



CATcerto en DOG Mayor

Año 1. No. 1. Octubre 2018

Por: Jeanine Hasselkus Bedoy
Maestra de Escucha Musical Consciente,
Terapeuta Floral y Reiki Master.

"Alcanzar la **espiritualidad** consiste en darse cuenta de que la totalidad del universo es una **SINFONÍA** en la que cada Ser es una **NOTA MUSICAL**."

-Hazrat Inayat Khan (maestro sufi)-

"The Mysticism of Sound and Music"





Musicoterapia animalis

La vida es vibración. Toda vibración es sónica. ¡El universo suena! “Dame una cuerda y te explicaré el universo”, proclamó Pitágoras, quien en el siglo VI a.C. habló de la “música de las esferas”, que no es otra cosa que el sonido que emiten los planetas en su movimiento alrededor del sol.

Bach, Mozart, Vivaldi, Beethoven... fueron capaces de conectar con los eternos sonidos del cosmos. La música no la inventó el hombre, ¡existe desde siempre! Toda música está aquí, solo se trata de captarla y plasmarla.



Nuestra armonía interna responde a proporciones matemáticas, igual que el cosmos. Restablezcámosla y la energía fluirá: conectaremos con nuestra emoción y sonaremos como un instrumento afinado...

¡La música es un sendero para conectar con el TODO!

Somos música, todos tenemos un sonido propio que a través del cuerpo podemos hallarlo, entonces tocaremos y resonaremos el alma, a coro con el universo. Todos somos compositores, instrumentos y músicos, y cada día vamos añadiendo una nota a esta maravillosa melodía que canta el universo.

Dicen que: “la música amansa a las fieras”, aludiendo al efecto balsámico que determinadas melodías son capaces de ejercer sobre nuestro cuerpo, mente y alma.

Hoy sabemos que la música no solo influye en los humanos, sino también en el comportamiento y la salud de los animales.



Musicoterapia animalis

Estudios recientes confirman que la escucha de la música clásica beneficia a los animales. Por ello, la “musicoterapia” ha comenzado a expandir su campo de acción a otros reinos, incluido el vegetal.

Se ha demostrado que hay música que estresa a los animales y música que los relaja. Un centro de estudios en Illinois ha comprobado que el rendimiento de las vacas disminuye o es nulo cerca de los aeropuertos a causa de los ruidos.

¿Cómo es que la música conecta con el alma de nuestros animales?

De forma innata. El lenguaje musical es un lenguaje que compartimos animales y humanos.

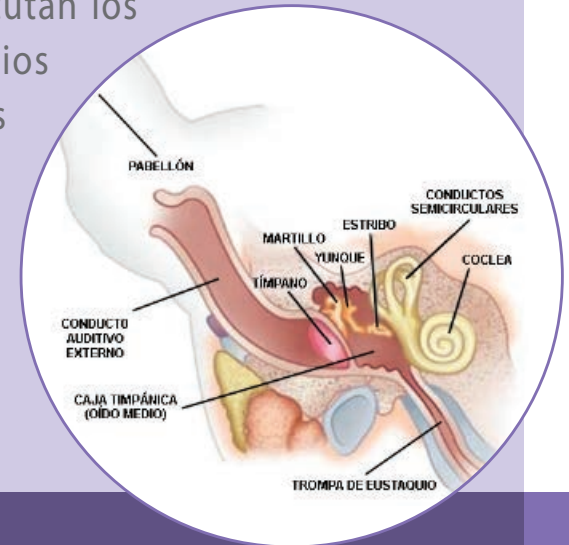
Los gatos y perros aprecian la música igual que nosotros, pero con una diferencia, ellos eligen sus melodías preferidas de acuerdo con sonidos cuyas vibraciones y frecuencias conectan de forma especial con su sensibilidad.

Quienes compartimos nuestra vida con gatos y/o perros sabemos que los sonidos muy fuertes, muy agudos o muy graves no les gustan, pero que hay melodías a las que parecen prestar más atención que a otras.

También tiene que ver con el volumen. Si es alto, captará su atención, pero no necesariamente les resultará agradable.

¿POR QUÉ?

