El papel de las emociones en la experiencia musical: la relación de sintonía mutua

José Marcos Partida Valdivia[1]

Introducción

Como seres humanos es muy probable que hayamos vivenciado la música de múltiples maneras a lo largo de nuestra vida, por ejemplo, en la infancia forma una parte importante de nuestro desarrollo integral (Flohr y Trevarthen, 2008; Malloch y Trevarthen, 2009; Español *et al*., 2022). Quienes tuvimos la oportunidad de haber desarrollado una habilidad instrumental o adquirido algunos conocimientos musicales, somos pruebas vivientes de que la música tiene un impacto positivo, sabemos que algunas de nuestras experiencias musicales son una serie de memorias entrañables. Contemos con una educación musical formal o no, la situación es similar como diletantes, sabemos que la música nos conmueve, nos relaja, nos comunica más allá de lo que deseamos expresar con palabras.

1 Profesor-investigador del Centro Universitario de los Valles de la Universidad de Guadalajara, marcos.maj7@gmail.com

En este trabajo me propongo discutir algunos aspectos emocionales de la música, tomando en cuenta diferentes roles en los que podemos vivenciarla: como oyentes, como intérpretes o como compositores. Este tema resulta de alta relevancia al enfrentarnos a enormes desafíos que repercuten significativamente en nuestra vida emocional y en lo que se denomina bienestar (Leal-Filho *et al*., 2020).

Con base en la fenomenología del mundo social de Alfred Schutz (1976), propuesta en la década de los 50, expongo cómo la vida de conciencia humana opera en la experiencia musical y cómo se constituyen complejos procesos comunicativos entre las personas. Aunque los hallazgos científicos recientes han corroborado de forma empírica las reflexiones filosóficas propuestas por este autor austriaco, el legado de Schutz es valioso como una forma de reflexión teórica sobre el papel de la música en nuestras vidas (Denora, 2010) y sigue teniendo vigencia, como una perspectiva de estudio, basada en el análisis en primera persona, acerca de cómo nos involucramos musicalmente con nuestros semejantes. Al mismo tiempo, esta revisión que propongo sobre la fenomenología del mundo social de Schutz y la música, mantiene una faceta crítica, ya que considero que este autor deja de lado un aspecto importante e inherente a la vivencia de la música: las emociones.

A continuación, comienzo describiendo los aportes de Alfred Schutz acerca de la *noción de relación de sintonía mutua* en la experiencia musical, no sin antes haber descrito algunos planteamientos fenomenológicos elementales inspirados en Edmund Husserl que conforman la noción de relación de sintonía mutua. Continúo el análisis exponiendo algunos aspectos referentes a lo que trabajos recientes han descrito sobre la relación entre bienestar y música, y el papel que tienen las emociones en ambos temas.

Posteriormente, describo algunos vínculos que permiten pensar, desde la fenomenología, cómo la vivencia de la música contribuye al bienestar humano. Expongo cómo el tema explorado sirve para reconocer una fértil discusión fenomenológica y la necesidad de efectuar acercamientos de carácter multidisciplinario ante fenómenos complejos como la música y las emociones.

Lebenswelt e intersubjetividad

Alfred Schutz, sociólogo y filósofo austriaco, desarrolló una posición fenomenológica basada en la línea de estudio trazada previamente por Edmund Husserl, definida como "fenomenología constitutiva de la actitud natural" (Husserl, 1949, p. 392). Schutz sostenía que los humanos viven en un *Lebenswelt* o *mundo de vida*: el mundo al cual nos incorporamos al nacer.

La teoría fenomenológica sostiene que el mundo está predeterminado, es decir, que es un entorno previamente organizado. La lengua, las costumbres, las tradiciones, las leyes y otros innumerables elementos socioculturales son ejemplos de ese carácter ordenado del *Lebenswelt*; predeterminaciones efectuadas por las generaciones previas. No elegimos el entorno en el que nacemos, como nuestra familia o país, sino que sólo llegamos a escenarios sociales que componen una realidad eminente y en la que nos desempeñamos hasta nuestra eventual muerte.

Nuestra conciencia no es la única que se encuentra operando en el *Lebenswelt*. En este *mundo de vida* me encuentro con otros sujetos con conciencias propias, de tal manera, que presupongo que ellos experimentan los fenómenos que se me donan a la conciencia de la misma manera en que yo los vivo (Schutz, 1967). El *Lebenswelt* tiene un profundo carácter intersubjetivo, ya que los significados que constituyo en la conciencia sobre el mundo de la vida se enlazan con los significados que mis semejantes otorgan a lo que ellos mismos experimentan en carne propia.

Schutz menciona lo siguiente sobre el *Lebenswelt*: "Nací en él y presumo que existió antes de mí. Es el fundamento incuestionado de todo lo dado a mi experiencia" (Schutz y Luckmann, 2003, p. 25); por lo tanto, es vivenciado por el individuo en una *actitud natural,* es decir, sin cuestionar la evidencia de lo que asumo como realidad. En actitud natural, damos por sentado el mundo que nos rodea, sin una actitud crítica o reflexiva sobre lo inmediatamente dado en la experiencia. Es un terreno habitual, que ampliamente ya conocemos y dominamos hasta cierto punto.

