MUSICOTERAPIA
PARA VIVIR EN ARMONÍA

AGUSTÍN EZPELETA

Dedicado a todos los niños y adolescentes que participaron en las sesiones de musicoterapia. Fuisteis para mí los mejores maestros del libro de la vida. De vosotros aprendí más que de los libros. Llenasteis mi vida de ilusión y disteis sentido a mi vida de educador marista privilegiado. Espero que lo que aprendisteis en el colegio os haya servido para educar a vuestros hijos. ¡Gracias!

Índice Libro 4

Juicio crítico sobre la musicoterapia

"La vida no examinada no merece la pena ser vivida." Sócrates

Índice

1. A guisa de prólogo: Pedro Javier Sagüés SJ……. 3

2. Introducción: José Luis de Vicente Carmona……..6

3. Presentación: Agustín Ezpeleta Compains……..8

4. Carta a los A. A. de Musicoterapia……..9

5. 1ªetapa de 10 – 15 años……..11

6. Respuestas A la carta dirigida a los A.A. de musicoterapia…..12

7. 2ª etapa de 16 – 29 años. Respuestas bastante fiables……..20

8. 3ª etapa de 30 – 55 años Respuestas muy fiables……44

9. Juicio crítico sobre la Musicoterapia, (Síntesis)……67

10. Encuesta y respuestas……69

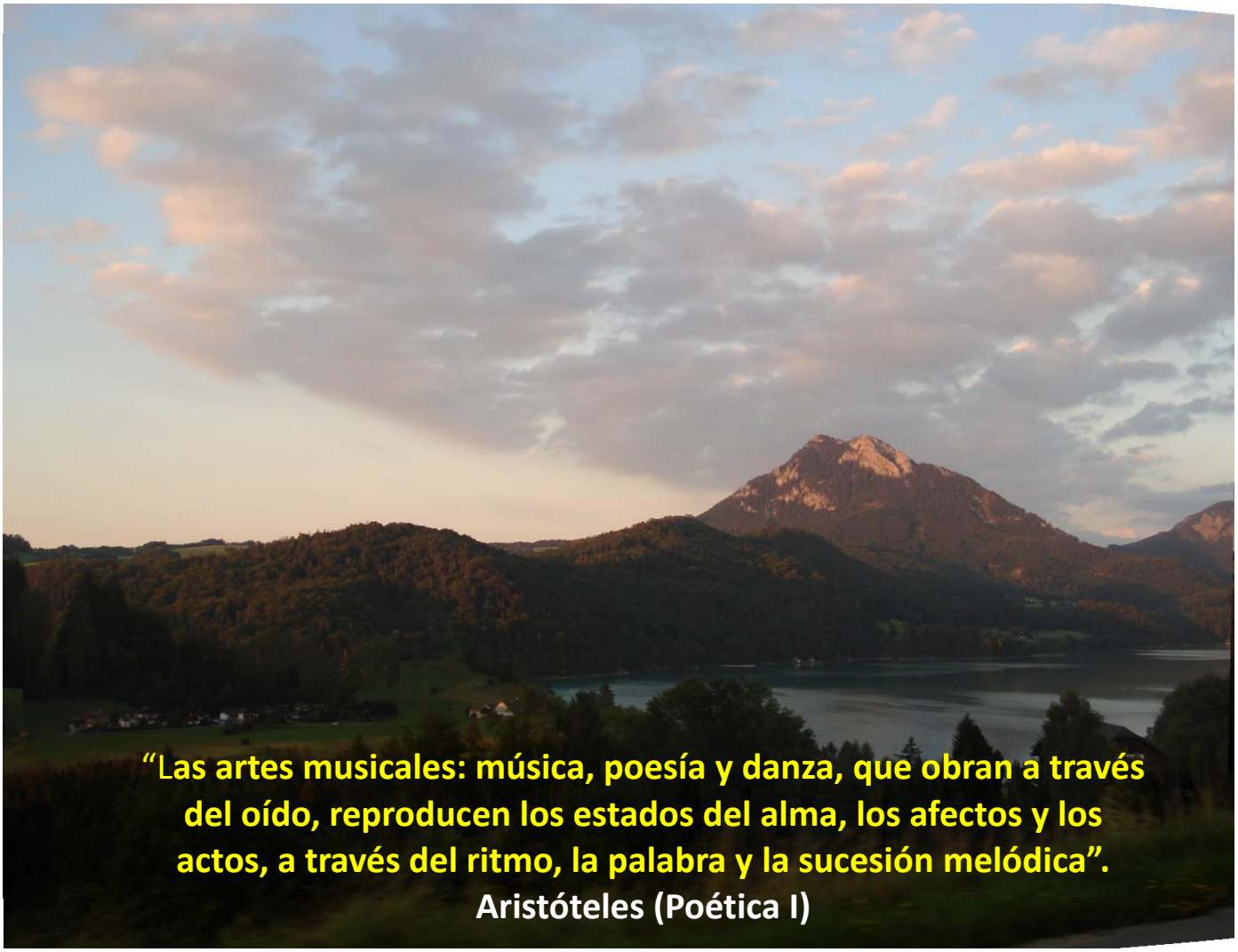
11. Deliberaciones ……..125

12.Objetivos cumplidos……126

13. ¿Dejaron en ti huellas tan profundas que?……..134

14. Sugerencias de los A.A de musicoterapia……138

15. Reflexión final……146



1

A guisa de prólogo

“Con tu ayuda, llegaré fácilmente a la vida dichosa”

San Agustín. De beata Vita”, 5, (PL.32,col.962)

Querido amigo Agustín.

Estas reflexiones que te envío acerca ***del Libro 4: “Juicio crítico sobre la musicoterapia”***, las he escrito teniéndote a ti y a tu primoroso trabajo a mi lado, frente a los ojos y a milímetros del corazón. Por eso, en rigor, no son un prólogo, sino un soliloquio del que te hago partícipe. Por otra

parte, la atinada y luminosa *Introducción* de José Luis de Vicente, hace redundante cualquier prolegómeno o preludio.

Tu elogiable y estupendo trabajo, sobre el que he pasado meditando muchas horas, me llena de asombro y admiración desde la galanura de tu *Presentación*, hasta las últimas reflexiones. Estructurado en apartados, con Fotos-Frase y gráficos (tartas) elocuentes, hacen más benigna la andadura por entre la urdimbre de preguntas y respuestas.

Con nobleza y sencillez marista, rebosando probidad singular, sin retorcer conceptos, expones una declaración de principios, con el punto de mira puesto en la mejora y posible corrección de la estrategia metodológica docente utilizada por ti a lo largo de muchos años de trabajo. Transpira exquisita pedagogía preventiva y futurista, anhelando "ser instrumento útil y valioso" en la armonización del psiquismo interior del niño y adolescente. Con ello buscas aparejarlos para ser personas y hombres cabales y positivos, en el curso peregrinante de la vida. Quieres para los alumnos el más adecuado aderezo, hoy tan deficiente, para llegar a ser personas de juicio crítico y discernimiento lúcido. Sublime tarea de orfebrería, querido Agustín. Eminente misión, que comporta una ímproba y gozosa entrega de vida, corazón, y de las entretelas del alma, en aras de una educación integral para solventar con categoría los avatares de la vida. Razón tenía aquel profesor de filosofía, expresándose en términos parecidos a los tuyos. Por los años en los que tú estabas sumergido en el laboratorio de Castilleja, el citado profesor sacó a luz un libro dedicado a su hija recién nacida. Así se expresa: "A mi hija recién nacida, que no sabe qué mundo se le viene encima". Como ves, el mundo sigue en las mismas o parecidas convulsiones que deben lidiar nuestros alumnos.

Para asegurar tu objetivo y veredicto concluyente, te vales de una carta dirigida a tus Antiguos Alumnos de Musicoterapia. Está concebida y redactada con tacto y mesura. Deseas su ayuda, respondiendo voluntaria y anónimamente a una breve encuesta. Para mí, lo más aleccionador y atrayente es que con naturalidad respetuosa, consideras a tus amigos destinatarios como "tus verdaderos maestros" y el "Libro abierto de la vida". Amigo Agustín, esta actitud y referencia humilde y laudatoria hacia tus alumnos, es la primera vez en mi vida que la veo escrita por un educador. Encuentro un eco lejano en el libro "De la vida dichosa" (De beata vita) de tu glorioso patrón San Agustín, escrita en el

año 386, un año antes de su bautismo. Es un diálogo íntimo, de corazón a corazón, con un reducido grupo mayoritariamente juvenil de alumnos y amigos muy cercanos, incluido alguno de su familia. Hablan de la sabiduría, de la búsqueda de la verdad, de la vida. Si este trabajo que has hecho, se publica algún día, tu carta emocionará a más de un educador. Esta sumisión al juicio crítico de los discípulos, a modo de sondeo de opinión, tan al uso, por ejemplo, en el periodismo, es algo extraño e inhabitual en el mundo profesional docente. Tú rompes moldes desde la cercanía cordial y amistosa a tus discípulos.

Abres el espectro de opinión desde los 10 hasta los 55 años, con lo que la base de datos es más que suficiente para cimentar con robustez científica la experiencia realizada en el laboratorio de Musicoterapia.

En tu estima axiológica infieres, con agudeza de psicólogo, una escala de fiabilidad variable, acorde con las etapas de la vida de los encuestados, sea desde un lenguaje exultante de la ilusión, hasta las respuestas desde la experiencia y madurez de vida, pasando por el filtro de la edad reflexiva. Esto te garantiza una hermenéutica más depurada y certera de las respuestas, las cuales recogen afirmaciones elocuentes y positivas alusivas al orientador y su metodología. Para todos, unánimemente, mereció la pena esta experiencia. Completada con la encuesta valorativa de las 22 preguntas al concluir las sesiones de Musicoterapia, queda rotundamente claro que salieron con otra perspectiva distinta de ver y valorar la vida y sus circunstancias. Merece resaltar el impacto bienhechor operado en ellos por la música, la danza y el baile (Ritmoterapia); la relajación saludable y desbloqueadora de tensiones y complejos; pérdida de la timidez; mejora en los estudios y en las relaciones con los padres; enfocar el amor, el sexo, y el trato con las niñas con dimensión de altura, responsable, totalmente liberadora , diferente a lo que pensaban, absolutamente normal; confianza y apertura dialogante con los demás, descubriendo sus cualidades, y su sentimientos y pensamientos más íntimos; búsqueda de la verdad. Alguno deja entrever la dimensión cristiana. Podría seguir enumerando logros adquiridos en los cursos y sesiones recibidas por los alumnos. En sinopsis global, se me antoja calificarlos, sin hipérbole, como “Elogio de la Musicoterapia”.

Me gustaría terminar este soliloquio cercano a tu corazón, augurando un porvenir halagüeño a tus *Memorias*. Que no mueran en teoría fosilizada

y arrinconada, sino que con la gracia de Dios y el buen hacer de los profesionales de la educación, sigan siendo un instrumento pedagógico fructífero y precioso, en amanecer continuado, actualizado y vivo en manos de los educadores. Agradezco hondamente tu amistad y tu magisterio. He aprendido y confirmado mucho de lo ya sabido, leyendo y meditando tu exhaustivo trabajo. Ahora te recuerdo como nunca cuando tenías seis o siete años y me dejabas boquiabierto y absorto, escuchándote tocar la bandurria con gracia y soltura asombrosa, sin la menor timidez, ante muchos admiradores y admiradoras. El eco de aquellas melodías de antaño, resuenan en las páginas de tu trabajo, bien atemperadas en el crisol de la Musicoterapia. Haciéndome portavoz de tus alumnos, no como intruso, sino como uno más, déjame despedirme , aplicándote, agradecido y en sana exégesis, las palabras del salmo (poema) 31,7: *"Fuiste mi refugio, me libraste del peligro, me rodeaste de cantos de liberación".* Ex toto corde.

Pedro Javier Sagüés SJ.

2

Introducción

Se pretende en este trabajo realizar un análisis crítico de la musicoterapia, a partir del cual ofrecer un juicio valorativo de la misma. El autor, para este análisis utiliza una encuesta en profundidad de 6 preguntas, técnica que posibilita el acercamiento a las actitudes subyacentes en los encuestados, y permite, a partir del análisis de sus respuestas, captar la lectura y la interpretación de la realidad y de los comportamientos asociados a ella que realizan los propios protagonistas.

Es un proceso comunicativo de extracción de información por parte del investigador. Distribuye las muestras en tres etapas: La primera recoge las respuestas de los encuestados con edades comprendidas entre los 10 – 15 años. Aunque las manifestaciones de los adolescentes son muy coincidentes y positivas, nos recuerda el autor que hay que tener en cuenta que han sido escritas después de terminadas las experiencias de musicoterapia, por lo que, dado que en ese momento solían sentirse pletóricos y satisfechos de ellas, es conveniente, a la hora de valorar sus respuestas, relativizar mucho sus opiniones y sus juicios críticos.

La segunda etapa nos ofrece las respuestas de los encuestados que tienen entre 16 – 29 años. Son más fiables, porque emanan de personas cuyo juicio crítico y reflexión están distanciadas por el tiempo y la madurez personal de los estudios universitarios en su gran mayoría.

En la tercera etapa recoge las valoraciones de las personas comprendidas entre 30 – 55 años. Las estimaciones de los que responden a esta tercera etapa son, sin duda, las más fiables y objetivas, ya que proceden de personas maduras y con una visión y experiencia de la vida más realista y no tan idealista como son las apreciaciones de la primera etapa.

De estas respuestas y de su larga experiencia en el campo de la musicoterapia ha constatado que las sesiones, para los chicos que participaban en ellas, - y en las que él mantuvo siempre con ellos una actitud positiva, empática, centrada en el grupo, de equilibrio liberador y no captativo o castrador, - eran una vivencia alucinante. Por eso desde el primer momento respondieron con una disponibilidad total a dejarse conocer a fondo y se sumergían en ella con un estado de ánimo muy positivo. Supieron captar la música de manera asombrosa hasta en el mínimo detalle y encontraron en las sesiones una herramienta que les sirvió para sortear los peligros y presiones del ambiente, lo que les permitió transitar por la vida con seguridad y optimismo.

El autor, como él mismo nos refiere, en su larga experiencia de musicoterapia, ha aprendido mucho de los cientos de muchachos, que participaron en sus sesiones. Nos comparte la certeza de que fueron para él como un libro abierto ya que, en ellas, la vida se manifestaba y hablaba por sí misma. Después de tantos años intentando resolver los problemas típicos de la adolescencia, ha constatado que la mayoría de esos problemas, en esencia, son siempre los mismos, aunque los tiempos y las formas de expresarlos cambien y las respuestas deban ser, en algunos aspectos, diferentes. Y también constata que se requiere un talante de empatía por parte del orientador, para conectar con su mundo complejo y para que estas experiencias puedan ayudar a los adolescentes a ir consiguiendo el fruto adecuado de una liberación auténtica y eficaz. Por eso, nos invita a escucharlos y a saber leer sus reflexiones, porque, si sabemos hacerlo, tienen mucho que enseñarnos y aportarnos .

A partir de su análisis crítico, perfectamente documentado, pone a nuestra disposición, y especialmente a disposición de todas las personas comprometidas con este campo, padres, educadores, profesores y personas significativas, implicadas en el terreno de la educación, cada vez con más futuro, sus observaciones personales, con el deseo de poder cotejarlas con las de otros profesionales y contribuir así a mejorar las técnicas empleadas y corregir posibles errores, que podrían ser muy dañinos en esta ilusionante y difícil tarea.

Pretende con ello, que puedan ser un instrumento útil y valioso en esta obra tan maravillosa de Integrar al psiquismo del niño y adolescente en una armonía interior, de descubrir lo positivo de su ser como persona, de potenciar su capacidad de autodefensa ante los ambientes negativos y manipuladores de la vida. Para ayudarle a madurar, crecer y saber superar sus típicas crisis, despertando en él el juicio crítico, enseñándole a ser objetivo, fortaleciéndole para que sea capaz de auto resolverse sus problemas. Consiguiendo que nazca en él ese hombre en potencia, esa persona, ese ser positivo, que todos llevamos dentro y, que muchas veces, por falta de jardineros hábiles, deja de nacer, nace prematuro, o es brutalmente abortado por una mala o deficiente educación.

Es algo que ya nos exponía Aristóteles en la Poética I: "L**as artes musicales: música, poesía y danza, que obran a través del oído, reproducen los estados del alma, los afectos y los actos, a través del ritmo, la palabra y la sucesión melódica".**

Mi deseo de que la lectura de este capítulo os ayude, como me ha ayudado a mí, y a tantas personas que acudieron a las sesiones de musicoterapia, organizadas por el H. Agustín, a descubrir el "poder mágico" de la música y la danza para incidir con tanta fuerza en nuestras vivencias y sentimientos más profundos.

José Luis de Vicente Carmona.
Licenciado en psicología y Doctor en Ciencias Humanas.

3

Presentación

El propósito de este pequeño trabajo busca aprender de los muchachos, que fueron para mí como un libro abierto, en el que se manifiesta la vida y

habla por sí misma, cuando sabemos escuchar y leer sus reflexiones. Quiero plasmar aquí mis observaciones personales en un intento de mejorar las técnicas complejas y cotejar mis intuiciones con los datos, recogidos a través de muchos años de experiencia, en una sincera y privilegiada autocrítica.