En el caso de los gatos, el oído felino está formado por dos pabellones auriculares independientes que ayudan a fijar con detalle el origen del sonido. Disponen de 20 músculos que ejecutan los movimientos necesarios para captar sonidos diferentes aunque éstos se produzcan simultáneamente.





Musicoterapia animalis

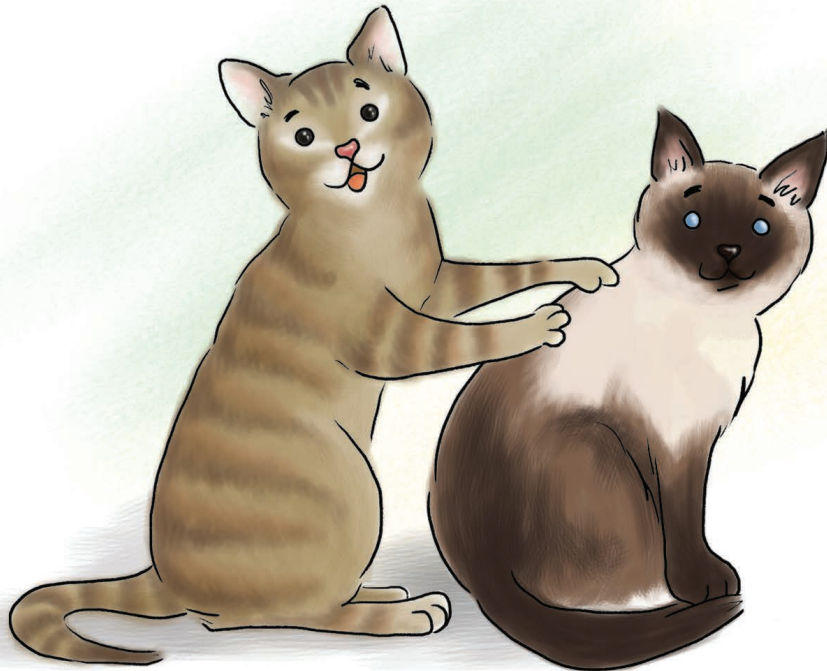
Esto hace que los gatos tengan más agudizado el sentido del oído que los humanos y por ello perciban sonidos y tonos que a nosotros nos pasan desapercibidos.

Los gatos perciben frecuencias de hasta 79,000 Hz.

Los perros hasta 44,000 Hz.

Los humanos hasta 17,000 Hz.

Hz: indica aproximadamente el número de ciclos de onda repetitiva por segundo.



Hermann Bubna-Littitz, catedrático de veterinaria en la Universidad de Viena y reconocido experto en comportamiento animal, hizo un estudio con centenares de gatos en un refugio con la finalidad de sustituir los tratamientos con fármacos por música clásica para calmar a gatos estresados.

Durante cinco días grabó el comportamiento de los gatos mientras escuchaban diversas piezas musicales, cuando la música les gustaba estaban más tranquilos y quietos, pero cuando no, optaban por irse a otro sitio.

Sus conclusiones fueron que: “la música con el ritmo y volumen correctos los induce a un estado de relajación y calma” y que “el efecto calmante de esta música en los animales y humanos se incrementa debido al factor de transferencia del estado emocional actual del propietario”.

Esto quiere decir que cuando estamos tranquilos, nuestro animal también lo está.



Musicoterapia animalis

Un gato que se tiende a dormir sobre nuestras rodillas y comienza a ronronear nos relaja. De la misma forma, si nosotros estamos tranquilos, nuestro gato o perro mostrará un comportamiento similar.

Por ello, son importantes los hábitos y comportamientos adquiridos. Si nuestro animal convive desde pequeño con una música que le ayude a calmarse, de grande, cuando haya una situación estresante, la música será una buena aliada para ayudarnos a tranquilizarlo, ya que la asociará como una llamada a la serenidad y a sentirse bien.

Según estudios realizados por la Queen's University de Belfast y publicados por la revista "Animal Welfare", la música clásica es la favorita de perros y gatos, pero también de los cerdos, vacas y aves.

Actualmente, en Estados Unidos y Canadá 53% de las personas con animales de compañía dejan música clásica sonando en sus hogares cuando salen a trabajar para evitar estrés por separación.