Las actividades musicales como pianista llevaron a que Schutz realizara sus propios análisis fenomenológicos sobre la música en diversos trabajos (Schutz, 1976a; 1996). Por los propósitos trazados para este trabajo, prestaré especial atención a *Making music together: a study in social relationship*

(Schutz, 1976), donde el autor analiza las relaciones sociales promovidas por la música con base en la noción de relación de sintonía mutua.

La relación de sintonía mutua

El ensayo *Making music together* (Schutz, 1976), pretende aclarar cómo se estructura la relación de sintonía mutua durante una vivencia musical, poniendo especial énfasis en el papel de los flujos de conciencia en diferentes roles: como espectadores, como intérpretes y como autores de obra musical.

La relación de sintonía mutua plantea que los individuos que operan en el *Lebenswelt* viven la música a partir de relaciones sociales, en donde las conciencias de los individuos se encuentran ligadas intersubjetivamente. Schutz señala que:

> Es precisamente esta relación de sintonización mutua por la cual el "yo" y el "tú" son experimentados por ambos participantes como un "nosotros" en presencia vívida […] puede ser permisible referirse a una serie de fenómenos bien conocidos en el mundo social en los que esta relación social precomunicativa toma primer plano […] Es típico de un conjunto de actividades similares interrelacionadas, como la relación entre el pitcher y el cátcher, los tenistas, los tiradores, etc.; encontramos las mismas características al marchar juntos, bailar juntos, hacer el amor juntos o hacer música juntos (Schutz, 1976, pp. 161-162).

Schutz explora tres maneras de relación de sintonía mutua: compositor-intérprete, intérprete-oyente y hacer música juntos. La relación compositor-intérprete se encuentra determinada por las condiciones históricas de quienes experimentan la música. En este caso, el compositor es el creador de una obra. Señala que dicha creación puede haber sido compuesta en un momento distinto al tiempo en que el intérprete ejecuta la obra.

Como podrá observarse, el compositor quizás está distante del intérprete en términos espaciales y temporales. El creador de la obra –el compositor– vive una experiencia subjetiva en el *Lebenswelt*, en la que se proyectan algunos de sus pensamientos, motivos o intenciones. Puede haber creado una pieza musical inspirado por la nostalgia que experimenta al encontrarse lejos de su

país de origen, al tratar de encontrar mejores condiciones laborales o al encontrarse en una situación de exilio. El intérprete es quien ejecuta la pieza musical en un espacio y tiempo posterior, en el que puede asumir el reto de recrear esos elementos expresados en la obra por el compositor.

> […] el ejecutante que se acerca a una llamada pieza musical desconocida lo hace desde una situación históricamente determinada, en su caso autobiográfica, determinada por su acervo de experiencias musicales disponibles en la medida en que son típicamente relevantes para la anticipada experiencia novedosa ante él. Este conjunto de experiencias se refiere indirectamente a todos sus semejantes pasados y presentes cuyos actos o pensamientos han contribuido a la construcción de su conocimiento (Schutz, 1976, p. 168).

En este vínculo entre creador e intérprete de una obra, es igualmente interesante cuando añadimos a un *oyente,* a quien se dirige la pieza musical, como es el caso de la relación intérprete-oyente, en donde ambos pueden compartir un mismo espacio-tiempo o no. Es muy probable que nosotros mismos hayamos vivenciado esta relación dentro de un espectáculo musical en vivo; en un concierto podemos experimentar el rol de espectadores y por lo tanto de oyentes, aunque también podemos fungir como intérpretes de una obra de un compositor ante una multitud.

La misma relación intérprete-oyente se cumple al escuchar una producción musical de otras maneras: al reproducir una canción en el coche o escuchar una pieza musical de manera espontánea, como puede ocurrir en el transporte público. En esta relación, el músico que interpreta la obra musical de otra persona funge como un mediador entre el creador y quien escucha la pieza musical. Así es como las conciencias del compositor y el oyente se enlazan a través del intérprete.

> Aunque separado por cientos de años [por ejemplo, de Johann Sebastian Bach], [el oyente o espectador] participa con casi simultaneidad en la corriente de conciencia del primero al realizar con él paso a paso la articulación continua de su pensamiento musical (Schutz, 1976, p. 171).

A partir de la cita anterior podemos pensar en la obra *La pasión según San Mateo* (*Matthäus-Passion*) de J. B. Bach, con la que el compositor trató

de expresar diferentes ideas o pensamientos de manera musical acerca de la muerte de Jesús. Si nos situamos en la posición como cantantes o instrumentistas de esta obra, cumpliríamos el papel como mediadores entre Bach y la audiencia, a quien estaríamos dirigiendo la interpretación musical. De esta forma se establece una sintonía que va más allá de nuestro presente y que se retrotrae a la vida de conciencia de una persona extinta.