Así pues, mi objetivo queda claro, concreto y definido: mejorar el método, corregir posibles errores, que podrían ser muy dañinos en esta ilusionante y difícil tarea, y llegar a posibles **conclusiones**, que sirvan de pistas y principios confirmados, donde apoyarme, para llegar a ser con dicho bagaje un instrumento útil y valioso en esta obra tan maravillosa de: Integrar al psiquismo del niño y adolescente en una armonía interior, descubrir lo positivo de su ser como persona, potenciar su capacidad de autodefensa ante los ambientes negativos y manipuladores de la vida, ayudarle a madurar, crecer y saber superar sus típicas crisis, despertar en él el juicio crítico, enseñarle a ser objetivo, fortalecerle para auto resolverse en sus problemas, conseguir que nazca en él ese hombre en potencia, esa persona, ese ser positivo, que todos llevamos dentro y, que muchas veces, por falta de jardineros hábiles, deja de nacer, nace prematuro, o es brutalmente abortado por una mala o deficiente educación.

Para ello, envié una pequeña encuesta de 6 puntos a todas las personas que habían participado en la experiencia. Os comparto en este libro la carta que les escribí, una selección de las respuestas que obtuve y las conclusiones que extraje de ellas.

4

Carta a los A. A. de Musicoterapia

Querido amigo: agradecería me enviaras tu respuesta a esta sencilla encuesta, que te adjunto al final. Soy el Hno. Agustín Ezpeleta

*Estoy escribiendo las Memorias de Musicoterapia que, practiqué durante 38 años con vosotros en aquella época tan feliz de niños y adolescentes. En uno de los libros trato de hacer un comentario a las experiencias que, lleva el título: "**Juicio crítico sobre la musicoterapia**".*

He pensado en los que participasteis durante varios años en mis sesiones, pues, me gustaría recoger alguna respuesta, ahora que, distanciados en el tiempo, podéis ser más objetivos. No hace falta que os identifiquéis al responder a mis preguntas, poniendo el nombre, prefiero en anónimo, pero sí me interesa que pongáis los estudios, carreras que habéis hecho o estáis haciendo en el momento presente y, en su caso, la profesión que estáis

ejerciendo actualmente. Finalmente, si os parece bien, ponéis también la edad.

Quiero hacer un seguimiento, fundamentado en las respuestas a una sencilla encuesta en tres edades – etapas diferentes y sacar mis conclusiones.

1ª etapa de 10 – 15 años.
2ª etapa de 16 – 29 años.
3ª etapa de 30 – 55 años.

*Los adolescentes de Sevilla, que pasaron por las experiencias en Castilleja de La Cuesta y en Sanlúcar la Mayor, fueron para mí, como **El Libro de la vida.** En vuestras vivencias, llenas de sabiduría, leí, aprendí, disfruté y di sentido a mi misión, al permitirme leer los milagros de la vida y contemplar la imagen de Dios, plasmada en vuestra intimidad más profunda. Conseguí con facilidad conoceros mejor y ayudaros en las tormentas hormonales y emocionales, que aquejan en este bonito período de la vida, e intenté enseñaros a crecer felices y en armonía. Fuisteis para mí **verdaderos maestros**, pues, el hombre aprende más, cuando habla la vida. El saber que la musicoterapia dejó en vosotros huellas profundas, que os sirvieron de herramienta para sortear los peligros y presiones del ambiente, y poder así transitar por la vida con seguridad y optimismo, suscita en mí el sentimiento más gratificante al que puedo aspirar, y me siento por ello educador afortunado. En mis escritos aparecerá sólo la edad y la profesión o estudios, pero no vuestro nombre. Espero y agradeceré muchísimo vuestra colaboración. ¡Vale todo!*
Os llevaré siempre conmigo en el corazón y en el grato recuerdo. Finalmente, como Marista os digo: sed fuertes y nunca olvidéis lo que aprendisteis en vuestro colegio. Con mis mejores augurios ante la vida, que os sonríe, recibir un fuerte abrazo. ¡Gracias!

Observaciones

a) Las respuestas de la primera área no responden a preguntas concretas, sino que reflejan contestaciones globales.
b) En todos los casos aparece la edad y los estudios que realizan.
c) Transcribo todas las respuestas recibidas.
e) El lector, que se atreva a hincar el diente a este pequeño trabajo,

debería leerlo poco a poco, en pequeñas dosis, para no perderse los matices de algunas respuestas.
f) Cada apartado va introducido por una foto - frase para centrar el tema.
g) La mayoría de las fotos sólo sirven de soporte al contenido de la frase.

Agustín Ezpeleta Compains

5

1ªetapa de 10 – 15 años.

Respuestas algo fiables

6

Respuestas

A la carta dirigida a los A.A. de musicoterapia

1ª etapa de 10 – 15 años.
Respuestas algo fiables

1

L.F.

Para mí las experiencias de Castilleja han supuesto un paso importante y decisivo hacia la búsqueda de mí mismo y de la verdad. En ellas aprendí a superar mi timidez que me tenía tan acomplejado y me hacía comportarme casi siempre como un atontado, sobre todo, ante las niñas.

También conseguí una gran confianza en mi grupo. Perdí el miedo a contar mis cosas íntimas a los demás, a escuchar la música de forma nueva, a expresarme por el lenguaje del cuerpo, sin palabras... y, sobre todo, estoy descubriendo quién soy. Descubrí la amistad auténtica y en poco tiempo hice muchos amigos de verdad.

Las danzas y expresión corporal o ritmoterapia me volvían loco y esperaba con ansia ese momento para liberarme de la timidez y llenarme de ese deseo de vivir la vida con otro sentido y en plenitud. En todas las sesiones aprendí cosas nuevas.

Edad: 15 años
Estudiante 4º de la ESO

2

J.L.H.

Para mí ha supuesto la primera experiencia de musicoterapia un paso hacia el camino de la verdad, hacia el buen camino. También ha supuesto la pérdida de la timidez, que siempre he tenido y una gran confianza en las personas que formamos el grupo. He perdido el miedo a contar mis cosas íntimas a los demás, he aprendido a escuchar la música de forma nueva, a

expresarme por gestos, he empezado a descubrir quién soy, he intentado descubrirme y acercarme a la verdadera amistad, he hecho amigos en poco tiempo y con personas que antes no conocía. Me ha sorprendido mucho lo amable que es la gente que vive en esta casa, ya que, nada más llegar, sin conocernos empiezan a entablar conversación contigo. También me ha sorprendido la profunda religiosidad de esta gente. Son distintos de los demás. La última parte de la experiencia, la ritmoterapia, me ha llenado de optimismo, al conseguir perder mi timidez, que es muy grande, ante el grupo. Espero que esto me sirva para perderla también ante las chicas. En estas sesiones he aprendido mucho.

Edad: 14 años,
Estudiante: 3º de la ESO

3

F. J.R.

Esta primera experiencia de musicoterapia me ha ayudado muchísimo a perder la timidez tremenda que yo tenía con todos, hasta tal punto, que nunca me atrevía a decir nada ante mis padres, compañeros o profesores. Gracias al ejemplo de otros del grupo, que se han abierto mucho, contando, desde el principio, cosas muy profundas de su intimidad, yo también he sabido empezar a romper mi timidez. Me ha ayudado a unirme y descubrir a una serie de personas que, incluso, me caían mal y ahora me caen muy bien, por ser unos de los que más han participado. He descubierto que, con las personas mayores, excepto con algunas, se puede tener confianza y hablar muy libremente y sin reparos de las cosas más íntimas. He descubierto que, si me tomo las cosas en serio, y me concentro en la música, llego a descubrir cosas verdaderas que parecen imaginarias, pero son verdaderas realidades. He sentido profundamente la tristeza y la alegría.

He aprendido a dejar mi mente en blanco y libre para que pueda pensar lo que ella quiera... He aprendido a concentrarme, cosa que antes no sabía. He conseguido conocerme un poco mejor, viéndome reflejado en imágenes y llegando en algún momento a ver mi imagen por dentro, es decir, como soy por dentro. También he aprendido a exteriorizar mis cosas íntimas con gestos, cosa que antes no hacía, por miedo a quedar en ridículo. Yo, al ver la confianza que había en el grupo, no he sentido la más mínima vergüenza, pues, sabía que, aunque hiciera tonterías, nadie me iba a juzgar. He

aprendido que, la expresión corporal, por medio de la danza, te puede ayudar mucho a liberarte de tus problemas, pues, al exteriorizarlos y al ver que tus problemas son también los de los demás, sientes una profunda liberación. He visto al orientador siempre muy comprensivo. Era como uno más en el grupo y se integraba en el grupo, reía con nosotros, cuando nosotros reíamos etc. La experiencia me ha dejado alegre y liberado, aunque no del todo, ya que algunos de mis problemas son fuertes y duraderos.
También he descubierto que vivimos encadenados a mil manipulaciones, pero que tenemos que liberarnos, etc. Aquí se nos ha tratado muy bien. Todos éramos amigos de verdad. He visto que todos tenemos deseos de superarnos y que tenemos más cosas positivas que negativas. El orientador ha estado fantástico. Te hace descubrirte a fondo y sin problemas. Me resulta simpático y agradable estar con él. Nos ha brindado su amistad y nosotros la hemos cogido, pero que muy a gusto. Nunca tuve un profesor como él. Nos ha dejado un estado de ánimo positivo y a mil atmósferas. ¡Ojalá volvamos pronto a la experiencia!

Edad: 15 años,
Estudiante 4º de la ESO

4
F. M.P.

En esta primera experiencia de musicoterapia he experimentado que soy mucho más libre de lo que yo creía. Mis problemas me atenazaban y yo me sentía esclavo. He revivido experiencias de mi vida de fuerte significado para mí, por ejemplo, el infarto de mi padre... He descubierto que tengo personalidad propia, que no tengo necesidad de la publicidad ni de las revistas pornográficas para descubrir el sentido del amor y de la sexualidad. He descubierto que me puedo valer por mí mismo, que tengo buenas capacidades para asimilar y expresarme muy bien con la música. He logrado saber un poco más sobre quién soy yo y quién es el hombre. Es esta una experiencia que nos puede hacer muchísimo bien a todos los jóvenes. Yo espero que por ellas nos sepamos dominar en muchos aspectos de la vida. He aprendido que por medio de la música se puede uno liberar de: la timidez y el miedo, la vergüenza y la falta de libertad de expresión de uno mismo. También he podido descubrir que por medio de la música nos podemos fácilmente comunicar y unir con los demás.

Ha sido para mí algo tan extraordinario que creo seguiré subiendo a las experiencias por lo menos durante tres o cuatro años. El hermano se ha portado con nosotros maravillosamente y nos ha descubierto y enseñado cosas de nosotros mismos que ni siquiera nosotros sospechábamos. Me gustaría subir otra vez lo más pronto que sea posible. Mi estado de ánimo final: Me siento muy superado, mucho mejor que cuando subí, con muchas ganas de empezar a estudiar más y a trabajar y, sobre todo, a amar a los demás. Espero que el problema de mi carácter se haya solucionado un poco, porque de este problema estoy bastante saturado. También voy a cambiar en la manera de tratar a las chicas, porque me parece que soy demasiado duro con ellas y así nadie me podrá querer... Me siento muy violento por dentro y creo que aquí he mejorado o cambiado de actitud y eso me ha gustado muchísimo.

Edad: 15 años
Estudiante 4º de la ESO

5
F.J.M.

He descubierto como un mundo nuevo en el que me he identificado y me ha servido para: quitarme el miedo y el reparo, descubrir amistades de verdad y unirlas con la mía a nivel íntimo, identificarme mejor con los demás, liberarme de muchas cosas y conocerme mejor y más a fondo, empezar a vivir como hombre y no como un borrego más del montón. También he descubierto que mis problemas no son tan enormes que no puedan solucionarse. Me he sentido muy libre y he recapacitado sobre mi manera de ser y mi forma de pensar. La experiencia de musicoterapia me ha dado más de lo que yo esperaba: me he encontrado con otros chicos que, aunque mayores que yo, son abiertos, nos hemos aceptado con buenos ojos unos a otros y con mutuo agrado. Respecto a cada una de las sesiones, digo que me han parecido interesantísimas y en cada una de ellas he ido descubriendo un poco más de mí mismo. Cada sesión ha tenido para mí un valor**:**
La Primera, me sentí al principio algo tímido, por ser la primera vez que realizo experiencias de este tipo, pero después descubrí que estaba entre personas que me aceptaban como soy y rompí barreras.
La Segunda: Después del viaje hemos comunicado la experiencia y esto me ha ayudado mucho, puesto que ya sé y comprendo mejor hacia dónde se encaminan mis problemas. **La Tercera** Por medio de la música y las

diapositivas todos nos hemos visto reflejados en nuestra propia realidad. **La Cuarta**: con la música y la iluminación me he visto reflejado en mi propia sombra, mi figura, mi forma física, por la que he sido impresionado y he descubierto mis posibilidades creativas y además creo haberme descubierto también interiormente. En la música y expresión corporal he revivido intensamente mi forma de ser, mi genio, mis problemas, de los que he intentado liberarme a toda costa. Después me sentía liberado y me ha dejado estupendamente. Agustín, el orientador nos ha animado siempre y ha resuelto algún problema. Nos ha interpretado de forma original y directa nuestras ensoñaciones o vivencias que afloraban con la música de nuestro inconsciente. Al final de las sesiones debo decir que he encontrado en el orientador y en los demás algo más que unos amigos, he solucionado alguno de mis problemas y me he conocido mejor y más a fondo.

Edad: 15 años.
Estudiante 4º de la ESO

6
A. C. H.

Ha sido una cosa fantástica. He aprendido a estar con los demás y he empezado a solucionar algún problema. He perdido un poco mi timidez y he empezado a cambiar un poco todo mi ser. A partir de la experiencia intentaré hacer, no un diálogo, sino dialogar una y mil veces con mis padres, si hace falta. He descubierto un mundo nuevo, he superado mi timidez, aprendido a perdonar y a compartir mi intimidad con los del grupo. Agustín ha estado muy bien con nosotros, nos ha enseñado cosas nuevas y nos ha ayudado a liberarnos de algunos problemas, porque nos ha dado mucha, mucha confianza, hasta poderle llamar de tu (?)

Mi estado de ánimo final: estoy atónito de la amistad que se ha creado en el grupo en tan poco tiempo, en estos momentos que escribo mis impresiones estoy muy, muy alegre y, sería capaz de hacer lo que fuese necesario para que repitamos todas las semanas estas experiencias.

Edad 14 años,
Estudiante 3º de la ESO

7
F.H.L.

Esta experiencia me ha hecho romper la zanja que me separaba de algunos compañeros de clase. Además, he superado mi timidez ante ellos, he ganado su confianza y he empezado a hacer amigos de verdad. He recibido una fuerza especial para enfrentarme sin miedo a mis problemas y con muchas ganas de solucionarlos. Me daban ganas hasta de abrazar al que nunca he querido y sentía mucho coraje. Cada sesión era para mí un acercarme más a mi persona y a mi solución. He descubierto el porqué del amor y lo bueno de la amistad, he descubierto en mí mismo muchas posibilidades... He perdido el sufrimiento que me producía el verme incapaz en algún aspecto. Me veo más libre en la sociedad y con ganas de liberarme de toda manipulación. He sentido la necesidad de amar al prójimo, incluso a nivel muy íntimo.

Se me ha desvanecido un cierto cansancio interior que sentía, sobre todo. Creo que Agustín es un buen educador de adolescentes y que dice las cosas con toda claridad, escucha con atención nuestros problemas y busca para cada uno un camino apropiado de solución y, al mismo tiempo un alivio. Tú has sabido relacionar nuestras vidas con la música, los juegos hasta el punto de sentirnos alegres en medio de nuestras tristezas. Mi estado de ánimo final es éste: me he emocionado mucho y conmovido, he sabido ver la verdad de mí mismo, relacionar la alegría con la unión del grupo. Todos hemos sabido disfrutar con ganas y abrazarnos sin reparos, me he acercado a ti como amigo y compañero, no como profesor de religión.

Edad: 15 años.
Estudiante de 4º de la ESO

8
P.S.H.

Yo he tenido la sensación más agradable de toda mi vida. Me he sentido muy libre y a mi modo y manera de ser. He sentido una gran confianza en los demás del grupo, como amigos íntimos, he descubierto que mi cuerpo es otra cosa diferente de lo que yo creía. Yo me creía persona triste, muy poca cosa, pero ahora me veo diferente. Mis problemas eran antes grandísimos, como montañas del Himalaya, ahora todo cambia.

He descubierto que soy capaz de amar y comunicarme con los demás a nivel íntimo. Me ha dado más confianza contigo y mucha alegría el ver que estás haciendo cosas tan buenas con los adolescentes sevillanos. Usted se ha portado muy bien con nosotros y yo con Usted siempre tendré ya confianza. Las experiencias han estado francamente fabulosas en todo. Creo que esta experiencia dejará un recuerdo que no lo olvidaré jamás. Espero, a partir de aquí, un cambio radical en mi vida y en mi trato con los demás. Me siento muy feliz de haber descubierto esto y quiero seguir viniendo muchos años. Esta experiencia ha supuesto para mí una iniciación en el conocimiento de mi personalidad y de mi yo profundo. Ya desde el primer viaje con la música, hemos sabido relacionarnos con ella y familiarizarnos con este lenguaje. También me he familiarizado con el grupo y he aprendido a convivir. En la técnica de mi silueta y mi sombra, me he descubierto mejor a mí mismo y he sabido apreciar y ver lo positivo que hay dentro de mí intimidad. Con las diapositivas he descubierto algunos de mis problemas más profundos. Todos hemos vivido el grupo en gran cohesión y de aceptación de unos a otros. Mis problemas me parecían antes montañas, ahora ya no, sólo me parecen problemas solucionables. Después de terminar estas sesiones, estoy esperando salir a experimentar de nuevo la vida, pero viviéndola con otra visión y otra dimensión.

