde mueren las palabras, nace la música”.

Es por eso por lo que se ha escrito un sinfín de palabras, con mayor o menor rigor, sobre una de las llamadas “Bellas Artes”, sobre cómo combinar los sonidos para que suenen de forma agradable a nuestros oídos o sobre qué quería transmitirnos aquel compositor en sus obras.

También se ha escrito mucho sobre bienestar, sobre cómo sentirnos mejor, cómo llevar una vida mejor emocional y mentalmente. ¿Cuántas listas de “10 recomendaciones para una vida sana” existen en las revistas hoy en día? Esto es de especial relevancia cuando una pandemia nos hace replantearnos nuestros ideales y prioridades. Parar, reflexionar y buscar otra forma de hacer las cosas.

Música y bienestar. Por suerte (o quizá no por tanta suerte, sino porque es una realidad que cae por su propio peso), cada día se escribe mucho más de la combinación entre ambas cosas: LA MUSICOTERAPIA.

En este caso no es que el rigor sea importante, es imprescindible. Porque una disciplina como la musicoterapia, que por fin empieza a encontrar el reconocimiento social que merece, necesita que haya una literatura que esté a la altura, y que pueda demostrar que aquello que vivimos los musicoterapeutas en nuestro trabajo no es casualidad, sino que tiene una base científica.

Por eso, desde este pequeño espacio, quiero reivindicar no solo la importancia de introducir la musicoterapia en todos los programas educativos, sociales y hospitalarios, sino también plasmarlos en artículos de rigor, con datos objetivos, que coloquen a la musicoterapia donde debería estar desde hace años.

Porque las palabras se las lleva el viento, pero la música cala bien hondo. Y la musicoterapia, aún tiene mucho que decir.



# Y SEMBREMOS DE MÚSICA EL VIENTO

MISOSTENIDO #2