Otra relación descrita por Alfred Schutz es el hacer música juntos. En esta relación, enfatiza que la música conserva una dimensión comunicativa que no se agota en términos lingüísticos, es decir, la música no es explicable en términos conceptuales, como sí lo es el fenómeno del lenguaje. La relación hacer música juntos está determinada fundamentalmente por experimentar un tiempo presente e inmediato entre una o más personas quienes cantan o tocan una obra musical; consiste en la interpretación o creación musical de manera simultánea, se comparte un lugar y un tiempo con otros.

Sabemos que la música no se puede circunscribir únicamente a sistemas de escritura musical tradicional. En la relación hacer música juntos se ponen en juego muchos elementos que comunican más allá de las palabras cuando los músicos tocan. Elementos como las miradas, los gestos faciales y las posturas corporales toman un papel comunicativo en el acto musical.

> Cualquiera de los dos tiene que prever escuchando al Otro, con pretensiones y anticipaciones, cualquier giro que pueda tomar la interpretación del Otro y debe estar preparado en cualquier momento para ser líder o seguidor. Ambos comparten no solo la *durée* [duración] interna en la que se actualiza el contenido de la música; cada uno, simultáneamente, comparte en vivo presente el flujo de conciencia del Otro en la inmediatez. Esto es posible porque hacer música juntos ocurre en una verdadera relación cara a cara, ya que los participantes comparten no solo una sección de tiempo sino también un sector de espacio. Las expresiones faciales del Otro, sus gestos al manipular su instrumento, en resumen, todas las actividades de ejecución, se adaptan al mundo exterior y el compañero puede captarlas de inmediato. Incluso si se realiza sin intención comunicativa, estas actividades son interpretadas por él como indicaciones de lo que el Otro va a hacer (Schutz, 1976, p. 176).

Al mismo tiempo, nos permite observar que en el *hacer música juntos* también intervienen las experiencias anteriores de cada ejecutante. Se trata

de personas con experiencias previas que pueden llegar a filtrarse en el acto; como ocurre con los músicos de *jazz*, en donde cada músico, en su segmento de improvisación, recurre a sus propios conocimientos musicales previamente adquiridos para realizar su ejecución. A esto podemos añadir que, como personas dentro de un mundo de la vida, podemos presuponer que los músicos de *jazz* del ejemplo anterior tienen particularmente sus propios anhelos, ansiedades, propósitos de vida, aficiones, fobias, al igual que nosotros.

La temporalidad en la experimentación de música en la relación de sintonía mutua

Dentro de la relación de sintonía mutua, la temporalidad es un tema de discusión importante, esto es un rasgo notable de la influencia husserliana de la "conciencia del tiempo" (Husserl, 1949, p. 191) y la *durée* de Henri Bergson (1889) en el pensamiento de Schutz. Concibió que el individuo percibe la canción dentro de lo que se denomina un tiempo interno, es decir, capta la pieza musical dentro de sus propias dimensiones de temporalidad. Esto le permite de manera implícita asumir diferentes fases (como el inicio, pre-coro, coro y final), que componen el tiempo interno de la obra. Esto sugiere que la canción es experimentada de manera politética, es decir, se vive no como un elemento desorganizado o disperso, sino como un suceso constituido en la conciencia por segmentos o partes dentro de su propia estructura temporal.

Lo anterior sugiere que, en actitud natural, al escuchar una pieza de música, de manera tácita en la conciencia asumimos que ésta se encuentra compuesta por diferentes partes. En la relación de compositor-intérprete, los participantes conservan sus propios flujos de conciencia determinados por el tiempo interno de la obra musical. De la misma manera, la temporalidad interna se experimenta intersubjetivamente dentro de la relación intérprete-oyente.

> El compositor, [a través del intérprete] por los medios específicos de su arte, lo ha dispuesto de tal manera que la conciencia del espectador se vea obligada a referir lo que realmente escucha a lo que anticipa que seguirá y también a lo que acaba de escuchar y lo que él ha escuchado desde que comenzó esta pieza musical. El oyente, por lo tanto, escucha el flujo continuo de música, por así

> decirlo, no solo en la dirección de la primera a la última barra, sino simultáneamente en dirección inversa a la primera (Schutz, 1976, p. 170).

En la creación musical conjunta, es decir, en el hacer música juntos, los participantes no sólo relacionan conforme el fluir de conciencia del compositor de la obra y de quien escucha, también se vinculan en el presente vivido que consiste en compartir la ejecución colectiva de la obra musical.

Al experimentar el *tiempo interno* al momento en que dos o más individuos hacen música o la exponen a oyentes, Schutz reconoce un tiempo externo que se encuentra transcurriendo en el *Lebenswelt*. Se trata de una temporalidad alterna a la propia temporalidad de la pieza musical. El *tiempo externo* es aquel tiempo objetivo que el ser humano cuantifica a partir de instrumentos como un reloj o un calendario y corresponde al transcurrir de los días, los meses y los años, el mismo que experimentamos con evidencias en la naturaleza al ver amanecer o anochecer. Los planteamientos de Alfred Schutz sobre el tiempo sugieren que en el *Lebenswelt* las obras musicales se experimentan en su propio tiempo interno y, simultáneamente, en el transcurrir de un tiempo externo.