La actuación de Agustín ha sido de verdad maravillosa, pues, además de ser como uno más del grupo, ha sabido interpretar diversas reacciones y simbolismos de nuestros sueños con música, lo que nos ha servido de una gran ayuda para poder conocernos mejor y más a fondo y, sobre todo, nos ha dado pistas para que nosotros solucionemos nuestros problemas. Los discos, esas músicas están super bien y todos hemos reaccionado muy positivamente ante ellos. Me ha sorprendido tu gran preparación y el tener todo dispuesto minuto a minuto. Esta primera experiencia me ha dado conciencia de mí mismo, y ahora me encuentro con unas ganas tremendas de conocerme a fondo y de ver y descubrir mi intimidad más profunda.

Edad: 15 años.
Estudiante 4º de la ESO

9
H.G.P.

En esta primera experiencia he experimentado un cambio profundo en mí. He perdido mi timidez y aprendido muchas cosas. Por dos veces he revivido en metáfora, por medio de la música, la muerte de mi abuela. He

descubierto que la expresión de la danza ayuda a superar la timidez y a relacionarse uno más a fondo con el grupo, el cual me ha gustado mucho. Creo que la musicoterapia nos servirá para mucho, sobre todo, cuando seamos mayores. Entre con cierto miedo, misterio y timidez en estas experiencias nuevas para mí y, al final no quería terminar la sesión, pues me hubiera gustado seguir así siempre. Agustín ha sido para nosotros como un amigo, en el que he puesto mucha confianza, pues, se deja llamar de tú, además nos ha hecho a todos mucho bien, porque nos ha estudiado a fondo, nos ha comprendido y se ha portado como si fuera uno más del grupo. Quisiera volver dentro de poco para continuar con estas experiencias. Mi estado de ánimo final es francamente bueno, muy positivo y liberado de mis problemas de timidez etc.

Edad 14 años,
Estudiante 3º de la ESO

10

F. M. L. R.

La musicoterapia es algo difícil de explicar lo que fue para mí. Esos años significaron mucho en mi vida, fue la oportunidad para comprender que aquel que se sentaba a tu lado en clase era una persona como tú, descubrir el compañerismo, formar parte de él, todo eso fue para mí algo nuevo. Formar un grupo sin marginados, sin gente que destacara, todos por igual, me marcó profundamente. También me ayudó a ir conociéndome poco a poco y a descubrir mi personalidad. Subir a las experiencias de musicoterapia era como un sueño, algo muy ingenioso, bien estudiado para poderte conocer mejor y pasártelo a lo grande, pues es muy divertida. Me ha ayudado mucho en mis problemas y en mejorar mis relaciones con mis padres y con la gente. No he tenido ninguna dificultad y sólo cambiaría el que hubiese también niñas. Me ha gustado todo, todo absolutamente. Mis padres piensan que es algo muy bonito para mi edad y yo he mejorado mucho en los estudios, en la relación con mis padres y conmigo mismo, pues me conozco mejor y soy más feliz. Por todo ello pienso seguir al año próximo.

Edad: 14 años.
Estudiante: 3º de la ESO

NOTA:

Las manifestaciones de los adolescentes son muy coincidentes y positivas, pero hay que tener en cuenta que han sido escritas después de terminar una sesión, y era entonces cuando estaban más pletóricos y satisfechos de las experiencias de musicoterapia, para ellos algo muy novedoso. Así pues, hay que relativizar mucho sus opiniones y sus juicios críticos.

7

2ª etapa de 16 – 29 años.
Respuestas bastante fiables

Así habló la reflexión

Preguntas

1) ¿Qué recuerdo guardas de las sesiones de musicoterapia?
2) ¿De qué te sirvió en su momento?
3) ¿Mereció para ti la pena, te ayudó a conocerte mejor?
4) ¿Te preparó para caminar con juicio crítico por los vericuetos de la vida, ambiente social?
5) ¿Tienes alguna sugerencia que hacer?
6) Edad:
7) Estudiante:

RESPUESTAS

Observación:

Hay dos tipos de respuestas.
1) Las primeras siguen el esquema de las preguntas.
2) Las segundas son respuestas globales que no siguen dicho bosquejo.

1
J.A.R.G.

1. Guardo muy buenos recuerdos de aquellas tardes de musicoterapia, aquellas interminables “fichas” o documentos que rellenábamos y que sin que nos diéramos cuenta sacaban cosas de nosotros que ni nosotros mismos sabíamos. Aquellas dinámicas de relajación que aparte de relajarnos, nos divertían. Me acuerdo de una en especial, en la que además ganaba 1€ el que mejor la hiciera, que era de imitar a un animal delante de tus compañeros, me acuerdo más que nada por el pedazo de actuación de mono que hice y el euro que me gané ja. Ja. ja. También me acuerdo bien del final de las sesiones, cuando estaba ese ratito de baile libre en el que sacabas todo lo que llevabas dentro, y aunque yo nunca he sido un gran bailarín porque tengo más pies izquierdos que derechos, eran ratillos que se disfrutaban mucho

2. En mi momento me sirvió muchísimo, sobre todo, para saber cómo tenía que hacer las cosas tanto con los estudios, como para relacionarme con mis compañeros, es más creo que sin esas sesiones de musicoterapia y el apoyo que me daba el Hermano Agustín, no creo que hubiese acabado la ESO, y más a la primera tal y como la saqué

3. Sin duda, por supuesto que mereció la pena, y es algo que repetiría sin pensármelo dos veces, y sí me ayudó a ver facetas de mí mismo que en ese entonces no conocía, y recuerdo salir de cada sesión con algo nuevo en la cabeza para darle vueltas

4. Pues si, como ya he dicho antes me ayudó mucho tanto en el tema social, como en el académico, ya que estoy seguro de que, sin la musicoterapia, habría tenido difícil acabar la ESO. Actualmente trabajo de Informático, y espero poder meterme a estudiar magisterio en cuanto termine el bachiller que voy a volver a retomar.

5. En principio no hay ninguna sugerencia

6. **Edad**: 20 años. Soy J.A.R.G., pero la gente me conoce más como Toño.
7. **Estudio** Informática.

2
B.R.S.

1. Es un recuerdo muy tierno y lejano el que tengo de estas sesiones de musicoterapia. Me acuerdo de que todos compartíamos en corro al principio los problemas que habíamos tenido durante la semana, ya fuesen escolares o domésticos, y todos nos ayudábamos mutuamente.

Otro recuerdo es que la primera parte de la sesión era orientada a ejercicios guiados y con tu ayuda y siempre eran de mi interés. Mi grupo era bastante sólido y ninguno faltaba nunca, por lo que trabajábamos bien juntos. Luego recuerdo que teníamos ya un descanso cuando había oscurecido y comentábamos cosas en el descanso entre todos, en un ambiente bastante íntimo. Por último, entrábamos todos a la última parte de la sesión después del descanso que era el clímax y el máximo exponente de la expresión individual ya que nos fundíamos sin palabras en danzas en ese cubo negro con luces de colores. Toda una experiencia para mí y para nuestro grupo, ya que también se podía transmitir con movimientos, miradas, gestos y ninguna palabra, con el juego de luces mágico. Totalmente una experiencia

catártica que en su día no sabría denominar así, pero que ahora visto desde la madurez era precisamente eso.

2. Pues en mi terreno personal me sirvió para superar algunas inseguridades y abrirme más. También para tener ese momento de suspensión de normas y jerarquías y expresarme con total libertad. Complementaba mi educación emocional en aquel momento. Claramente que me sirvieron y me sirven. Me ayudó para purgarme de la rutina diaria y tener ese momento, como he mencionado, ajeno a cualquier poder o norma. Era un momento durante la semana en la que podía ser yo en todo mi esplendor.

3. Sí mereció mucho la pena, pues de esas sesiones aprendí mucho, ya que no solamente aprendía de los demás, sus inquietudes y problemas en casa, sino que además en los descansos el grupo seguía creciendo conjuntamente. A mí también me ayudó a conocerme mejor, incluso en torno a mi orientación sexual. Creo que hablamos de muchos aspectos en esas sesiones que ahora quedan lejanas.

4. Sí me preparó a transitar por la vida con juicio crítico y serenidad.

5. Mi sugerencia. No sé qué ha sido de estas sesiones de musicoterapia después de las que yo tuve, pero lo único que agradecería es que hubiese una persona encargada de mantenerlas como tradición, si usted mismo no pudiese por cualquier motivo. Creo que eran unas buenas prácticas que ayudaban en muchos aspectos, no solamente eran un entretenimiento y ya está.

6. **Edad**: 28 años.
7. **Profesión**: estoy en mi primer año de doctorado en la Universidad de Virginia (Estados Unidos). Mi doctorado es en literatura española. También soy instructor de español de mis propias clases en dicha universidad. Mi email de contacto: **br2md@virginia.edu.**

3
A.C.M.

1. Mi recuerdo de las sesiones de musicoterapia es muy grato, sobre todo a abrirme más a las personas y a perder la vergüenza a tratar en público.

2. Me sirvió y ayudó personalmente a conocerme a mí mismo, a creer en mí, y sobre todo a prepararme a lo que la vida me iba a deparar.

3. Sí, mereció la pena muchísimo, pues me enseñó a tener seguridad en mí, a creer que lo que me iba a proponer lo iba a conseguir, y sobre todo a ser mejor persona. Los valores que adquirimos en el colegio y en las sesiones, junto con los de mi familia, hace que, hoy en día, de gracias por la oportunidad que tuve de poder disfrutar de ello. Ninguna sugerencia, todo estuvo bien.

4. Efectivamente me preparó sobre todo a relacionarme en público, a interesarme por las cosas y no quedarme tan solo con lo principal, sino a recabar y mostrar más interés y superar los ambientes negativos y a motivarme por el estudio

5. Sugerencias no tengo ninguna, pues todo estuvo bien.

6. **Edad**: 28 años.

7. **Profesión**: Registro de la Propiedad, Auxiliar de Primera

4

H.A.R.

1. Mis recuerdos son muy positivos. En un principio la musicoterapia fue algo nuevo, una oportunidad de hacer algo distinto, fuera de lo corriente. Sentía curiosidad y me encontré con un grupo de gente de mi misma edad, con mi misma problemática o muy parecida. Entre todos podíamos solucionar problemas que en solitario serían difíciles de solucionar. Me ha ayudado a conocerme un poco mejor, a saber, mis defectos y mis virtudes, y a saber fijarme una meta.

2. Además, me ha servido para saber valorar situaciones externas. También era una liberación de las continuas presiones de los exámenes y de los estudios, éramos un grupo que, por una tarde, nos aislábamos del exterior y comentábamos vivencias, jugábamos y actuábamos juntos. Tengo un gran recuerdo de todos los alumnos que por aquí pasaron. Me ha servido para consolidar mis opiniones sobre algunos temas y, en alguna manera, para formar mi personalidad.

3. Sí, mereció la pena. Gracias a la musicoterapia, me veo que he madurado mucho y me doy cuenta de que ya no soy un niño, aunque en ocasiones actúo como tal, pero creo que ello me sirve para desahogarme y descargarme un tanto de presiones, exámenes etc. Quizás me haya faltado un grupo, donde poder solucionar problemas que siempre se plantean y no

siempre se resuelven. Mi relación con las chicas ha mejorado, aunque en contraste con otros amigos, las veo como un igual que me atraen más que un chico, pero a las que hay que tratar de igual a igual, y no considerarlas siempre desde el mismo punto de vista.

4. Pues claro que me preparó para caminar por la vida.

5. Más que sugerencia, te comento que vuelvo a la musicoterapia en busca de ese grupo que me hace falta, y al que he echado de menos en estos años pasados. También busco algunas respuestas y un apoyo moral del grupo. Aunque yo no fuera de los que más intervenían en el período anterior, me servía de mucho los comentarios y las experiencias de otros. Espero encontrar ese grupo que se fue desmembrando hasta perderse.

Me veo con ganas de trabajar, de ayudar en el grupo, y que el grupo me ayude a mí. Tengo ganas de volver a integrarme en un grupo, y al mismo tiempo, recordar experiencias pasadas, momentos gratos que vivimos todos juntos y en los que todos reíamos juntos. Además, creo que volver a la experiencia puede significar una nueva liberación de la cual he estado falto en estos últimos años.

6. **Edad:** 21 años.

7. **Estudiante**: 2º de universidad

5

A. P. S.

1. Los recuerdos que guardo de musicoterapia se resumirían en 2 acciones, la primera cosa de que me acuerdo son los ejercicios para ser capaz de expresarte, ya sea el de los mímicos o cualquier otro y el otro recuerdo que guardo eran las “encuestas” que nos dabas con la cual nos planteábamos las cosas que nos preguntabas.

2. Reflexionaba sobre los temas ese mismo día, pero al día siguiente ya iba más a mi rollo, cuando he notado que surgió efecto fue unos años más adelante, la cosa, es que cambié sin darme cuenta, tenía más soltura al hablar a la hora de explicarme correctamente, a tener compasión de todos y ayudar a todos en lo posible y por último a tener un juicio crítico.

3. La verdad es que sí, ya que actualmente, con 15 años, tengo muy claro quién soy y no me dejo influir por las demás personas, por lo que opino que sí me ayudó.

4. Sí, totalmente, es una de las cosas más importantes que me llevo de musicoterapia.

5. No responde.

6 **Edad**: 16 años.

7. **Estudiante:** 1º de Bachillerato

6
R.Á.R.

1. Sobre las sesiones de musicoterapia recuerdo que eran unas clases constructivas para mejorar como personas de cara al futuro y la verdad que aprendimos mucho, yo creo que era muy privilegiado ya que no todo el mundo tiene esa oportunidad. Las clases eran muy tranquilas, reflexionando y hablando sobre temas muy importantes tanto de valores, como de la conducta, etc. Posteriormente, recuerdo que los últimos 20 minutos nos ponías música en el cual nos desahogábamos bailando y era a la vez de serio y comprometido divertido.

2. En su momento me sirvió para tener una mayor seguridad en mí mismo, para saber cómo son las cosas del exterior, para tener un poco más de visión y dar las gracias por todo lo que tenemos y también para aprovechar el tiempo que le dedicamos a las cosas y no malgastarlo.

3. Claro que mereció la pena, como dije antes era un privilegio estar allí y además aprendíamos todas las veces que íbamos muchas cosas buenas y sobre el tema del conocimiento de uno mismo por supuesto que me ayudó a no descarriarme y a seguir mi vida como era yo con la misma personalidad.

4. Sí, me preparó mucho.

5. No, ninguna sugerencia.

6. **Edad**: 16 años**.**

7. **Estudio**: 1º de bachillerato.

Respuestas globales

7

C.G.R.

Guardo un recuerdo intenso, muy intenso. Mi infancia y parte de adolescencia estuvieron marcadas por dichas sesiones, las cuales me hicieron crecer notablemente como persona y optar por mis propios intereses de futuro, dejando a un lado las frustraciones, combatiendo los problemas y poniendo muy fuera de mi camino aquellos aspectos de la sociedad actual que, en un pasado, estuvieron presentes y, aunque siguen estándolo hoy en día, no me afectan absolutamente para nada.

Recuerdo alegremente cómo comentábamos aquellas encuestas, en las que vomitábamos problemas y frustraciones en un orden bien definido y con total confianza dentro del grupo unido que, a lo largo de varios años terminamos formando, al igual que esos veinte minutos de danza, en la que eras capaz de desahogarte a base de movimientos, saltos, carreras y de vez en cuando una que otra broma con tus compañeros.

También recuerdo aquella práctica en la que cada uno escribía cosas positivas de todos los compañeros del grupo, aunque siempre me quedé con las ganas de hacer esa misma práctica para el instructor, del cual guardo numerosos recuerdos y ninguno negativo.

Por último, me gustaría destacar la práctica de la danza individual la cual a modo de espejo tenían que imitar los otros compañeros, y el dejarse caer de espaldas, confiando plenamente en que tus compañeros iban a sujetarte para que no te cayeras al suelo.

Edad:16 años.
Profesión: 1º de bachillerato

8

J.G.R.

Guardo muy buen recuerdo de mi etapa en el colegio en general y en particular de las sesiones de musicoterapia. Fue una época importante en mi vida, y la recuerdo con mucho cariño, de hecho, estuve asistiendo a sesiones de musicoterapia desde quinto de primaria a cuarto de E.S.O. Incluso se planteó continuar con el grupo después de abandonar el colegio,

pero por problemas de horario aquello no siguió para adelante. Cuando asistía a las sesiones de musicoterapia me sentía con total confianza para poder expresarme en todos los aspectos. Además de ser una ayuda para el crecimiento personal, favorecía la unidad de los miembros que formaban el grupo con los que forjé una gran amistad.

Edad: 24 años

Profesión: arquitecto

9

A.D.H.

Tus experiencias fueron francamente maravillosas, porque en ellas descubrí y creo que empecé a ser hombre, y sobre todo persona.