La música clásica suele tener sonidos suaves, lo que permite que, humanos y animales, entremos en un estado de relajación por los tonos armoniosos que la componen. Cuando un animal escucha este tipo de música, los latidos del corazón que se ven alterados por el miedo, ansiedad o estrés, disminuyen significativamente, haciendo que se tranquilice. De ahí la conclusión de que la música clásica es la mejor para relajarnos y relajar a nuestro compañero de cuatro patas.



Musicoterapia animalis

¿Qué beneficios tiene que nuestro animal escuche música clásica?

- Relaja y aumenta el tiempo de descanso.
- Reduce la ansiedad y el estrés.
- Mejora el sistema inmunológico, haciéndolo menos propenso a enfermedades.
- Eleva el nivel de endorfinas, mejorando su estado de ánimo y, por ende, su condición física.
- Disminuye el miedo y la hiperactividad, aunque en estos casos es recomendable combinar la música con otras actividades y terapias naturales.
- Mejora problemas de conducta y comportamiento, ayuda a la socialización con otros animales y en cuadros de agresividad o depresión.
- Ayuda en el tratamiento de dolores crónicos, en una situación estresante (visita al veterinario) y en la recuperación de alguna enfermedad o convalecencia por intervención quirúrgica.
- Relaja cuando hay visitas en casa.
- Tranquiliza frente a la presencia de lluvia con truenos y relámpagos, pirotecnia, música alta, alguna fiesta, etc. (Los sonidos fuertes suelen alterarlos porque les da miedo desconocer el origen del sonido y esto les genera estrés y ansiedad).

El efecto relajante será mayor si la música incluye el sonido de instrumentos como el piano, cello o de cuerda pulsada (guitarra, laúd, arpa).

El éxito de la musicoterapia es tal que diversos músicos, como Félix Pando, han adaptado composiciones de Beethoven, Chopin y Mozart para perros y gatos con instrumentos cuyos sonidos y frecuencias son atractivos para ellos.





¿Cómo empezar a escuchar música clásica con tu peludín?

Estos pasos son una pincelada de lo que la escucha musical consciente puede generar en ti y en tu compañero de cuatro patas para conectarte desde el corazón a la música del cosmos:

1. Realiza suaves movimientos en todo tu cuerpo para desestresarte, haciéndote consciente de tu respiración. Estírate, bosteza, suspira.
2. Siéntate cómodamente con la espalda recta y haz cuatro respiraciones de vacío, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. Asegúrate de sacar todo el aire. Hazlo despacio, sin prisa y sin esfuerzo.
3. Cierra tus ojos y realiza cuatro inhalaciones y exhalaciones únicamente por la nariz en cuatro tiempos. Sé consciente de cómo el aire entra y sale por la nariz (imagina que eres un globo que se infla y desinfla). Continúa respirando de manera normal.
4. Mantente en silencio con los ojos cerrados y si surge un pensamiento, simplemente déjalo pasar.
5. En silencio y con los ojos cerrados, dale play a la melodía seleccionada. Abre tus sentidos y escucha con atención.
6. Concéntrate en los sonidos que escuchas, sin ninguna expectativa, sólo siente la música, lo que dice, lo que produce en ti.

7. Distingue las impresiones de esta primera escucha.
8. Intenta tararear la música, retener la melodía. Trata de recordar cómo empieza y cómo finaliza la pieza.
9. Hazte consciente de lo que esa música ha despertado en ti.
10. Mantente unos minutos más en silencio con los ojos cerrados y repite la escucha con tu animal de compañía siguiendo el mismo procedimiento durante 21 días seguidos.





Quizás tu peludín no siempre esté contigo durante la escucha, pero notarás los efectos benéficos en ti y en él. Con el tiempo y la práctica, la escucha musical consciente será una forma de relacionarse y compartir juntos la música.

"El secreto de la belleza del magnetismo de una persona habita en la pureza de la música que suena en su corazón."

Hazrat Inayat Khan (maestro sufi)



Con todo esto, ¿no crees que es un buen inicio para que tú y tu peludín comiencen a escuchar música clásica?