En todas las relaciones anteriormente descritas: compositor-intérprete, intérprete-oyente y hacer música juntos, los individuos adquieren sintonía entre sus flujos de conciencia e intercambian diferente tipo de información, dentro de la cual es posible percibir un carácter desafortunadamente omitido por Schutz en su ensayo *Making music together*: el componente emocional de la relación de sintonía mutua.

Aunque no es claro el motivo por el cual Schutz no analiza el papel de las emociones en el ensayo, podemos pensar que esto responde a motivos sistemáticos para la delimitación de su estudio. Aunque el tema de la música y las emociones ya estaba en el interés de filósofos clásicos de la antigüedad como Platón (Spahn *et al*., 2024), desde las primeras líneas del ensayo en cuestión, Schutz señala enfáticamente que su propósito es estudiar las relaciones sociales y el proceso comunicativo que se involucra en la creación musical.

Una de las razones por las cuales considero es importante atender este vacío en la obra de Schutz es porque las emociones juegan un papel fundamental en la comunicación humana (Kreutz *et al*., 2012); al mismo tiempo, a partir de la óptica fenomenológica podemos obtener una visión diferente y más ampliada. Otro motivo es porque investigaciones científicas recientes han logrado do-

cumentar hallazgos sobre el papel de las emociones en la experiencia musical (Correa, 2020). Conviene destacar el trabajo de Juslin y Sloboda (2010), donde se compilaron una serie de trabajos académicos desde diferentes disciplinas. Estos autores identificaron algunas direcciones futuras de investigación, con base en una breve encuesta, tales como el papel de la música y las emociones en los contextos sociales (North y Hargreaves, 2008; Sloboda, 2010), la importancia de comprender el papel que tiene la música en la salud humana (Thaut y Wheeler, 2010), la viabilidad de un enfoque fenomenológico para esclarecer los mecanismos que operan dentro de la experiencia musical y las emociones (Gabrielsson, 2010) y, por último, el análisis de la dimensión temporal en la vivencia de emociones y la música (Schubert, 2010). Esto abre una oportunidad para reconocer el valor del legado schutziano sobre la música y, al mismo tiempo, cuestionarlo y enriquecerlo con otros aportes recientes sobre el tema de las emociones.

Música, emociones y bienestar

En la declaratoria de los derechos humanos realizada por la Organización Mundial de la Salud, (ONU, 1948) se considera el bienestar como un aspecto imprescindible para una vida digna. Esta idea textualmente se describe de la siguiente manera en el artículo 25: "toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud, el bienestar y, en especial, la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sanitarios" (ONU, 1948, p. 7).

La ONU ha definido la salud como un "estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" (WHO, 2024). De acuerdo, o no, con la labor de estas organizaciones, los estatutos marcan un referente importante en la consideración del bienestar en la calidad de vida humana en la actualidad; tema que ya ha sido de interés para nuestros antepasados. El trabajo de Yadeun-Antuñano (2019) muestra cómo el tema del bienestar ya se encontraba entre las preocupaciones de culturas antiguas alrededor del mundo. Existe toda una pluralidad de formas de concebir el bienestar según la sociedad y el periodo histórico de estos pueblos; sin embargo, coinciden en los estados emocionales de plenitud y satisfacción que están estrechamente relacionados con su cosmovisión.

Actualmente el término "bienestar" sigue siendo difícil de explicar en términos sencillos y dista de tener hasta hoy una definición unívoca para todas las ramas del conocimiento (Jarden y Roache, 2023). En la vida cotidiana o el *Lebenswelt,* del cual nos habla Schutz, podemos experimentar un cierto grado de bienestar o malestar, según las condiciones mentales o físicas en las que nos encontremos viviendo en un tiempo determinado. Puedo asumir yo mismo que siento un estado de bienestar de acuerdo con factores subjetivos: si he logrado una meta profesional o laboral, si mis necesidades económicas están cubiertas, o si en un momento dado me siento feliz por encontrarme realizado en esa actividad que disfruto mucho, tal como puede ocurrir al escuchar o al entonar una pieza musical en solitario o con amigos. Al trasladar la discusión del término bienestar y el papel del arte, la tarea no se vuelve nada sencilla y siguen existiendo diversas opiniones al respecto.

En la obra *Arts, Health and Well-Being*, Daykin (2019) señala que el bienestar abarca diferentes facetas de la vida humana, relacionadas con el placer, la comodidad, la salud y experiencias que favorecen mantener un estado emocional que permitan enfrentar situaciones de la vida. Dayink sostiene que vivenciar el arte es una alternativa valiosa para expresar emociones, sentimientos y experiencias de forma creativa.

Cuando hablamos de bienestar, implícitamente nos referimos al ámbito emocional. Las emociones son un aspecto multifacético que corresponde a una pluralidad de opiniones pero que convergen generalmente en procesos mentales asociados a la cognición, la conducta y la respuesta fisiológica de nuestro organismo.