Los efectos más positivos que saqué fueron éstos:

Perdí por completo mi timidez que tanto me acomplejaba... Sentí algo nunca soñado: estados de ánimo muy positivos, sentimientos profundos de algo inexplicables, deseos de ser mejor etc. Aprendí a expresarme libremente por medio de la música y el ritmo... Cuando experimentaba ciertas músicas y escribía, proyectando mi intimidad, parecía que soñaba y sentía algo interior tan maravilloso, que jamás había sentido ni imaginado.
Pienso que estas experiencias me servirán para toda la vida y me ayudarán a abrirme camino en la vida. En ellas fui capaz de comunicar mis problemas y vivencias más íntimas, sin ningún reparo, cosa insólita a mi edad, y esto me sirvió de mucho y me liberó de complejos problemas. Las vivencias que revivía con la música en los "VIAJES" eran para mí fascinantes y me ayudaron a conocerme mejor y a fondo en mis procesos más íntimos de crecimiento, de los cuales tenía ignorancia casi total...Hiciste las cosas de forma tal, que conseguiste interesarme por completo, ¡gracias!
Edad: 16 años.
Estudiante: 1º de bachillerato

10
M.H.M.

Ha sido para mí la experiencia más interesante que he realizado en mi vida. Puedo afirmar que en mi intimidad se operaron cambios sorprendentes. No

he llegado todavía a la meta, pero sé que existe esa meta y estoy ya en camino para conseguirla. Muy difícilmente podría expresar con palabras lo que han supuesto estas experiencias para mí.

He experimentado unos hechos, unas vivencias íntimas tan maravillosas y hasta ahora jamás soñadas que, sería para mí imposible describirlas...Me siento lleno, vivo un clima de tranquilidad y de paz profundas.

Estas experiencias han hecho que me acepte como soy y acepte a los demás en su otra realidad distinta.

"Me ha hecho creer viva y vorazmente en las personas y en sus infinitas posibilidades. Vivo unos ideales que no destruirán el tiempo ni el ambiente." Ahora creo en el amor como fuente inagotable de vida. Estos principios los he hecho ya míos, por haberlos vivido con intensidad en mi intimidad en las experiencias de musicoterapia, y no los cambiaría por nada, porque constituyen ya algo de mi propio ser. También he descubierto en estas vivencias, bañadas de luz y con músicas sedantes, la necesidad y el hambre de vivir cada minuto de mi vida con plenitud y optimismo. Ahora, si fallo, no me desanimo, como antes, sino que me levanto y empiezo de nuevo, pues, he descubierto y experimentado que, para vivir en plenitud la vida, tengo que renacer cada día de nuevo. He aprendido a conocerme a fondo y a dejarme conocer, y mi conocimiento íntimo me impele con alegría y fuerza irresistible a comunicarme, a abrirme sin reparos y a ofrecer a los demás lo mejor de mí mismo, "mi intimidad".

Con ello los otros se animan a hacer lo mismo y, ¡esto es una gozada! Se siente una satisfacción íntima tan grande, cuando nos dejamos conocer a fondo que, te hace cambiar radicalmente tu relación personal y trato con los demás. A partir de aquí, todos nos miramos con gran cariño y profundo respeto, y, aunque tengamos opiniones distintas en algunos aspectos, nos queremos con una dimensión hasta ahora desconocida e ignorada y que vamos descubriendo como a fogonazos.

He encontrado el sentido pleno a mi vida y lucho denodadamente para hacer de estos principios mi edad. ¡Gracias por tus experiencias¡...

Por ellas me conocí mejor, confío en mí y en los demás... En ellas nació en mí la luz y la esperanza de las que estaba tan necesitado.
Edad:18 años.
Estudiante:1º Universidad

11
C.A.F.

Empecé las experiencias de musicoterapia con cierto miedo, un poco de agobio y un mucho de curiosidad y misterio. Un amigo me había hablado mucho de ellas.

Ya al salir de la primera sesión, me sentí bastante aliviado, por lo que sentí y experimenté allí. Empecé con ello a liberarme de mis tensiones íntimas y de mi angustiosa timidez, de mi desconfianza en el grupo y de mis complejos.

La segunda sesión me liberó por unas pocas horas de todos mis problemas y empecé a confiar en el grupo y en el orientador.

A partir de estas experiencias el recuerdo perturbador de mi padre, que había muerto hacía unos años y yo lo veía en sueños y me angustiaba, ya no era un recuerdo angustioso de mi mente, como antes. En poco tiempo mi grupo hizo un gran trabajo. Podemos confiar unos en otros plenamente y contarnos nuestras penas, problemas y dificultades, y todo tipo de vivencias. Yo nunca había experimentado el alivio que se siente cuando se vacía la propia intimidad en alguien que no te juzga y te comprende. Pero donde disfruté siempre más fue en la "expresión corporal y ritmoterapia." Me sentía a gusto, con pleno goce de todo mi ser, transformado y llevado a otro mundo diferente.

El cuerpo parecía no pesarme y las músicas me arrastraban con ímpetu arrollador. Jamás había experimentado sensaciones tan agradables, tonificantes, y al tiempo tan indescriptibles como en estas danzas y expresiones. Vivía entonces totalmente transformado, olvidado de mis problemas. Al final, mi estado de ánimo era siempre de una alegría total. ¡Gracias Agus, por estas experiencias!

Edad:16 años.

Estudiante: 1º de bachillerato

12
A.H.S.

La musicoterapia fue para mí algo maravilloso. En ella aprendí a ser hombre y persona. Las cosas que he sacado de estas sesiones han sido las siguientes:

Perdí la timidez. Sentí dentro de mí cosas nuevas : estado de ánimo muy positivos... Sentimientos profundos de algo inexplicable, deseos de ser mejor y una mezcla de sentimientos que no sé explicar... Aprendí a expresarme libremente por medio de la música y el ritmo... Cuando experimentaba ciertas músicas, y escribía lo sentido dentro de mí, parecía que soñaba y sentía algo interior jamás sentido. Pienso que estas experiencias me sirvieron de mucho y me siguen sirviendo en la vida... En las sesiones fui capaz de comunicar mis problemas y vivencias íntimas sin reparos y esto me liberó de muchas cargas negativas en mi vida. Las vivencias de los "viajes" eran para mí fascinantes y me ayudaron a conocerme a fondo en mis procesos más íntimos y de los que tenía una total ignorancia. Tú hiciste las cosas de forma que me interesaste mucho.

Edad: 16 años.
Estudiante: 1º de bachillerato

13
F.G.M.

Las sesiones de musicoterapia me ayudaron muchísimo desde el inicio. Conseguí perder muy pronto mi timidez, que me dominaba de tal modo que, nunca me atrevía a contar mis cosas a mis padres, compañeros o profesores. Al ver cómo los otros se abrían al máximo, contando cosas íntimas, me animé a hacer yo lo mismo, y aquí vino el milagro : "experimenté una satisfacción íntima tan grande que me animaba a dejarme conocer cada vez más a fondo, sin corte ni reparos." Lo más positivo para mí fue esto: Me ayudaron a descubrir a una serie de personas, alguna de las cuales me caían mal y ahora, al conocerlas por dentro, me caen muy bien y hago con ellas una gran amistad. He descubierto que, en los mayores, excepto con algunos, se puede tener confianza para hablar de cosas personales.

He sentido momentos de profunda tristeza y alegría. Aprendí a dejar mi mente en blanco y a relajarme a fondo. Creo que ahora me conozco mucho más a fondo y he llegado a ver en imágenes cómo es mi rostro por dentro (?).

Aprendí también a exteriorizar y comunicar mis cosas íntimas con gestos y con el lenguaje del cuerpo, cosa que ni sabía, ni lo hubiera podido hacer por miedo a quedar en ridículo.

En la Psicodanza me sentí liberado de un saco de problemas y angustias.

En resumen: me siento liberado y, aunque con problemas, ya los miro sin angustia y no como antes.

Edad: 16 años.
Estudiante: 1º de bachillerato

14
T.G.M.

Las experiencias resultaron fantásticas. Me hicieron sentirme libre de preocupaciones y me ayudaron a abrirme al grupo. Durante el viaje soñé y viví en mi imaginación cosas que yo no había pensado y, al contarlo a los demás, me hacían sentirme mejor. Me costó bastante expresarme y danzar en la ritmoterapia, porque me daba mucho corte. Mis compañeros me animaron y no tuve más que expresarme sin miedo y ahora, es el momento que más me gusta recordar de la experiencia. Yo creo que cualquier adolescente que tenga 300 ptas. haría muy bien en emplearlas en estas experiencias, pues, es el dinero mejor empleado. En ellas descubrí y me di cuenta de que: Tenía que ayudar a los demás.

Que mis problemas tenían solución. Que el salir con chicas no es malo. Que vivimos enrollados en mil manipulaciones de las que tenía que salir para vivir como persona y ser feliz.

Aquí fuimos todos amigos de verdad. Esto fue “demasié”, el poderse fiar de todas las personas, ¡tío! Todos sentíamos ganas de superarnos y de ser mejores. Ojalá pudieran hacerlas muchas más personas y con chicas.

Edad 16 años.

Estudiante 1º de bachillerato

15

G.S.S.

Con estas experiencias he descubierto un mundo nuevo, con el que me he identificado. Me han servido de mucho porque, me quité los miedos, reparos, y los complejos, encontré amigos y con ellos comuniqué mis cosas personales, me libré de muchas cosas y me conocí a fondo, aprendí a vivir como hombre y dejé de ser un borrego. Además, descubrí que mis problemas tenían solución, reflexioné mucho sobre mi forma de ser y pensar.

Las experiencias me dieron más de lo que yo esperaba, porque, me encontré con otros muchachos, mayores que yo, pero abiertos, y esto me dio alegría al ver a los tíos como son por dentro y sin careta, hacía que los quisiera uno más y los respetaba al máximo.

Todas las sesiones fueron variadas e interesantes y tú necesitaste mucha habilidad e ingenio para habértelas con nosotros. En las primeras sesiones me sentí algo tímido, pero, cuando noté que me aceptaban como soy, rompí las barreras, ¡macho!

En los viajes me descubrí y comuniqué a fondo y, gracias a ellos, sé hacia dónde camina mi personalidad. En muchas ocasiones vi reflejada mi realidad, ayudado por la música, las diapositivas y tus técnicas. Cuando descubrí mi forma física, llegó a impresionarme hondamente y sentí con fuerza lo bueno y positivo que hay dentro de mí y que nadie me había hecho descubrir hasta hoy.

Viví momentos muy intensos en los que revivía con mucha fuerza mi forma de ser, mi genio y mi carácter duro y mis problemas de los que intenté liberarme a toda costa. Las experiencias me dejaron estupendamente. Encontré amigos en los que se puede confiar y contar todo.

Edad 18 años.

Estudiante 1º universitario

16

J.J.R.

Fue algo estupendo. Aprendí a vivir con los demás y a solucionar mis problemas. Perdí poco a poco mi timidez y empecé a mejorar mi forma de

ser. A raíz de estas experiencias intenté dialogar una y mil veces con mis padres. Descubrí un mundo nuevo, superé mi timidez, compartí mi intimidad con el grupo. Tú nos disté mucha confianza. Saqué de allí mucha fuerza para enfrentarme a mis problemas y sentí muchas ganas de solucionarlos. Cada sesión era como acercarme más a mi persona y a mi solución.

Descubrí mis cosas positivas y mis posibilidades. Dejé de sufrir por mis complejos y mi timidez. Resolví mis problemas sexuales y mi complejo de feo y de que no caía bien a las niñas. Descubrí lo importante que es la necesidad de amar a los demás, incluso a nivel íntimo.
Por tus experiencias de musicoterapia, me siento liberado de cierto cansancio interior y del asco que sentía por todo. Mi estado de ánimo al final fue muy positivo. Me emocioné y viví intensamente mis cosas íntimas. Conseguí ver la verdad de mí mismo. Hasta ahora sigo alegre y me gustaría volver a tener alguna de tus sesiones".

La única pega que te pongo es que deberías haber puesto también niñas y ser algo más frecuentes, cada semana o cada 15 días. No olvidaré fácilmente el recuerdo de estas experiencias. Me sentí muy feliz por haber descubierto esto.

Edad 19 años.

Estudiante 2º universidad

17
E. Ch. G. Q.

Asistí a musicoterapia en la 1ª Etapa. En tus sesiones conseguí muchas cosas, entre las que destaco las siguientes. La capacidad de decir lo que pienso y siento sin el miedo de ser juzgado, la posibilidad de ver el mundo desde el punto de vista de otra persona, permitiéndome así abrir la mente y aumentar mi capacidad de empatía.

Aunque el objetivo por el cual me apunté era para mejorar mi rendimiento académico, la mayor utilidad se la doy a lo largo de todo lo que llevo vivido desde entonces ya que cambió mi forma de pensar de aquel entonces y por tanto la actual. Me sirvió para ver que los problemas no son nada más que pruebas que la vida te pone, las cuales una vez superadas y miras atrás ves que no eran tanto como parecía ser.

Al poder expresarme libremente fui capaz de ver el lado sensible que intento siempre ocultar, porque por desgracia no hay nada peor en la vida social que pintar tu personalidad por el hecho de "¿Qué pensarán?". Actualmente no me da vergüenza mostrar como soy a la gente, soy crítico con lo que veo y digo lo que pienso.

Fue el primer paso a mi propio juicio y forma de pensar. El segundo ha sido el descubrimiento de la filosofía, asignatura la cual empecé a recibir el año pasado en 1º de bachillerato.

Edad 17 años.

Estudiante: 2º de Bachillerato

18

P.R.

Hola, hermano, soy P.R. Le dejo adjuntada la encuesta. Mi padre me la pasó, para hacerla. Me ha hecho rememorar recuerdos muy bonitos. Muchas gracias. Recuerdo que los que participábamos en las sesiones de musicoterapia estábamos todos los meses deseando a que llegara ese jueves por la tarde para tener nuestro rato de sesión. Deseando porque hacíamos cosas diferentes a las que normalmente cualquier chaval de nuestra edad hacía: reflexiones, juegos entretenidos, hablar sobre nuestros estudios, momentos de relajación, danzas. Cada una de las sesiones era una nueva sorpresa, ninguno sabíamos lo que nos iba a deparar ese día.

Puedo destacar cuatro consecuencias de estas sesiones:

a) Entablamos una buena amistad los componentes del grupo. Era inevitable, pues estábamos compartiendo un poco de nuestras vidas en cada sesión, y eso LLENA.

b) Conocimos de qué madera estaba hecho usted, hermano. ¿Qué le puedo decir que usted no sepa ya? Una persona dedicada totalmente a lo que su vocación le llamó en su día: la vida y educación de los jóvenes. Estoy seguro de que nuestros padres no dudaron ni un segundo a la hora de apuntarnos a estas sesiones.

c) Nos conocimos mucho más a nosotros mismos. Conocimos qué era lo que queríamos conseguir en nuestras vidas, y no sólo eso, mucho más

importante aún, conocimos cómo íbamos a conseguir nuestros objetivos, dicho de otra forma: cual era nuestro estilo de vida a seguir.

d) Por último, me sirvió muchísimo para madurar como estudiante. Nunca olvidaré esas TRES palabras tan repetidas por usted hermano: HÁBITO DE ESTUDIO. Estas tres palabras son el punto diferencial entre los alumnos de mi carrera universitaria (Ingeniería Industrial). Todo es posible con el esfuerzo y la constancia, las dos características más difíciles de conseguir como estudiante y las dos más demandadas en el mercado laboral.

Los niños son esponjas, que absorben todo lo que ven, que lo toman como ejemplo y lo quieren imitar. En la sociedad en la que vivimos esto puede llegar a ser un serio problema ya que hay demasiadas malas influencias que pueden provocar graves "lesiones" en nuestras vidas. Las sesiones de musicoterapia no nos ayudaron a omitir estas influencias, sino a defendernos de ellas, porque aprendimos y comprendimos que eso no era bueno para nosotros. Estas influencias a las que me refiero pueden ser el alcoholismo, la drogadicción o la violencia.

Edad: 20 años.

Estudiante: Ingeniería Industrial en la Universidad de Sevilla.

19
S.S.V.

Recuerdo la musicoterapia como algo divertido y de descarga de los problemas del día, de apoyo en mi crecimiento personal y fue para mí algo fundamental. Debería contemplarse en educación como algo obligatorio. Me enseñó a relativizar los problemas en su justa medida, dándome cuenta de lo común entre compañeros de la misma edad.

Edad: 16 años.
Estudiante 1º bachillerato.

20
A.P.

Las sesiones de musicoterapia fueron para mi momentos con mis compañeros de clase de diversión principalmente. También fueron momentos de reconocer mis errores, hacérselos reconocer a mis compañeros, compartir cosas de mi vida en grupo y, sobre todo, aprender

de los consejos del Hermano Agustín. Me ayudó a ganar confianza con mis compañeros y amigos. Me preparó muchísimo para la vida.

Edad: 16 años.
Estudiante:1º de bachillerato

21
F.G.H.

La musicoterapia me ha hecho creer viva y vorazmente en las personas y en sus infinitas posibilidades. **"Vivo unos ideales que no destruirán el tiempo ni el ambiente."** Ahora creo en el amor como fuente inagotable de vida. Estos principios los he hecho ya míos, por haberlos vivido con intensidad en mi intimidad en las experiencias de musicoterapia, y no los cambiaría por nada, porque constituyen ya algo de mi propio ser. También he descubierto en estas vivencias, bañadas de luz y con músicas sedantes, la necesidad y el hambre de vivir cada minuto de mi vida con plenitud y optimismo.

Ahora, si fallo, no me desanimo, como antes, sino que me levanto y empiezo de nuevo, pues, he descubierto y experimentado que, para vivir en plenitud la vida, tengo que renacer cada día de nuevo.

He aprendido a conocerme a fondo y a dejarme conocer, y mi conocimiento íntimo me impele con alegría y fuerza irresistible a comunicarme, **a abrirme sin reparos y a ofrecer a los demás lo mejor de mí mismo, mi intimidad**. Con ello los otros se animan a hacer lo mismo y, ¡esto es una gozada! Se siente una satisfacción íntima tan grande, cuando nos dejamos conocer a fondo que, te hace cambiar radicalmente tu relación personal y trato con los demás.