El biólogo y filósofo Humberto Maturana (1990; 1992; 2014) propuso que la emoción es un elemento fundante de lo que denominamos sentimiento y de toda acción. Al mismo tiempo, sostenía que no podemos prescindir de la emoción en toda acción social porque la emoción es un elemento que constituye todo hacer en la vida: "no hay acción humana sin una emoción que la funde como tal y la haga posible como acto […] no es la razón lo que nos lleva a la acción sino la emoción" (Maturana, 1990, pp. 20-21).

Zaccagnini (2004) define las emociones como

> […] una compleja combinación de procesos corporales, perceptuales y motivacionales que producen en las personas un estado psicológico global, que puede ser positivo o negativo, de poca o mucha intensidad y de corta o larga

> duración, y que genera una expresión gestual que puede ser identificada por las demás personas. (Zaccagnini, 2004, p. 61).

Gallardo-Vázquez (2009) ha sostenido que existe un consenso entre los estudiosos sobre el fenómeno de las emociones al tomar en cuenta que se trata de procesos psíquicos complejos que tienen que ver con respuestas fisiológicas, cognitivas y conductuales. Por su parte, Lorenzo de Reizábal (2023) ha destacado que la música y las emociones son un binomio que abarca enormes retos metodológicos para su estudio. Esta autora describe que existe un debate vigente sobre el potencial de la música para evocar emociones. Aunado a los cuestionamientos en boga en torno a la autenticidad de las emociones que la música genera en los humanos, señala un aspecto que añade mayor complejidad a esta discusión que consiste en la falta de consenso sobre la definición de lo que constituye una emoción; de cada uno de los enfoques de investigación se derivan diferentes interpretaciones sobre el tema.

De la misma manera, Lorenzo de Reizábal considera que existe una interrogante sobre cómo las respuestas emocionales a la música son experimentadas subjetivamente por los oyentes. Describe que investigadores han reportado que no todas las personas reaccionan emocionalmente a la música, lo que sugiere que las respuestas pueden variar de manera significativa. Otro aspecto importante que destaca es la ausencia de un consenso en lo que en diferentes idiomas o culturas se asume como emoción, lo que en términos científicos dificulta la replicación de estudios y la comparación de resultados. Ese último dato resulta semejante a la situación problemática hacia la cual ha apuntado Kreutz (2015) previamente, al sostener que en ocasiones se ha utilizado el concepto de música para referirse a un sinnúmero de actividades definidas de manera incorrecta como acción musical.

Existen fundamentos científicos sólidos que nos indican que escuchar o practicar música resulta benéfico para el bienestar del ser humano, ya que las emociones se encuentran involucradas (Viola *et al*., 2023). Este tipo de consideraciones ha dado lugar a la implementación de la música para el tratamiento de problemas de salud de alta relevancia para nuestra sociedad actual. Un ejemplo reciente es el trabajo de Harper *et al*. (2023), quienes estudian el papel de la música durante el tratamiento de quimioterapia en pacientes con cáncer.

Hillecke *et al*. (2005) han sostenido en su trabajo que la música promueve mejores relaciones interpersonales, ya que favorece una mejor regulación y expresión de las emociones. Kreutz (2008) recuperó algunas evidencias empíricas sobre cómo las personas percibían la música a partir del baile como un factor importante en su bienestar emocional.

Raglio y Oasi (2015) sostienen desde un enfoque psicológico y médico que la música se encuentra asociada a la disminución de estrés y ansiedad, lo que contribuye a un sistema inmunológico más eficiente. Sheppard y Broughton (2020) han sostenido que la participación musical es una pieza fundamental en la promoción de la salud. De la misma manera, han señalado la necesidad de efectuar abordajes interdisciplinarios que favorezcan el sustento de iniciativas a nivel político, para promover una vida saludable entre la población.

Las fuentes consultadas de diferentes disciplinas que discuten la relación entre las emociones y la música muestran avances científicos importantes (Juslin y Sloboda, 2010), constatan que el bienestar se encuentra asociado a la faceta emocional, ya que forma parte de la salud mental de las personas. Indican que tanto la experimentación de la música como la vivencia de estados emocionales están vinculadas a experiencias subjetivas asociadas a rasgos psicológicos, fisiológicos y sociales.

Relación de sintonía mutua y emociones en la experiencia musical

A pesar de la fecundidad que he intentado describir hasta aquí sobre la teoría de Alfred Schutz acerca de las relaciones sociales que implica la música a partir de la relación de sintonía mutua, considero necesario mencionar algunas implicaciones en términos generales, con base en lo que hoy sabemos acerca del binomio música-emociones (Lorenzo de Reizába, 2023). De forma inicial puedo deducir que, en todas las formas de relación de sintonía mutua expuestas por Schutz, hay una dimensión emocional que se involucra dentro del proceso comunicativo.

Los compositores y los artistas en general efectúan un énfasis especial en las emociones que pretenden evocar con sus obras. Los compositores pueden sumergirse en un proceso que puede implicar la selección de elementos musicales intersubjetivamente asociados con diferentes estados emocionales.