A partir de aquí, todos nos miramos con gran cariño y profundo respeto, y, aunque tengamos opiniones distintas en algunos aspectos, nos queremos con una dimensión hasta ahora desconocida e ignorada y que vamos descubriendo como a fogonazos. He encontrado el sentido pleno a mi vida y lucho denodadamente para hacer de estos principios mi edad. ¡Gracias por tus experiencias! Por ellas me conocí mejor, confío en mí y en los demás. En ellas nació en mí la luz y la esperanza de las que estaba tan necesitado.
Edad: 18 años.
Estudiante: 1º de universidad

22
R.J.R.

La musicoterapia es algo difícil de explicar lo que fue para mí. Esos años significaron mucho en mi vida, fue la oportunidad para comprender que aquel que se sentaba a tu lado en clase era una persona como tú, descubrir el compañerismo, formar parte de él, todo eso fue para mí algo nuevo. Formar un grupo sin marginados, sin gente que destacara, todos por igual, me marcó profundamente. También me ayudó a ir conociéndome poco a poco y a descubrir mi personalidad. Subir a las experiencias de musicoterapia era como un sueño.

En estos dos años sin musicoterapia he notado mucho la ausencia de estas cosas y de estas vivencias tan sugerentes y atractivas, a la vez que provechosas y tan importantes para mí: el grupo, el orientador, las vivencias y experiencias que allí tenías, los descubrimientos profundos de ti mismo, las otras formas de ver e interpretar la vida y la realidad y el sin fin cosas nuevas, nunca experimentadas hasta entonces. Todo ello, como digo dejaba en mi un gran vacío que no podía llenar con nada, ni con nadie.

Pero también me he dado cuenta, en estos dos años de mi ausencia, de una visión diferente en mi vida con respecto a los amigos y amigas. Esta visión diferente la he notado, sobre todo, en el campo de la relación chico – chica. Al mismo tiempo me he dado cuenta de cómo maduraba, aunque me he convertido en un chico algo introvertido y quizás tímido.

Por todas estas razones y porque de verdad lo necesitaba, vuelvo a las experiencias de musicoterapia. Además, porque notaba que había dejado algo a la mitad y que necesitaba continuar hasta terminar. Echaba de menos al grupo, a las experiencias, al viaje, la expresión corporal y la danza, y sentía ansias por subir y volver otra vez a empezar.

Aquí y ahora me veo como alguien desorientado, quizás por haber salido antes de tiempo del cascarón, dejando la musicoterapia, que tan bien me preparaba para la vida real, a veces un tanto dura y cruel que me esperaba. También vuelvo a estas experiencias porque necesito algo más de luz, pues, me da miedo hacerme mayor tan deprisa, quiero equilibrarme, serenarme para saber afrontar lo que venga con total tranquilidad. De todas formas, no me veo tan mal, pues, estoy más equilibrado que antes y

bastante contento de cómo soy, aunque reconozco y noto que necesito completarme y completar lo que empecé.

Edad: 19 años**.**
Estudiante: 2º de universidad

23
M. J.

Quiero expresar de la manera más objetiva posible, lo que fueron para mí las sesiones de musicoterapia. Lo primero que quiero señalar es que, ni la experiencia es una panacea, ni Agustín es un brujo que lo arregla y soluciona todo. No, la musicoterapia fue, y lo sigue siendo, (esto es lo que importa para mí) que es, una experiencia donde una serie de muchachos ponemos nuestra vida en común: los problemas, alegrías, experiencias de vida, pensamientos íntimos y sentimientos con el fin de "hacernos hombres libres que sepan amar". Agustín, con mano certera, honradez profesional, experiencia y madurez crea un clima donde nosotros podemos movernos libremente. No quiere que se le alabe, ni que se le ponga por las nubes, y yo tampoco pretendo ahora hacer eso. Él es un hombre, pero algo más también, es un verdadero amigo, y de los amigos que no fallan. Además, con sus conocimientos, sus técnicas y su objetividad procuraba, y lo ha conseguido, **darnos algo más que dos o tres horas entretenidas**: una alegría rebosante nos inundaba siempre, al salir de las experiencias.

Nos has dado también una gran inquietud para realizarnos como personas. Nos has ayudado a que salgamos de nosotros mismos. Gracias a la musicoterapia he comprendido qué es la vida, la amistad, la responsabilidad, la libertad, el amor, las cosas tan bonitas que tiene la vida y que tantos ignoran. La experiencia de musicoterapia no termina al salir del recinto, ni siquiera cuando algún grupo por alguna causa se disuelve, es tan honda, que una vez que la has empezado y vivido a fondo, nunca termina. Al contrario, yo personalmente creo que está siempre vigente en nuestra vida. Yo diría que, incluso cuando se acaban las sesiones, empieza la verdadera experiencia, porque entonces hay que aplicar a la vida, a las relaciones familiares, relaciones sentimentales, amistades, trabajo y estudios y a todo lo que compone nuestro ordinario vivir, lo que allí descubrimos y aprendimos. Gracias a la musicoterapia me conozco mejor, sé lo que quiero y por qué lucho y cada día voy descubriendo algo nuevo en mí. El mayor defecto que experimenté en la musicoterapia fue el haber

tenido las sesiones demasiado distanciadas. Es algo que te hace vivir tan fuerte a ti mismo que, merece la pena tenerlo más a menudo y se experimenta esta necesidad como con hambre. A mí, personalmente me ha servido muchísimo y me sigue sirviendo, y me causa una inmensa alegría el saber, que las experiencias continúan y se siguen superando obstáculos y mejorando las técnicas. ¡Ojalá! que todos los adolescentes pudieran experimentarlas.

Ahora quiero analizar un poco la evolución de mi grupo. En sus momentos iniciales era un grupo con muchas posibilidades y halagüeñas esperanzas. Nuestra evolución era totalmente normal, incluso, dentro del seno del grupo se creó una muy fuerte amistad, pues, nos conocíamos todos a fondo y todo marchaba bien. Un día empezamos a relacionarnos con otro grupo que no era de musicoterapia. Entonces dicho grupo sembró en nosotros una extraña semilla, muy distinta a la que ya había germinado en musicoterapia. En algunos miembros del grupo, esa otra semilla de la que hablo, agarró fuerte. Empezó la manía de la cuestión social y se metió de por medio la política, donde todo vale. Germinó pronto la cizaña de la cuestión social de moda y mal entendida. Allí empezaron nuestras discrepancias de imposible solución, porque la política de algunos era de piñón fijo y ese tipo de ideas siempre suelen dividir a las mentes y a los corazones. Varios de los del grupo no comulgábamos con las ideas de la nueva situación creada. Entonces los que se habían dejado manipular nos calificaron de carcas y retrógradas. Yo, en cierta manera, y por la amistad que me unía con los disidentes, me salvé del calificativo y de sus amargas y aceradas críticas, pero eso no me importa. Había aprendido a guiarme por el Evangelio y todo lo demás me importaba un comino. Al poco tiempo el grupo se desmembró, se desorientó y la consecuencia fue la ruptura, pues, no cabía otra salida. Yo sigo llevándome bien con todos los del grupo, ya desintegrado, pero la cosa ya no es como antes. Quizás, algún día superemos este bache y podamos continuar como grupo. Todos hemos vivido la experiencia de vivir juntos y el dolor de la ruptura, si somos consecuentes, la vida nos hará volver a juntarnos de nuevo en el grupo.

Edad 23 años.
Estudiante de 4º de filosofía

Las sabias reflexiones de este joven estudiante hacen alusión al efecto negativo de un educador radical, animador de grupos de adolescentes.
Se trataba de un inexperto orientador y con ideas exaltadas de los primeros momentos

del cambio social y político. Su influencia fue tan negativa que, desintegró al grupo, pues, quiso hacerles a su imagen y semejanza, inoculándoles su propio pensamiento. Aunque no pude seguirles, porque hacía ya varios años que terminaron conmigo en la musicoterapia, sé que el grupo volvió de nuevo a funcionar de manera cordial.

24
A. S. H.

Para mí, la musicoterapia fue muy importante durante el tiempo que acudí a las sesiones. En las diversas afrontas que me surgían, me sirvió para levantarme y solventarlas de la mejor forma posible, además de incidir en mi persona y guiarme por el camino correcto, el que me lleva a la formación adecuada no solo a nivel de conocimiento, sino especialmente como persona, mantener mi personalidad siempre fija para no dejarme llevar por las nuevas corrientes que llevan a todos hacia el mismo lugar, sin conocimiento de a dónde se va, en una sociedad sin valores.

Cuando acudía a la musicoterapia, era consciente de lo importante que era y lo mucho que me ayudaba. Pero es ahora cuando valoro en su verdadera magnitud las sesiones de musicoterapia durante esa etapa de mi vida.

A diario hay que enfrentarse a la rutina al día a día, y surgen situaciones de crisis. En esos momentos, digo STOP: párate a pensar, no te precipites. Y recuerdo lo que nos enseñabas en Musicoterapia. Los errores son inevitables, es parte del ser humano, y además son necesarios, nos ayudan a crecer. Sólo hay que aprender de ellos y actuar en consecuencia en el futuro.

Otro aspecto en el que me ha ayudado es en mantener un tiempo dedicado para mí, lejos de toda preocupación, en el que me evalúo a mí mismo, la situación que vivo, qué quiero hacer, cuál es mi meta... Sin las sesiones, probablemente no sabría de la importancia de la reflexión personal, y simplemente me dejaría llevar por la rutina, las prisas, los agobios... y no sabría tomar la decisión más oportuna en cada momento, y pese a toda reflexión sigo errando en muchos aspectos, pero la musicoterapia me ha enseñado a aprender a levantarme y seguir adelante.

Desde que abandoné la musicoterapia han sido múltiples las situaciones en las que el entorno me forzaba a dejarme llevar por el camino fácil, el que coge la mayoría, y que lleva a la perdición de la persona. En ocasiones ha sido muy fuerte esa llamada, pero la musicoterapia dejó en mí huellas muy

profundas, tanto que sería casi imposible borrarlas, y aunque siga habiendo momentos de debilidad, al superarlos puedo caminar seguro de mí mismo y con esperanza de futuro.

La organización de la temática que trataste con nosotros para mí era perfecta, se ve que muchos años de trabajo te han llevado a saber en qué aspectos hay que incidir más, pues son los que pueden llevar a mal puerto a los jóvenes, si no se afrontan del modo adecuado. Los aspectos que yo valoro y que son más relevantes de cara al futuro son:

- Fortalecimiento y maduración de la personalidad. Es lo que te define a ti mismo, y lo que te diferencia del resto. Es fundamental que esté bien moldeada y que sea imposible de modificar por el resto (a menos que sea en tu ayuda)

- El alcohol y las drogas. Es algo que se van a encontrar los chavales con total seguridad tarde o temprano, y conviene que sepan qué hay que hacer en esos casos y cómo no caer en el error.

- La sexualidad. El deseo carnal es algo inevitable y son muchos los jóvenes que se pierden y se dejan llevar por el placer y el sexo, pero sin ser maduros como personas y desconociendo lo que el acto significa. Esto lleva a la pérdida de valores y al olvido del amor verdadero.

- La reflexión. Pese a todo lo que se les enseñe a los chavales y por fuerte que sea su personalidad, siempre van a pasar momentos de crisis. Lo que deben saber es cómo afrontar esas crisis, manteniendo una reflexión consigo mismo, aislarse del exterior y pensar qué es lo mejor para ti mismo y para los demás. Una reflexión profunda que te ayude a superar cualquier crisis. ¡Gracias!, por tu colaboración y por los momentos tan maravillosos que vivimos en las experiencias.

Edad: 17 años.

Estudiante de 2º de Bachillerato.

25
J.V.N.

Me ha gustado mucho conocer a mi grupo, que me parece estupendo. Estas sesiones son un tiempo de desahogo y reflexión sobre uno mismo y el

ambiente que nos rodea. Aquí me he encontrado con un ambiente de gran confianza, pudiendo contarlo todo, porque te das cuenta de que todos somos iguales. Me encantó la música de las experiencias y las diversas técnicas, cada una de ellas a cuál más curiosa y nueva.

Al principio no me convencía mucho por la música, pero después pusiste música que me gustaba y todo empezó a funcionar mejor...

Lo valoro todo muy bien. Creo que nos ayuda a sacar fuera sentimientos que tenemos escondidos dentro de nosotros. Mediante la expresión corporal se olvida uno de todo y el descanso te ayuda a recordar cosas y olvidarlas después. Estas sesiones te ayudan a comunicarte y a ver que todos somos parecidos. Nunca te sientes solo y esto te ayuda a descargar tus tensiones y el mal humor.

Me han enseñado muchas cosas referentes a la sociedad y a la vida. Lo paso bien, porque es algo nuevo, en donde puedo unirme profundamente al grupo. Me ha solucionado muchos problemas. “Me ha dejado limpio”... Si no llega a ser por ellas, ahora mismo tendría en mi interior un sentimiento de culpabilidad inmenso. Ayuda, libera, rompe timideces. Ha sido un factor muy importante en mi vida. He descubierto el sentido que debo dar a mi vida, sin problemas y feliz. La experiencia ha sido buena. Me ha gustado todo, pero lo que más ha sido la ritmoterapia. Estas sesiones te ayudan a dialogar etc. ¡Bien!

Lo primero que habría que decir es que lo más negativo ha sido el cachondeo que hemos tenido algunos días, que nos retrasaba y no nos dejaba hacer muchas cosas de las previstas. Lo bueno es el clima de confianza que hemos conseguido crear y en este clima de confianza, la comprensión que todos teníamos con todos. Otro factor importante ha sido la música, que, a mi modo de ver, ha sido uno de los factores más importantes, aunque lo más importante ha sido el diálogo, pues es lo que verdaderamente libera. Veo muy positiva la ritmoterapia porque sirve, con otros ejercicios, para quitar la vergüenza.

La musicoterapia para mí es algo bueno, que han hecho conmigo. Por la ritmoterapia y la danza veo el mundo de otra manera, armonioso y con algo que buscar, no deforme y asqueroso, como pensaba, a veces, que era. No me siento señalado ni juzgado por nadie. En ritmoterapia me sentía liberado de problemas, de aquellos problemas que no me gustaban y que

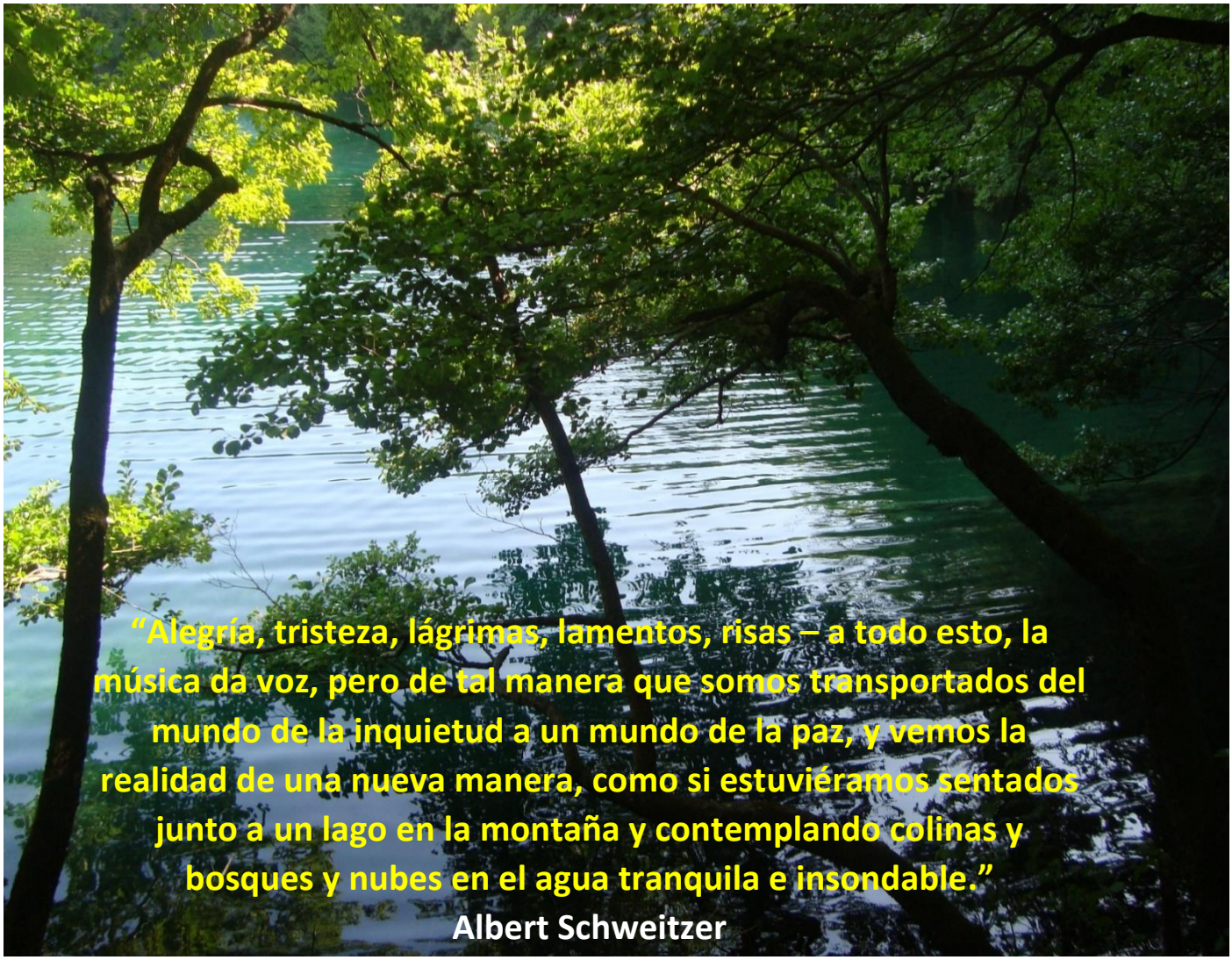
yo rechazaba en mi vida. Antes rechazaba a algunas personas, ahora, quiero ir a ellos y ser su amigo... En conclusión “ya no soy tan tímido”.

Edad: 20 años.

Estudiante: 2º de universidad.

8

3ª etapa
30 – 55 años
Así habló la experiencia y la madurez de la vida
Respuestas muy fiables



Preguntas

1) ¿Qué recuerdo guardas de las sesiones de musicoterapia?
2)¿De qué te sirvió en su momento?
3) ¿Mereció para ti la pena, te ayudó a conocerte mejor?
4) ¿Te preparó para caminar con juicio crítico por los vericuetos de la vida, ambiente social?
5) ¿Tienes alguna sugerencia que hacer?
6**) Edad:**
7) **Estudios y profesión**

Observación

Como en la segunda área, hay dos tipos de respuestas: Las primeras siguen el esquema de las preguntas. Las segundas son respuestas globales que no siguen dicho bosquejo.

1
J. Ll.

Soy J. Ll., hace unos días mi madre me remitió un correo de usted para una encuesta sobre mi paso por la musicoterapia. Siento el retraso, pero le remito la encuesta completada. Espero que se encuentre bien, y que siga tan implicado como siempre. ¡¡Espero que nos veamos pronto!! Saludos

1. Los recuerdos que almaceno en mi memoria son muchos, muchísimos. Desde el ambiente cálido, amigable y con cierto aire de secretismo dentro de aquella sala sin ventanas hasta los juegos en los descansos con los compañeros, los bailes libres al final de las sesiones, las relajaciones guiadas a través de la música y las instrucciones del Hermano Agustín.

2. Es difícil darse cuenta a esas edades de las cosas que te están aportando positivamente y te están ayudando, sin embargo, es en estos días cuando te pones a pensar en esos momentos cuando te das cuenta del verdadero bien que esas sesiones nos hizo. Nos ayudó a formar un grupo de amigos fuerte y cohesionado, sin miedo a contar sus problemas delante de los demás. Nos hizo ver que lo que para nosotros era un problema muy serio, es algo que compartía con el resto de mis compañeros y que tampoco era tan serio. Me ayudaba desahogarme y poder tener un momento de confidencialidad que difícilmente hubiera podido tener con cualquier otra actividad.

3. ¿Qué si mereció la pena? ¡Seguiría asistiendo a musicoterapia hoy en día si hubiera tenido la oportunidad! Por supuesto que me ayudó y no sólo a conocerme mejor, me ayudó a conocer mejor a mis compañeros y a comprender, en la medida que la edad me permitía, la relatividad de los problemas.

4. Sí me preparó para la vida. El tratar temas claves a ciertas edades es algo muy complejo y difícil, si no se hace de la forma adecuada puedes confundir más a los niños y hacerles más mal que bien. La manera de tratar estos temas claves como las drogas, la sexualidad, los estudios o la amistad, de las sesiones de musicoterapia, y en concreto del hermano Agustín, eran tan cercanas, tan sinceras y francas que nos permitió sin duda tomar decisiones correctas cuando se planteó el momento.

5. Ninguna sugerencia, todo estuvo bien.

6. **Edad**: Tengo 30 años.
7. **Profesión**: Ingeniería Técnica Informática de Gestión en Schneider-Electric como Especialista de Soporte y Mantenimiento.

2
R.H.R.

1. Recuerdo con gratitud las sesiones. Los ejercicios de relajación, la música maravillosa (Oxígeno de Jarre), aquellos bailes al son de "**Maniac.**"

2. Me sirvió de mucho. Aprender ejercicios de relajación y vencer un poco la timidez. Y seguro que más cosas que no recuerdo.

3. Por supuesto que mereció la pena, he utilizado bastante en mi vida los ejercicios de relajación. Y me imagino que parte de los aspectos positivos de mi personalidad actual está condicionada por aquellas sesiones. Lo de conocerme mejor... creo que ni lo conseguí entonces ni lo he conseguido hoy en día.

4. Sí, me preparó para caminar por los vericuetos de la vida y mereció mucho la pena, ¡demasiado! Imagínese tener juicio crítico y valores morales trabajando en un banco (una máquina de robar almas) en plena crisis de valores... He estado batallando contra todos mis superiores cada día y aún sigo, pero creo que es de justicia y aunque me cesaron en mi puesto de director, ahora soy más feliz y con mi conciencia totalmente intacta.

5. Mi única sugerencia, sería tener alguna sesión individual con usted, para que analizase mis pensamientos, miedos, actitudes actuales, y me diese su opinión con una perspectiva que sólo usted puede tener, al fin y al cabo, nos vio en pleno nacimiento de nuestra personalidad y quién mejor para una buena ayuda psicológica. Puede que en estos momentos de mi vida sea más necesaria que entonces.

¡Muchas gracias por dedicar su vida a los demás!
A esto hay que sumar el hecho de que el tiempo parece tener difuminada la experiencia hasta que uno es capaz de pararse y provocar recuerdos.
Espero aportar un pequeño grano de arena con mi encuesta, es lo menos que puedo hacer por ti. Saludos y gracias por darme esta oportunidad.

6. **Edad:** 45 años
7. **Profesión:** Empleado de banca

3
M.A.G.

1. Me resulta especialmente difícil responder esta pregunta. Tengo imágenes de las tardes que viajábamos a Castilleja para iniciar las sesiones y posteriormente la sala de Sanlúcar. Recuerdo momentos de relajación. Recuerdo entorno de confianza en el grupo y muchos momentos compartiendo. Recuerdo los momentos en los que se danzaba y se descargaban tensiones e intentaba perder la vergüenza de quien no se sabía un bailarín sino más bien se sentía rozando el ridículo al bailar. Recuerdo cómo me sentía inducido a dejarme guiar por ti por lo novedoso de las experiencias que nos planteabas. Eran ilusionantes y conforme crecía necesitaba compartir más sesiones.

2. Mi respuesta a la 2ª pregunta. Creo que a la edad en la que viví la experiencia no me atrevería a decir que me transformó de forma consciente, pero sí que me influenció para acercarme a las personas y confiar; me ofreció la primera oportunidad de utilizar la reflexión antes del impulso ante los problemas. Sobre todo, ante el carácter violento que tenía yo a esa edad. Me ayudó mucho para aprender a relajarme, de forma anecdótica puedo decir que ponía a veces música en la habitación y trataba de relajarme en la cama con las técnicas que había aprendido en las sesiones, recorriendo todas las partes del cuerpo y pensando que debía relajarlas una a una y después intentando dejar la mente en blanco,

dejándome llevar por la música o simplemente oyendo los ruidos exteriores.

3. Por supuesto que mereció la pena y creo que me sirvió a tener una relación más fluida con mis padres porque sería la primera ocasión en la que debía explicar a ellos una experiencia que no terminaban de entender. Me sirvió para comprender que tenía un foro donde podía expresar cualquier duda o temor propio de la edad.

4. Sí, me preparó, pues me enseñó a ser consciente de que influyes y eres influenciado por cada una de las personas que te rodean y debes discriminar o elegir quien quieres que te rodee. Que eres individuo en unas ocasiones y grupo en otras, pero tú mismo tanto en unas como otras ocasiones. Creo que uno no se conoce a si mismo nunca, pero sí suscitó en mi interés en mí y por mis objetivos. En la adolescencia más tardía recuerdo ocasiones en las que veía con pesar que las sesiones hubieran finalizado para nosotros.

5. Más que sugerencia, quiero decir que me ha costado mucho identificar hechos, comportamientos o formas de actuar en mi vida como consecuencia de la experiencia y el aprendizaje de las sesiones de musicoterapia. No sé si porque es un hecho asimilado como parte de mi vida o porque ha pasado demasiado tiempo y se ha ido difuminando. La sugerencia sería que, si alguien se atreve a dar continuidad a la experiencia, debería ofrecer recordatorios en forma de vacuna contra el tiempo. Como cualquier experiencia, hay que evaluar los objetivos, pero también a lo largo de la vida hay que ir evaluando.

Si la pregunta 4ª se puede interpretar como si ocasionó un aporte de seguridad en mi vida, no sé si ha sido el hecho diferencial, pero sin duda es de los valores positivos que más aprecio de lo obtenido en las sesiones. He sentido siempre seguridad en las decisiones que he tenido que tomar por muy difíciles que hayan sido a veces (decidir si operaban a mi padre o no a vida o muerte, como la más difícil tomada). He sido muy crítico conmigo mismo y a la vez he confiado y confío en mis posibilidades y reflejo esa seguridad a mi entorno. Me evalúo ocasionalmente. En mi mente está el no haber sido capaz de finalizar los estudios de Ingeniería Industrial comenzados, hecho que me duele bastante, y en mi haber el destacar por la entrega en todas las empresas de telecomunicaciones en las que he trabajado hasta conseguir crear mi propia empresa en 2011 por decisión

propia y llegar a tener hasta 15 trabajadores a mi cargo. Hoy en día soy dueño de dos empresas de telecomunicaciones que trabajan para la electrónica de las operadoras de telefonía móvil.

No quiero dejar escapar la ocasión para agradecer enorme y sinceramente el haberme dado la oportunidad de participar en esta experiencia.

6. **Edad:** 39 años.
7. **Profesión:** Empresario

4

A. G. J.

1. Guardo muy buen recuerdo. Fueron sesiones en las que nos serenábamos y eran oportunidades grandes de comunicación y diálogo entre nosotros.

2. Me sirvió para encauzar alguna cuestión pendiente. Y como antes comentaba para aprender a serenarme a través de la música y para compartir en profundidad con los compañeros del juniorado.

3. Sin lugar a duda que mereció la pena.

4. En la 4ª pregunta, entiendo que todo lo que sea ayudar a afrontar la vida con más serenidad y usando la **comunicación,** es positivo y en este sentido, por supuesto que me preparó y ayudó.

5. Mi sugerencia es que deberías buscar la forma de que pueda llegar la experiencia a los alumnos actuales de todos nuestros colegios.

6. **Edad:** 51 años**.**
7. **Profesión:** Maestro de Primaria

5

A.P.

1. Recuerdos muy gratos de una experiencia que nos ayudaba a crecer, liberándonos de temores y miedos. Estaba deseando de que llegara el día de la sesión de musicoterapia.

2. Me sirvió bastante. Era un espacio, como sagrado, de entrada, a mi interior. Uno ponía nombre a todo aquello que generaba tensión y a través de la comunicación verbal y gestual (danza) y quedaba como esponjado y con mucha capacidad para hacer frente a las dificultades, contradicciones e ilusiones propias de la adolescencia. Concretamente a mí me ayudó a

superar la timidez, a ser más comunicativo y positivo ante los límites y dificultades.

3. Claro que mereció la pena y por supuesto me ayudó a conocerme mejor. La dinámica de grupos que te permitía percibir las dificultades que vivían los demás compañeros, era una excelente terapia para relativizar lo propio, conocer a los demás y conocerme a mí mismo. La verdad que, en una etapa como la adolescencia, con tantas zonas de misterio, musicoterapia fue un espacio de luz y un espacio de empoderamiento personal para transitar con valentía por nuestro propio misterio y para iniciar la sanación de nuestras heridas.

4. Ciertamente fue una excelente preparación para mi incorporación madura y crítica al ambiente social y fue una extraordinaria ayuda para motivarme ante los estudios, especialmente ante los fracasos.

5. Ante la 5ª pregunta pienso, que es importante cuidar el acompañamiento personal. Tengo muy buen recuerdo de los encuentros personales contigo. Y creo que es importante también una mirada amplia y positiva sobre las zonas erróneas y evitar siempre el moralismo. Aunque tú hacías un gran esfuerzo para que superáramos todo complejo de culpa y esto es muy positivo.

6. **Edad**:55 años.

7. **Profesor de EGB**. Licenciado en Teología Bíblica.

Aprovecho para felicitarte por el excelente trabajo realizado a lo largo de tantos años y al servicio de la educación integral de los jóvenes. MUCHAS GRACIAS Y EL BUEN PADRE TE RECOMPENSE.

6
A.C.R.

Con mucho cariño recuerdo y hablo a menudo de mis años del colegio Marista y de la musicoterapia, y sin duda, usted fue para mí una de las referencias fundamentales de aquella época.

He tenido la suerte de nacer y crecer en un país desarrollado y rico, en el seno de una familia sana y bien estructurada. Gracias al esfuerzo y sacrificio incansable de mis padres, hemos podido comer, vestir y estudiar cuatro hermanos. Sin embargo, es cierto que incluso en las circunstancias físicas

más cómodas, como niños, adolescentes, o adultos, las personas tenemos necesidades emocionales e inquietudes espirituales que también debemos atender, y para mí la musicoterapia fue el primer espacio en el que era consciente de estar atendiendo estas necesidades o inquietudes.

Hoy, **tengo 39 años**, estoy casado y tengo dos maravillosos hijos de 2 y 4 años. Soy Ingeniero de Telecomunicación y ejerzo como director comercial internacional en la industria de las tecnologías inteligentes del transporte. Respondo a su encuesta esperando que mis respuestas contribuyan a su proyecto.

1. Un recuerdo muy grato, de encuentro con amigos, de búsqueda en mi propia alma. Como decía antes, la musicoterapia fue el primer espacio en el que conscientemente atendía mis necesidades espirituales/emocionales como niño-adolescente.

2. Me sirvió de mucho. Manifestar nuestros pensamientos e inquietudes es en sí una terapia. Contar mis inquietudes y complejos me ayudó a calmar ansiedades, templar emociones y encontrar un camino a la paz interior. En otras ocasiones, el hecho de contarlas (o escribirlas), me obligaba a pensar en ellas, estructurarlas y sin duda me permitió entenderlas y conocerlas mejor, que siempre es el primer paso para poder actuar.

3. Sin lugar a duda, mereció la pena. Vivo a pocos minutos del colegio y me encantaría pasar a saludarle algún día que usted tenga 5 minutos.

4. Sin lugar a duda, me preparó para transitar por la vida con ilusión, sin miedo y sentido común ante los sucesos y cambios de la sociedad.

5. No se me ocurren ninguna sugerencia. Las sesiones eran muy buenas, aunque fueran pocas. (Una al mes).

Un fuerte abrazo, A.C.R.

6. Edad 39 años
7. Profesión: Ingeniero de Telecomunicaciones

7
J.L.B.

Me ha resultado sorprendente a la vez que muy agradable, recibir noticias suyas. Por supuesto que puede contar conmigo para enviarme dicha encuesta, e intentaré responderla de la forma más sincera posible.

Entenderá que, pasados tantos años, los recuerdos a veces resulten algo vagos, pero quizás más en lo referente a detalles concretos e igual no tan importantes, sin embargo, persisten las ideas principales, vitales, en lo más interno de nuestros corazones y/o cerebros, aunque en ocasiones no seamos muy conscientes de las mismas.

Parece lógico disponer de la visión de los adolescentes más recientes y poder compararla con la de los que lo fuimos alguna vez; creo que no somos tan diferentes en el fondo, lo que cambian son las formas, las manifestaciones de los problemas, el lenguaje utilizado o el medio de comunicación.

Quizás la distancia temporal de la adolescencia, el hecho de estar reviviéndola, tengo dos hijos de 19 y 17 años, la experiencia de la convivencia en pareja y las experiencias que te tocan vivir a lo largo de los años, pueden modificar o alterar nuestra visión de los hechos; a veces manifestamos más lo que nos gustaría que fuera, que lo que realmente es, pero, en cualquier caso, refleja nuestra manera de vivir, de pensar, etc. No me enrollo más; cuente conmigo y cuando las tenga publicadas, me gustaría que me lo hiciera saber para poder leerlas. Entiendo que sigue usted viviendo en Castilleja; como verá por mi correo electrónico, vivo en Euskadi y trabajo para el Servicio Vasco de Salud, pero sigo manteniendo relación con mis amigos sevillanos de esa época, (nos vemos en Bilbao o en Sevilla, Madrid, Barcelona), y no le voy a prometer nada, pero si estoy por Sevilla, intentaré pasar a saludarle, si le parece bien. Un fuerte abrazo.

1. Mis recuerdos son un poco vagos. La verdad es que con los años te vas olvidando de lo que eran las sesiones en sí, pero recuerdo esos días en Castilleja con un sentimiento de gozo, de acercamiento a otros compañeros, de un mejor conocimiento de estos y una mejor comprensión y respeto, de los problemas de cada cual. Eran jornadas que nos obligaban a la reflexión, a abrirnos ante otros, ante nosotros mismos también y una vez vencidos los miedos, prejuicios iniciales, cuando el grupo era “grupo” se

creaba un espacio de expresión libre, sin cortapisas sociales, culturales, religiosas, ni de ningún otro tipo, y cada uno se manifestaba libremente.

2. Creo que me sirvió y ayudó a respetar al "otro", a escuchar a otras personas con una actitud abierta...Me permitió conocer valores propios, y de mis compañeros; me permitió no sentirme tan "raro" en esa época tan curiosa que es la adolescencia, pero si le digo la verdad, no sé si me ha servido mucho en la educación de mis dos adolescentes. Quiero pensar que sí, que en caso contrario las cosas podrían haber ido peor.

3. Claro que mereció la pena ya que, conocerte mejor te ayuda, pero a veces da miedo conocer donde fallas, donde están tus defectos, etc. Ahora bien, entiendo que es la única forma de afrontarlos e intentar mejorar.