La elección de una determinada tonalidad por parte de un compositor puede estar referida a un sentido de felicidad, solemnidad, enojo o euforia que pretende expresar en la pieza musical.

El intérprete puede tener diferentes grados de cercanía o proximidad con el compositor de la obra, por ejemplo, no tenemos el mismo grado de inmediatez con un colega compositor al cual conozco desde hace tiempo y con el que interpreto música frecuentemente en una agrupación, en comparación con un autor barroco. Podemos conocer en mayor o menor medida el factor emocional por el cual fue compuesta la obra. A medida que el intérprete carezca de información respecto de los motivos emocionales de la creación del compositor, el intérprete otorgará un significado emocional a las estructuras musicales a las que accede. Quien interpreta una composición de una persona desconocida y tampoco conoce la carga emocional con la cual fue realizada la obra, le dará un sentido de alegría, nostalgia o tristeza según su propia experiencia, independientemente de la intencionalidad del compositor.

En este sentido, el intérprete está en posibilidad no sólo de leer en partitura la obra del compositor, sino también de escuchar una obra que pretende ejecutar, lo que lo convierte en oyente de lo que él mismo interpretará. A partir de su interpretación durante la escucha, proyectará en la ejecución sus propios estados emocionales. La experiencia de acercamiento a una obra de una tercera persona es someterla a nuestras propias condiciones emocionales o experiencias previas.

El caso del oyente y el papel emocional también se puede ejemplificar al imaginarnos dentro de una audiencia mientras escuchamos un concierto. Si miramos a nuestro alrededor, podemos obtener datos que nos brindan rasgos del estado emocional de las personas con las cuales simultáneamente experimentamos el recital. Quizás haya personas que lloran, personas que gritan, personas que cierran sus ojos y mueven en silencio sus manos en el aire al ritmo de lo que escuchan musicalmente. Estos son algunos rasgos comunicativos de los cuales Alfred Schutz nos habla en la relación de sintonía mutua; sin embargo, no destaca algún componente emocional en ellos.

En la relación de hacer música juntos, podemos identificar innumerables elementos de la experimentación de emociones mientras se realiza una interpretación. Los músicos que arriban a una sala de ensayo llevan consigo una carga emocional diversa, según el momento por el cual pasan en sus respectivas vidas. La ejecución musical conjunta puede implicar un estado emocional

agradable a pesar de que los intérpretes puedan estar pasando por diferentes situaciones sociales problemáticas. Aunque carecemos de evidencias respecto del grupo de músicos de la orquesta que viajaba en el Titanic, cuenta la leyenda que ellos interpretaron piezas musicales mientras se presentaba el inminente hundimiento del transatlántico. Si aceptamos que esto ocurrió, podemos inferir que, necesariamente, habrían tenido que experimentar una relación de hacer música juntos; podemos suponer que en esa participación musical se involucraron emociones diversas dentro de la interpretación, sobre todo por la trágica situación vivenciada.

El estado emocional dentro de la práctica musical puede tener repercusiones en la interpretación efectiva o ineficaz con los demás. Por ejemplo: puedo olvidar partes que requiero tocar si me encuentro en situación extremadamente estresante, encontrarme altamente concentrado o incluso podría sentirme conmovido hasta llegar a las lágrimas. Al mismo tiempo, los músicos con los cuales interpreto una pieza musical están en condiciones de notar distintos rasgos emocionales en mí, mientras simultáneamente yo percibo los de ellos, lo que es claramente una relación intersubjetiva.

Existen emociones positivas que podemos asociar con un estado de bienestar y que pueden experimentarse en un acto de interpretación musical, como los momentos en que los músicos dentro de un escenario sonríen, bailan, cantan y ejecutan improvisaciones musicales producto de la algarabía y el entusiasmo que se puede llegar a experimentar durante la práctica. Las interpretaciones en vivo de agrupaciones de son huasteco de México pueden ser un ejemplo de estos aspectos emocionales en donde los músicos (intérpretes) se sumergen, disfrutan y viven intensamente el hacer música; así como transmiten y comunican a la audiencia (oyentes) estados emocionales que los pueden conducir a una experiencia memorable.

Reflexiones finales

La música es un elemento cotidiano del que difícilmente podemos prescindir al vivir nuestra realidad social. Situaciones de la época contemporánea relacionadas con estrés laboral, incertidumbre económica, desigualdades o fenómenos como la violencia, le imponen al ser humano –sea cual sea su papel en el mundo de la vida– nuevos retos que afrontar. De acuerdo con Schutz y

Luckermann, son asuntos "que debe[n] ser dominado[s] de acuerdo con mis intereses particulares" (2003, p. 35); ese dominio involucra la vivencia de la música con una profunda carga emotiva, significa una manera diferente de sobrellevar las cuestiones que se pueden valorar como positivas o negativas en la vida.