4. Me preparó para afrontar los problemas de la vida porque pienso que todo el bagaje con el que nos formamos durante esos años tan críticos, es lo que ha permitido a cada uno afrontar la vida de la mejor manera posible, y aun no siendo a veces muy conscientes de ello, el hecho de disponer de recursos extraordinarios, de otras vivencias y de otras experiencias, te permite un mejor desarrollo como "hombre" en el sentido más amplio de la palabra.

5. No tengo sugerencias que hacerle, aunque mis reflexiones le pueden sugerir ideas en algún sentido.

6. **EDAD:** 50 años
7. **PROFESIÓN**: Médico

8
J.G.L.

Perdona. Sí me llegó, pero he estado muy liado. No solo con mucho trabajo, pero además mis padres y mi hermana están visitándonos estos días y como estamos en una casa que acabamos de comprar, estamos de obras todavía. Mis respuestas van aquí, si prefieres que las preguntas en Word dímelo y las reenvío. Nuestros mejores deseos para estas fiestas tan entrañables y para el año nuevo. Muchas gracias por todo y un abrazo muy fuerte desde Nueva York . José María.

1. Un muy grato recuerdo de amistad, aceptación y entendimiento. A pesar de que éramos tan jóvenes, al menos yo ya para entonces una vida muy ajetreada, de muchas responsabilidades, viajes y aventuras. Estas sesiones

suponían un refugio donde recuperar el sentido verdadero de las cosas y poder mirarlas con la correcta perspectiva.

2. Personalmente, estas sesiones me sirvieron de mucho pues, ocurrieron en un momento particularmente delicado de mi vida, cuando atravesaba momentos de muchos cambios profesionalmente y en el ambiente familiar. Cambios que han marcado el resto de mi vida. Sin estas sesiones, estoy seguro de que hubiera tardado mucho más en madurar como persona y cristiano, y hubiera pasado mucho más tiempo perdido y con dolor.

3. Mereció mucho la pena. La serenidad y madurez que adquirí en estas sesiones de la mano del Hermano Agustín, me marcaron no solo durante esos años tan delicados, sino para siempre. Aún hoy en día, más de 25 años después, sigo sintiendo el efecto de esas sesiones donde aprendíamos a conocernos mejor, a mirar en nuestro interior y a aceptarnos en nuestra fe y propósito de vida. Que lo pudiéramos hacer en un ámbito protegido, íntimo y con la ayuda de la música, contribuyó de gran manera en que sus efectos hayan sido tan profundos.

4. Ciertamente, me preparó para andar por la vida con optimismo , sentido práctico y juicio crítico, ante las diferentes situaciones y acontecimientos que se me iban presentando, en una sociedad tan compleja, cambiante y desarmonizada

5. No tengo ninguna sugerencia pues para mí fueron maravillosas y me ayudaron mucho en la situación que vivía por los problemas familiares. Todo estuvo bien e inmejorable.

6. **Edad:** 40 años.
7. **Profesión:** Músico profesional y Director de Orquesta

9

P.D.

1. Guardo muy buen recuerdo de esas sesiones, recuerdo que valía la pena, sobre todo, en los momentos de “abrir el grifo” y poder expresar algún problema, buscando solucionarlo en confianza con los amigos y guiados por Agustín. También recuerdo las actividades de expresión con música, en particular las relajaciones para hacernos reflexionar. (Viaje)

Y también las danzas de desahogo total, de las que salíamos a tope, alucinados e ilusionados.

2. Me ayudaron mucho, pues creo que el abrirme a los demás y la meditación/reflexión en las relajaciones del viaje y los comentarios que hacíamos en el corro, exponiendo nuestras vivencias con total libertad**.** Todos esos momentos fueron para mí de gran ayuda. Sí, descubrí valores, aprendí a expresar mis emociones y no guardármelas dentro de mí, ser asertivo, la empatía y las relajaciones que hoy en día me ayudan a meditar y conocerme a mí mismo, porque sigo practicando lo que asimilé en las sesiones de musicoterapia.

3. Sí. Dejaron huella y me ayudaron en su tiempo, no obstante, no era muy consciente de ello, sin embargo, ahora reflexiono y creo que me vino bien a la hora de relacionarme y de expresarme, ganar confianza y autoestima. Hoy día, sin ser consciente, aplico en mi vida la actividad de relajación para meditar y reflexionar, cosa que me sigue ayudando y a nivel expresivo me sirvió el que a veces había que abrir el grifo y "echar la caca" cosa que sigo hoy día haciéndolo de vez en cuando.

4. A mí me ayudó y me preparó para afrontar los problemas que me han surgido en la vida y nunca he perdido la serenidad y el equilibrio emocional, ante las situaciones difíciles y complejas en una sociedad desvalorizada, tan acelerada y cambiante que tanto nos cuesta adaptarnos. Creo que estamos incubando una "crisis de valores" y dejando a los niños y adolescentes a meced de los vientos que soplan. ¡Los adolescentes actuales son tan diferentes que, a veces, me cuesta entenderlos!…

5. Más que sugerencia es una reflexión que me hago a mí mismo. Desde mi punto de vista, la musicoterapia, en nuestra Juventud debería tratarse en diversos tramos de edad e incidir mucho en el conocimiento de sí mismo, la autoestima y autoconcepto a través de las reflexiones y debates "en confianza" sobre una variedad de temas, algunos considerados "tabú." Recuerdo el ambiente especial en el que hablábamos en las sesiones de cosas muy útiles e interesantes, además de poder empatizar con los compañeros en un sinfín de sentimientos y situaciones que creaban una amistad/relación muy fuerte.

¡Gracias! Por tu colaboración y por los momentos tan maravillosos que pasamos juntos.

6. **Edad:** 30 años
7. **Estudios, carreras** Magisterio ed. Primaria, grado en ed. especial y máster en investigación educativa
Profesión: Docente

Respuestas globales

10
J.A.L.F.

Querido Hermano Agustín: Por casualidad, hoy he descubierto una página de Facebook de antiguos alumnos del Colegio Marista de Sevilla. La he recorrido con emoción, especialmente al encontrar fotos o reseñas de personas con las que conviví durante mis 13 años de educación marista.

Y una de esas reseñas era su carta en la que nos pide a antiguos participantes de las sesiones de Musicoterapia, un balance con la perspectiva de los años. No sé si mi aportación llega tarde para sus Memorias, pero no quería dejar pasar la oportunidad de agradecerle todo lo que hizo por nosotros en general y por mí en particular durante aquellos años.

Los recuerdos se me nublan en el horizonte, pero hasta donde la memoria me alcanza creo que participé en el curso 83-84 y probablemente en el siguiente. Estaría yo en 8 de EGB / 1 de BUP. Quizás 2 de BUP.

Guardo un bonito recuerdo. Yo era, y soy, una persona tímida e introvertida. Me ayudó sobre todo a aceptarme y a entenderme mejor con los compañeros. También nos hizo sentir diferentes. Hacíamos algo que no se hacía en ningún otro lado. Ni siquiera todos los compañeros de mi clase iban. Y, aunque yo era de los que iban al conservatorio, me ayudó a sentir la música desde una perspectiva distinta. Desde entonces, la música ha sido y es una parte fundamental en mi vida, una gran compañera de viaje que me ayuda a canalizar y destilar mis estados de ánimo y emociones.

Acabé estudiando Ingeniería Industrial, en lo que me gradué hace ya 26 años. Pero también he cursado formación en Terapia Gestalt y durante la formación me acordaba con frecuencia de las sesiones de Musicoterapia, con las que hay cierto paralelismo.

En fin, muchas gracias de nuevo. Ha sido un gran maestro y educador, no tenga duda. Un afectuoso abrazo.

Edad:35 años.
Profesión: Ingeniero Industrial

11
A.V.R.H.

A excepción de la pereza que me daba coger aquel autobús el viernes por la tarde el recuerdo es grato. Recuerdo que llegaba a las sesiones en un cierto estado de tensión, me avergonzaba ir hasta allí en chándal (aunque nunca supe bien el por qué, ni siquiera al reflexionar ahora sobre ello) y al comenzar la sesión la tensión aumentaba, no por la experiencia a realizar en el momento, sino por el cuestionario que venía después y, sobre todo, por la "puesta en común". Pero todas estas sensaciones iban atenuándose progresivamente a medida que avanzaba la tarde. Recuerdo que la primera de estas "puestas en común "suponía para mí un hito importante en la tarde, no por el hecho de exponer en voz alta mis respuestas al cuestionario, sino por el hecho de escuchar las de los demás, lo que siempre me descubría que no eran tan diferentes a las mías como yo había previsto, a partir de aquí me relajaba muchísimo. Analizando retrospectivamente estas sensaciones, desde hace mucho tiempo pienso que se encontraban íntimamente relacionadas con los terribles problemas de sociabilidad y autoestima que tuve durante toda mi época de colegio. Sobre todo, durante el primer año de experiencia (creo recordar que yo asistí tres años) estas sensaciones fueron muy fuertes, después, siguieron ahí, pero bastante más atenuadas.

Decía al comenzar que el recuerdo era muy grato porque aquellas tardes suponían, en el marco de mi vida cotidiana, un alivio de presión tremendo, hasta el punto de llegar a "olvidar "durante el desarrollo de la sesión, esos problemas de sociabilidad en el colegio, que antes mencionaba, y también los que tenía en el seno de mi familia. Esta realidad llegaba a tal punto que el fin de semana siguiente a la sesión las cosas siempre me iban en casa un poco mejor, pero con el paso de los días la situación en que me encontraba desde hacía años acababa por imponerse de nuevo, hasta el mes siguiente.

La cuestión de los valores que pude descubrir durante el desarrollo de aquellas “experiencias” creo que es de gran importancia en mi caso por lo que implicó en mi desarrollo posterior. Recuerdo perfectamente la continua incidencia que se nos hacía en aquel concepto de “ser persona” que al principio no entendía, y que, durante todo el tiempo que estuve asistiendo, nunca “entendí”, en el sentido de que no habría sabido explicarlo con palabras, pero de alguna manera fui interiorizando, supongo que, a través de los ejemplos, experiencias de relajación, etc. El caso es que algún momento decidí comenzar a poner cosas en práctica. Este proceso, o decisión no puedo describirlo porque no lo recuerdo, pero supongo que debió ser progresivo y lento, pero el caso es que cristalizó en el hecho de proponerle a mis padres cambiar de centro educativo (en realidad la propuesta consistía en que, al terminar la EGB, en lugar de seguir cursando el BUP en los Maristas me matriculasen en un Instituto público). Esto cayó como una “bomba” en mi casa. Mis padres, de mentalidad muy tradicionalista, tenían muchos prejuicios hacia la educación pública y pensaban que yo había desarrollado algún tipo de animadversión hacia la educación católica del colegio, y no lo aceptaban. Yo no me molesté en sacarlos de su error, mi idea era cambiar de ambiente a cualquier precio, dejar atrás a aquellos compañeros con los que nunca me había relacionado (mis recreos los dedicaba siempre a pasear solo, y no tengo recuerdos de otra cosa). De alguna manera fue la experiencia lo que me llevó a aquello, a tener la mínima autoestima suficiente para desear “otra oportunidad”, a no tenerle miedo a entablar nuevas relaciones, en fin, creo que a concebir por primera vez la posibilidad de tomar el control de mi propia vida (al nivel que puede concebir estos pensamientos un niño de esa edad, claro).

Finalmente, la situación se deterioró tanto que afectó muy gravemente a mi rendimiento escolar y repetí 8º de EGB y mis padres finalmente claudicaron, aceptando mi propuesta a condición de una mejora sustancial en los estudios. El verano entre el fin del último curso en el colegio y el primero en el instituto fue de auténtico nerviosismo continuo, de alguna manera intentaba prepararme, había veces que me sentía muy optimista y otras pensaba que todo aquello era una tontería, que en realidad iba a ser todo igual que en el colegio, que mi familia iba a seguir siendo la misma y de eso no podía escapar, etc. y entonces me deprimía. Recuerdo que en la experiencia se nos había recomendado un libro (no recuerdo el título), lo leí, y también había otro que se había recomendado a los padres que era

"**Nacidos para triunfar**", que mis padres habían comprado, lo leí también aquel verano, aunque no entendí buena parte de este (el título de este sí que lo recuerdo porque lo releí años después).

No sin esfuerzo, el siguiente curso todo fue bastante bien, con algunas recaídas anímicas, pero cada vez más transitorias esporádicas. Fue aquí cuando comencé a ser consciente de la importancia que había tenido en mi vida (concretamente en el giro de esta) la musicoterapia. Despertó en mi la autoestima, desplazó mis miedos a relacionarme con los demás, aumentó mi capacidad para controlar mis reacciones emocionales y la confianza en mí mismo. De alguna manera se creó una dinámica que hizo que estos sentimientos o valores se hicieran con el paso de los años cada vez más fuertes, constituyendo la base de la persona que soy hoy y de la vida que he llevado.

Edad:35 años.
Profesión: Profesor

12
Á. H. S.

Para mí, la musicoterapia fue muy importante durante el tiempo que acudí a las sesiones. En las diversas afrontas que me surgían me sirvió para levantarme y solventarlas de la mejor forma posible, además de incidir en mi persona y guiarme por el camino correcto, el que me lleva a la formación adecuada no solo a nivel de conocimiento, sino especialmente como persona, mantener mi personalidad siempre fija para no dejarme llevar por las nuevas corrientes que llevan a todos hacia el mismo lugar, sin conocimiento de a dónde se va, una sociedad sin valores.

Cuando acudía a la musicoterapia, era consciente de lo importante que era y lo mucho que me ayudaba. Pero es ahora cuando valoro en su verdadera magnitud las sesiones de musicoterapia durante esa etapa de mi vida.

A diario hay que enfrentarse a la rutina, al día a día, y surgen situaciones de crisis. En esos momentos, digo STOP: párate a pensar, no te precipites. Y recuerdo lo que nos enseñabas en Musicoterapia. Los errores son inevitables, es parte del ser humano, y además son necesarios, nos ayudan a crecer. Sólo hay que aprender de ellos y actuar en consecuencia en el futuro.

Otro aspecto en el que me ha ayudado es en mantener un tiempo dedicado para mí, lejos de toda preocupación, en el que me evalúo a mí mismo, la situación que vivo, qué quiero hacer, cuál es mi meta... Sin las sesiones, probablemente no sabría de la importancia de la reflexión personal, y simplemente me dejaría llevar por la rutina, las prisas, los agobios... y no sabría tomar la decisión más oportuna en cada momento, y pese a toda reflexión sigo errando en muchos aspectos, pero la musicoterapia me ha enseñado a aprender a levantarme y seguir adelante.

Edad:30 años.
Profesión: Ingeniero Aeronáutico

13
F.L.M.

El mayor recuerdo que tengo de las sesiones de musicoterapia es el de la seguridad. Seguridad en ti mismo, ante los demás, ante el mundo.

Los días que había sesión eran como el día de tu cumple. Era una fiesta anticipada. Íbamos a nuestro bunker, a poder hablar en confianza de lo que nos ocurría a diario con todos los que nos rodeaban, de nuestros miedos y anhelos, de nuestras preocupaciones… En las sesiones de danza conseguía desinhibirme y dejar atrás la vergüenza, conseguía estar a gusto conmigo.

A mí en particular me sirvieron de mucho. Creo que el hombre que hoy soy empezó a tomar forma en aquellas charlas y técnicas. Aprendí a ser auténtico, a que no me importara la opinión de los demás en según qué cosas. A fiarme de mí y a confiar en mí mismo y en mis posibilidades.

Edad: 35 años.
Profesión: Profesor

14
J. Mª. V.

Las sesiones de musicoterapia fueron, una actividad ideal y completa que nos invitaba al trato de valores y de temáticas de interés como podrías ser, la propia autoestima de cada uno, la sociedad, los peligros de ella y estar prevenidos en el futuro, drogas, relaciones con los padres y el profesorado etc. , tengo un grato recuerdo y todavía mantengo la sensación de haber

estado trabajando profundamente y bien, ha sido algo determinante en la estabilidad moral, psicológica y anímica de mi persona.

Edad: 30 años.
Profesión: Psicólogo

15
J.J.R.

Es la primera vez que a aquellas sesiones las veo denominarse “sesiones de musicoterapia”. Para mí, y completamente seguro que a mis compañeros también, eran las “experiencias”.

No me he olvidado de las sesiones de musicoterapia y, si tuviera que poner un solo calificativo a las sesiones este sería, **GRATIFICANTE**. Esas cinco horas en la casa de Castilleja de la Cuesta me proporcionaban satisfacción personal en cuanto que volvía a casa con fuerzas, al menos para estudiar. Me proporcionaba relacionarme con un grupo de compañeros, que sin esas experiencias hubiera sido muy difícil mi relación con ellos. Quiero recordar que, en mi época en el Colegio San Fernando, era una persona muy tímida, cerrada, había compañeros que se burlaban de mí, y ese tiempo de experiencias una vez al mes era muy gratificante y también me proporcionaba paz interior y relajación.

Creo que fue el primer lugar, el primer sitio, el primer foro (como queramos llamarlo) donde me expresé con sinceridad, y sin ninguna clase de vergüenza o cortedad por mi parte. Y esto me ayudó muchísimo a empezar a superar mi timidez. No se me olvidará un dato, aunque no sea relevante, y por el que recuerdo mucho estas sesiones, y es que allí aprendí que el hombre además de bueno puede ser malo. ME EXPLICO: antes era muy inocente y me di cuenta a través de mis compañeros que había cosas que se ocultaban y que nada más que se hablaban en estos foros para intentar resolver un problema. Esto me hizo despertar y a tomar conciencia “de la calle”. Querido Hermano Agustín: tú me enseñaste muchas cosas que desconocía totalmente en aquella edad.