En este trabajo he tratado de mostrar cómo la *relación de sintonía mutua* se puede vincular a una faceta emocional al percibir que este autor no considera el aspecto emotivo de la experiencia musical en las relaciones sociales que plantea. Este déficit, que deja de lado las emociones como una faceta plausible dentro la experiencia con la música, parece ser solventado por los hallazgos científicos que han favorecido la estrecha relación entre la música y la respuesta musical humana; sin embargo, considero que el valor de la relación de sintonía mutua es una de las aristas que he descrito en torno a la vida de conciencia y la temporalidad, que conlleva la experimentación intersubjetiva de la música.

De la misma manera, encuentro necesario seguir estudiando el legado schutziano a la luz de las discusiones filosóficas recientes acerca de las emociones dentro del propio campo fenomenológico (Szanto y Landweer, 2020) y en diálogo con los nuevos avances científicos. La obra de Schutz sirve como base para el análisis sistemático del rol que jugamos en un momento determinado dentro de la experiencia musical; permite reconocer la complejidad del mundo en el que vivimos, un fenómeno que se inserta como una forma de experimentarnos a nosotros mismos y a los otros a partir de rasgos emocionales que implican vivenciar la intersubjetividad del *Lebenswelt*. Schutz Favorece el reconocimiento de la temporalidad interna dentro de la obra musical, en la que se incluyen emociones expresadas a través de estructuras mientras experimentamos la temporalidad externa; aquella que dentro del *Lebenswelt* implica simultáneamente distinguir adversidades y retos –de todo tipo–, que todo ser humano experimenta hasta su muerte. Esto nos invita a continuar reflexionando acerca de la experimentación temporal asociada a las emociones y a otros elementos de la vida afectiva como los sentimientos o las sensaciones, los recuerdos, los cuales no he explorado en este trabajo.

La música puede evocarnos emociones que sean en la vida de conciencia asumidos como agradables, satisfactorios o placenteros, lo cual conduce al sentido contemporáneo de lo que se define como bienestar. Tomando distancia de un punto de vista filosófico y científico, en actitud natural, como personas que

habitamos y vivimos un lugar en el universo, sabemos que la música nos gusta, la disfrutamos, nos cuestiona, nos comunica, provoca mover nuestros cuerpos y generar lazos únicos con nuestros semejantes; en pocas palabras, nos hace más amena la vida y por ello contribuye al bienestar. Por lo tanto, sea cual sea nuestro papel, como *oyentes*, como *intérpretes*, como *compositores*, sabemos en actitud natural de su valor e importancia para nuestro mundo.

Este trabajo nos remite a considerar la necesidad de abordar los temas referentes a la música de manera interdisciplinaria, de tal manera que, entre los conocimientos y hallazgos que se gesten en los entornos de investigación médica, biológica, psicológica, bioética, entre otros, exista una mayor colaboración con los del conocimiento desarrollado desde la musicología. Sería valioso contar con mayor comunicación y colaboración entre comunidades que provengan de diferentes tradiciones científicas y filosóficas para comprender con mayor profundidad la relación entre el bienestar, las emociones y la música; también propiciar iniciativas que permitan afrontar los enormes desafíos en nuestro *Lebenswelt*, el cual se compone por entornos sociales diversos, constantemente cambiantes y dilemáticos. El bienestar y las emociones requieren ser estudiados y la música parece ser una alternativa para este propósito.

Referencias

Bergson, H. (1889). *Essai sur les données immédiates de la conscience*. https://archive.org/details/essaisurlesdonn00berguoft/mode/2up

Correa, J. P. (2020). *El análisis del contenido emocional de la música y cómo usarlo para una ejecución expresiva*. Universidad Autónoma de Aguascalientes. https://editorial.uaa.mx/docs/analisis_contenido_emocional.pdf

Daykin, N. (2019). *Arts, Health and Well-Being: A Critical Perspective on Research, Policy and Practice*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780429356049

Denora, T. (2010). Emotion as Social Emergence: Perspectives from Music Sociology. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (eds.), *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 159–183. Oxford University Press.

Español, S., Shifres, F., Martínez, I. y Pérez, D. (2022). The Infant-Directed Improvised Performances: What they Are and What Happens Trough Them. En S. Español, M. Martínez y F. G. Rodríguez (eds.). *Moving and Inte-*

racting in Infancy and Early Childhood: An Embodied, Intersubjective, and Multimodal Approach to the Interpersonal World, 21–56. Springer Nature.

Flohr, J. y Trevarthen, C. (2008). Music learning in childhood: Early developments of a musical brain and body. En W. Gruhn y F. Rauscher (eds.), *Neurosciences in music pedagogy*, 53–99. Nova Biomedical Books.

Gabrielsson, A. (2010). Strong Experiences with Music. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (eds.), *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 547–574. Oxford University Press.

Harper, F. W. K., Heath, A. S., Moore, T. F., Kim, S. y Heath, E. I. (2023). Using Music as a Tool for Distress Reduction During Cancer Chemotherapy Treatment. *JCO oncology practice*, *19*(12), 1133–1142. https://doi.org/10.1200/OP.22.00814

Hillecke, T., Nickel, A. y Bolay, H. V. (2005). Scientific perspectives on music therapy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1060*, 271–282. https://doi.org/10.1196/annals.1360.020

Husserl, E. (1949*.) Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica*. Fondo de Cultura Económica.

Jarden, A. y Roache, A. (2023). What Is Wellbeing? *International journal of environmental research and public health*, *20*(6), 5006. https://doi.org/10.3390/ijerph20065006

Juslin, P. N. y J. A. Sloboda. (2010). *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*. Oxford University Press.

Kreutz G. (2008). Does partnered dance promote health? The case of tango Argentino. *The journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 128*(2), 79–84. https://doi.org/10.1177/1466424007087805

Kreutz G. (2015). The value of music for public health. En S. Clift y P. Camic (Eds). *Oxford Textbook of Creative Arts, Health, and Wellbeing: International Perspectives On Practice, Policy and Research*, 211–218. Oxford University Press.

Kreutz, G., Quiroga, C. y Bongard, S. (2012). Psychoneuroendocrine research on music and health: An overview. En R. A. R. MacDonald, G. Kreutz, y L. Mitchell (eds.). *Music, health, and wellbeing,* 457–476. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:Oso/9780199586974.003.0030

Leal-Filho, W., Wall, T., Azul, A., Brandli, L. y Özuyar, P. (2020). Good Health and Well-Being. *Encyclopedia of the UN Sustainable Development Goals.* Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69627-0_118-1

Lorenzo de Reizábal, M. (2023). El binomio emociones-música: Conceptualización, taxonomías, evidencias científicas y problemas metodológicos. *Epistemus. Revista de Estudios en Música, Cognición y Cultura*, *11*(1), 053. https://doi.org/10.24215/18530494e053

Malloch, S. y Trevarthen, C. (eds.). (2009). *Communicative musicality: Exploring the basis of human companionship.* Oxford University Press.

Maturana, H. (1990). *Emociones y lenguaje en educación y políti*ca. Dolmen.

Maturana, H. (1992). *El sentido de lo humano*. Hachette.

Maturana, H. (2014). *Transformación en la convivenci*a. Granica.

North, A. C. y Hargreaves, D. J. (2008). *The social and applied psychology of music*. Oxford: Oxford University Press.

Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de Derechos Humanos*. https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights#:~:text=Elaborada%20por%20representantes%20de%20todas,todos%20los%20pueblos%20y%20naciones.

Organización Mundial de la Salud. (2018). *The top 10 causes of death*. http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death

Raglio, A., y Oasi, O. (2015). Music and health: what interventions for what results?. *Frontiers in psychology*, *6*, 230. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00230

Schubert, E. (2010). Continuous Self-Report Methods. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (Eds.), *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 222–253. Oxford University Press.

Schutz, A. (1962). *Collected Papers I: The Problem of Social Reality*. Martinus Nijhoff.

Schutz, A. (1967). *The Phenomenology of the Social World*. Northwestern University Press.

Schutz, A. (1976). Making music together: A study in social relationship. En A. Brodersen (Ed.). *Collected papers II: Phaenomenologica*, 159–178. Nijhoff.

Schutz, A. (1976a). Mozart and the Philosophers. En A. Brodersen (ed.). *Collected papers II: Studies in social theory*, 179–200. Nijhoff.

Schutz, A. (1996). Fragments toward a phenomenology of music. En H. Wagner y G. Psathas (eds.). *Collected papers IV*, 243–275. Nijhoff.

Schutz, A. y Luckmann, T. (2003). *Las estructuras del mundo de la vida*. Amorrortu.

Sheppard, A. y Broughton, M. C. (2020). Promoting wellbeing and health through active participation in music and dance: a systematic review. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, *15*(1), 1732526. https://doi.org/10.1080/17482631.2020.1732526

Sloboda, J. A. (2010). Music in Everyday Life: The Role of Emotions. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (eds.), *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 493–514. Oxford University Press.

Spahn, C., Bernatzky, G. y Kreutz, G. (2024). Musik und Medizin – ein Überblick. En G. Bernatzky y G. Kreutz (eds). *Musik und Medizin*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-67506-9_3

Szanto, T. y Landweer, H. (eds.) (2020). *The routledge handbook of phenomenology of emotion.* Routledge.

Thaut, M. H. y Wheeler, B. L. (2010). Music Therapy. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (eds.), *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 819–848. Oxford University Press.

Viola, E., Martorana, M., Airoldi, C., Meini, C., Ceriotti, D., De Vito, M., De Ambrosi, D. y Faggiano, F. (2023). The role of music in promoting health and wellbeing: a systematic review and meta-analysis. *European journal of public health*, *33*(4), 738–745. https://doi.org/10.1093/eurpub/ckad063

World Health Organization. (2024, agosto). *Health and Well-Being.* https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being

Yadeun-Antuñano, M. (2019). Indigenous Perspectives of Wellbeing: Living a Good Life. En W. Leal-Filho, T. Wall, U. Azeiteiro, A. Azul, L. Brandli y P. Özuyar (eds)*, Good Health and Well-Being*, 436–448. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69627-0_59-1

Zaccagnini, J. L. (2004). *Inteligencia emocional: la relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Biblioteca Nueva.