Aspectos negativos: solo uno: la falta de seriedad en alguno de mis compañeros. Se tomaban las sesiones como una excusa para no asistir a clase, e incluso algunos de ellos se permitieron la libertad de contar abiertamente lo que hacíamos arriba, e incluso me llegaron a acusar a mí de que yo había sido el que contaba. Creo recordar, igualmente, que había

algún que otro profesor que no le hacía mucha gracia el faltar a clase para que nosotros subiéramos a Castilleja.

Edad: 45 años.
Profesión: Profesor

16
F.J.G.C.

Cada día doy gracias a Dios, porque mis padres pudiendo elegir entre varios centros educativos, me matricularan en el colegio de los Hermanos Maristas, le puedo asegurar, que fueron unos años maravillosos, donde tuve el privilegio de conocer a grandes amigos y muy especialmente a grandes maestros, que marcaron aquella infancia y adolescencia entre hermanos maristas con dedicación intensiva a la educación y a la implantación de unos valores, casi inexistentes en estos tiempos que corren.

Tengo muchísimos recuerdos de aquellas tardes de terapia, un corro de alumnos sentados en aquella acogedora moqueta, aquellas charlas educativas que nos dabas sobre la vida, nuestro futuro, la sexualidad, sobre la familia, aquellos bailes que nos marcábamos, con música de relax, aquellos cuadernos donde dejábamos la huella que nuestra imaginación inspiraba, momentos que nunca olvidaré por mucho que pase el tiempo. Está claro que a mí personalmente me ha servido mucho, me sirvió en su momento para apreciar el verdadero esfuerzo que mis padres estaban haciendo por mí, y ahora me sigue marcando tanto en lo profesional, como en lo personal. Por último, querido Hermano, quisiera decirle que usted no vino por casualidad a Sanlúcar La Mayor, Dios tenía un plan para usted, y le puedo asegurar que lo has cumplido con creces. Bendito plan. Un fuerte abrazo Hermano. F.J.G.C.

Edad: 40 años.
Profesión: Médico

17

A.L.P.

Super gustoso de poder estar de nuevo en contacto con usted, después de tantos años que aun estando en el mismo pueblo, las circunstancias de la vida hacen que pasemos desapercibidos. Ha pasado ya bastante de aquellas tardes que al menos para mí serán inolvidables y que todo el mundo veía que los que acudíamos a dichas sesiones éramos los raros, pero, hoy en día, me alegra haber sido uno de esos raros, porque he podido conciliar con la vida en muchos aspectos muchas de las cosas que pude llegar a aprender de aquellas experiencias de musicoterapia.

Aquellas tardes eran como días deseosos de que llegara el momento de estar como desconectados del mundo en el que uno expresaba muchas inquietudes, a mí personalmente usted y solo gracias a usted derivó a mis padres en lo que comenzó siendo una manía, que al final no fue como tal, sino que se tradujo en ausencias, principios o fase inicial de... La verdad que no fueron buenos momentos para mí debido a que el entorno infantil a veces puede llegar a ser cruel.

Sí, es de agradecer que, debido a su tesón y don de palabra pude ver con otro tono la vida que me llegaba a afectar incluso en el tema académico.

Poco a poco supe enfrentarme a la vida y al entorno que a veces no comprendía lo que me llegaba a suceder y que tuve que tomar con normalidad.

Hoy en día me dedico a la Administración Pública, como Técnico de Administración y Finanzas Y con un Máster en Tributación y Fiscalidad. Ya con la edad de 33 años espero que en un par de años pueda mi hija comenzar a vivir la experiencia de estar en los Hermanos Maristas. Mil gracias por ser como es Hermano. Espero poder en breve coincidir con usted y transmitir todo lo dicho en persona.

Si desea alguna vivencia más al respecto, no dude en contactar conmigo nuevamente, aunque, después de tantos años y de tantos niños y jóvenes no sé si se acordará de mí. Un fuerte abrazo.

Edad: 33 años.
Profesión: Técnico Actividades técnicas y Departamento Administración Estación Biológica de Doñana (EBD-CSIC)

18
G.L.M.

Soy M.G.L. Un niño que tuvo el honor de acudir a sus sesiones de musicoterapia en Castilleja de la Cuesta y posteriormente a las técnicas de estudio. Con tantos niños y tantos años, no aspiro a que se acuerde de mí, pero yo le recuerdo en muchas ocasiones.

Mi amigo **E. C.** ha comentado en la página de antiguos alumnos, que quería tener unas líneas con el recuerdo que fue para nosotros la musicoterapia. Es difícil expresar los sentimientos experimentados en aquellas sesiones, pero todos fueron positivos, y quiero decirle y creer que me han ayudado a ser quien soy hoy. Lo que más recuerdo es que me enseñó a hablar sobre lo que siento, sin tener vergüenza o reservas. Reconozco que soy bastante extrovertido de siempre, eso sí, y a reflexionar sobre por qué siento o soy de una determinada manera en una situación concreta.

Además, me quedó el gusanillo de conocerme más a mí mismo y a los demás, por lo que intento aprender con la lectura y el trato con otros, especialmente con mis hijos. Desde aquí quiero darle las gracias por su contribución a la formación de tantísimas personas y, especialmente, a la mía. Hoy en día me considero una persona afortunada, tengo un buen trabajo, una mujer que me quiere, 2 hijos maravillosos, no he tenido problemas con drogas ni con el alcohol, ni fumo, disfruto de los amigos y la familia, y me encanta la música. Si alguna vez paso por Sanlúcar la Mayor, ahora vivo en Alicante, pero mis padres tienen una casa de campo allí, intentaré acercarme a saludarle, para darle las gracias en persona.

Me ha emocionado su carta. Gracias por sus palabras. Sinceramente, mi etapa escolar la recuerdo como una de las más felices de mi vida y tengo unos recuerdos maravillosos de Los Maristas. Volvería atrás sin dudarlo. Este año se cumplen 25 años desde que dejamos el colegio y por desgracia me perdí el encuentro de antiguos alumnos, es una espinita que tengo clavada. Cuente con la visita si voy por Sanlúcar y, por favor, avíseme si publica algún libro. Si necesita algún dato más, no dude en escribirme. Un fuerte abrazo y gracias por todo.

Edad 45 años
Profesión: Ingeniero técnico Industrial y MBA y Director industrial de una empresa de fabricación de morteros de cemento.

19
J.C.

Me he alegrado mucho de recibir noticias tuyas. Precisamente este fin de semana coincidimos con unos amigos que tienen un niño en el colegio que está donde antes hacíamos lo de la musicoterapia y les conté con gran emoción los recuerdos que tenia de aquello. Te confieso que son recuerdos muy vagos, recuerdos que quedan en lo más profundo de la mente como muy emotivos y que disfruté una enormidad, por eso se quedan en la mente. Sin embargo, recuerdo muy pocos detalles concretos, pero estaré encantado de responder al cuestionario en la medida en que mis recuerdos me lo permitan.

Un fuerte abrazo.

Edad: 48 años
Profesión: TERMICOL. Dir. Gen.

20
J.T.P.N.

"Las cosas que eran difíciles de superar, son dulces de recordar" (Séneca). Esta frase resume el recuerdo que tengo. Fue una etapa difícil en mi vida porque me costaba descubrir qué quería de mi adolescencia, ya que era una persona un poco retraída y gracias a ti y a las sesiones, me descubrí.

Cada uno tenía su preocupación por lo que nos esperaba en estas sesiones, hablábamos al principio sobre qué conclusiones podíamos sacar de hacer estas terapias en grupo, y era curioso porque cada uno tenía motivos diferentes de estar allí, y todos salimos con respuestas.

En concreto a mí me sirvió entre otras cosas para: Los estudios, mejoré mi concentración y la forma de ver la educación; la relación interpersonal y, sobre todo, la manera de ver mi futuro. Desde entonces lo he recomendado a todos mis conocidos y les he contado mis experiencias, ya que fueron tus sesiones de musicoterapia las que me ayudaron a mejorar mi forma de vida. Muchas gracias

Edad: 35 años
Profesión: Empleado en Grandes almacenes

21
E.C.I.

Mi recuerdo es vago, después de unos 4 años yendo a musicoterapia, apenas recuerdo cosas, incluso no me acuerdo de algunos de mis compañeros, y eso que compartíamos varias horas en la sala con momentos íntimos y de unión de grupo. Cuando dejé de ir a musicoterapia no volví a acordarme de ella, y era debido al miedo y vergüenza que pasaba.

Recuerdo con agrado los momentos en los que nos tumbábamos en el suelo y nos guiaba y relajaba con su voz, nosotros sólo debíamos imaginar y después escribirlo en el cuaderno personal, o cuando escuchábamos algo de música y dejábamos volar la imaginación. Pero en general solía vivir la musicoterapia con miedo y vergüenza. Cada vez que iba, dentro de mí, lo pasaba mal, mis padres querían que fuese y yo obedecía. Me daba mucha vergüenza bailar, y también mirar dentro de mí los sentimientos que tenía y expresarlos, no tenía palabras para ellos y me cohibía. Sentía miedo y vergüenza de que alguien supiese lo que sentía, con ese miedo y la vergüenza me cerraba a sentirme, me reprimía a mí mismo. Veía a otros compañeros que eran sueltos al bailar, o con otras cosas que yo no me atrevía, y me daba un poco de envidia no poder ser así.

Al vivirlo con vergüenza y miedo en ese momento sólo me sirvió para reprimirme, ahora mismo no lo recuerdo de otra manera. Bueno, también me sirvió porque esa tarde no iba a clase, cogíamos la mochila y nos íbamos por Sevilla caminando, corriendo, cruzando el puente para coger el autobús para Castilleja, y eso me hacía disfrutar, y también disfrutaba pensando que en el descanso a lo mejor nos podíamos bañar en la piscina.

No me mereció la pena, tal y como lo viví entonces no tuve las herramientas necesarias para vencer esa vergüenza y miedos, que cada vez que iba los sentía, y me hubiera gustado hacerlo pues me habría venido muy bien en mi vida haberlo superado entonces o saber cómo hacerlo.

Era tan joven en ese momento que lo que conocí de mí no sabía cómo interpretarlo, y si era algo que me hacía sentir mal tampoco sabía qué hacer para superarlo.

Entonces era un niño y fue así como recuerdo lo que viví, también recuerdo que alguna vez me preguntó si tenía miedo o vergüenza, pero el miedo que tenía me impedía decirle que sí. Tan sólo eché en falta aprender las herramientas para poder superar mis miedos, como no me acuerdo bien de entonces igual nos las daba en las sesiones y mi miedo me impedía verlo, lo cierto es que no lo recuerdo. Me sentía que durante las sesiones se sacaban cosas de mí, cosas que yo no era capaz de ver e interpretar.

Sí deseo dejar claro que en ningún momento le culpé a usted de como yo me sentía, sabía y sé que era cosa mía. Mi admiración hacia usted es grande pues sé que a muchos les ha ido muy bien con la musicoterapia, a cada cual como era y tenía que ser, y también sé que con este libro que está terminando va a ayudar a muchas más personas. A usted, Hno. Agustín, le recuerdo con agrado, siempre con un trato agradable, ameno, y tranquilo. Aún recuerdo las clases de estudio que nos dio.

Un abrazo desde el corazón.

Edad: 40 años
Profesión: Ingeniero agrónomo

9

Juicio Crítico Sobre la Musicoterapia (Síntesis)

a)
Aclaración

Este apartado está centrado en la evaluación – valoración de la musicoterapia preventiva, realizada, al terminar las sesiones de musicoterapia.

Cada año, al terminar las sesiones alguno de los grupos, les pasaba la presente encuesta con un objetivo muy concreto: Valorar mi método y evaluarme a mí mismo en la práctica de dicha técnica. Siempre me fue bien evaluarme por los grupos que terminaban la musicoterapia, porque de los errores se aprende mucho y más en esta misión tan delicada de construir personas, ayudándoles a crecer en armonía. Mi objetivo fue siempre hacer del educando un hombre libre, maduro y responsable, tarea difícil y compleja en este estadio de la vida del hombre, pero muy necesaria para encaminar a los jóvenes hacia la meta de adulto.

Las manifestaciones de los adolescentes son muy coincidentes y positivas, pero hay que tener en cuenta que han sido escritas después de terminadas las experiencias. Era entonces el momento en que solían sentirse pletóricos y satisfechos de las experiencias de musicoterapia, hasta querer algunos seguir por más tiempo o, al menos, continuar haciendo una sesión por trimestre, para prepararse mejor a saber enfrentarse a los problemas que la vida les deparaba. Por esta razón hay que relativizar mucho sus opiniones y sus juicios críticos.

Las muestras son muy pequeñas por razones obvias pues, pasar la encuesta a todos los que han practicado la musicoterapia, sería tan complejo y extensivo que ocuparía demasiadas páginas para decir lo mismo. Así pues, me he limitado a seleccionar, al azar, un número pequeño de respuestas extrapolables a muchos de los que vivieron y experimentaron las mismas vivencias.

b)
Observaciones

1) La encuesta consta de 22 preguntas.
2) Cada respuesta lleva dos números, 1 al inicio, indicando el número de la pregunta y otro final, que hace referencia al adolescente, salvando con ello el anonimato.

3) Las tartas están sacadas del número total de las respuestas a cada pregunta, no de las respuestas seleccionadas en este apartado.
4) La pregunta N.º 21 es ambivalente, engloba las respuestas de los alumnos que habían terminado las sesiones, después de varios años, y a los que aún no habían terminado las experiencias.
5) Algunos niños dan la misma respuesta en diferentes preguntas.
6) Este apartado es una síntesis extraída de las respuestas de las tres etapas: 10 a 15 años/16 a 29 años/ 30 a 55 años)

10

Análisis crítico de la musicoterapia

(Encuesta y respuestas)

1) Analiza con sentido crítico las sesiones de musicoterapia.
2) La asistencia a la musicoterapia ha supuesto para mí estas cosas positivas:
3) ¿En qué aspectos de tu vida te ayudó más?
4) Los problemas íntimos que me ayudó a resolver son éstos:
5) La parte de la experiencia que más me gusta es:
6) Hay problemas que no he resuelto, pero las sesiones han dado más claridad a mi vida en estos asuntos:
7) Me hubiera interesado empezar estas sesiones en el curso__ a la edad de__
8) El haber asistido a la musicoterapia ha producido en mí los siguientes cambios:
9) ¿Ha cambiado tu forma de pensar en algo? ¿en qué?
10) ¿cuál fue tu mayor dificultad para asistir a la Musicoterapia?
11) ¿Qué opinan tus padres sobre estas sesiones?
12) En la zona íntima de mi personalidad:

* He resuelto muchos problemas...
* he cambiado algunas actitudes...
* he hecho estos descubrimientos.
* he tomado estos compromisos.

13) Al abrirme en el grupo lo hice totalmente, tuve reparos en estos

aspectos. Porque:
14) Al abrirme con el orientador:
* Lo hice totalmente...
* Tuve reparos, me daba corte, porque...
* Hay cosas que nunca conté porque:...

15) ¿ Cómo ves a tu grupo de Musicoterapia?
16) ¿Cómo ha sido tu relación con el grupo?
17) ¿Qué aspectos negativos destacarías de la musicoterapia?
18) ¿Tienes alguna sugerencia que hacer?
19) Después de dos o tres años de asistir a la musicoterapia: ¿Cómo te ves a ti mismo?
20) ¿Qué cosas se te ocurren para mejorar la musicoterapia?
21) ¿Piensas seguir el próximo curso en las experiencias?
22) ¿Puedo utilizar tus escritos para informar y ayudar a otros, sabiendo que lo haré en anónimo y guardándote un respetuoso secreto? Sí_ No_

1) Analiza con sentido crítico las sesiones de musicoterapia

Respuestas

1 – 3

Ha sido una experiencia muy positiva, ya que me ha ayudado a conocerme como soy y a descubrirme en algunos defectos y así he podido mejorarme.

1 – 5

Creo que es muy positiva la estancia en musicoterapia, ya que todos deseábamos venir. Cuando tú nos decías que subiéramos a la experiencia, era una alegría y se abrían nuestras esperanzas de liberación de nuestros problemas. Aunque algunos padres nos decían que eso era un rollo, pero nosotros subíamos entonces con más alegría porque ellos no sabían lo que era y hablaban sin conocimiento de causa y por hablar, pues, no sabían que para nosotros este rollo de la musicoterapia era algo sensacional.

1 – 6

Las sesiones de musicoterapia han sido estupendas. Todas me han servido de un gran desahogo de mis problemas y me han solucionado. No han sido pesadas, al contrario, han sido cortísimas y nos han servido de mucho.

1 – 7

Es una experiencia que me ayuda siempre que yo colaboro. A mí me ha ayudado a centrarme en mí mismo. Además, me ha ayudado en muchos aspectos de mi vida tanto sociales como psicológicos. A veces, nos pasábamos con el cachondeo, pero tú debes tener en cuenta que es algo nuevo y nos excita y pone demasiado contentos.

1 – 11

Me han parecido algo muy bueno porque me ha ayudado a resolver problemas de una manera divertida, viviendo con los compañeros. Pienso que esto debería de hacerse en todos los colegios y también con los mayores.

1 – 12

Creo que es fabulosa, ya que nos ayuda a prevenir y a solucionar nuestros problemas; pienso que el viaje te ayuda a mejorar el resto de la vivencia, el diálogo que viene después es fenomenal, porque me doy cuenta de que sufro los mismos problemas que los demás, la parte de la ritmoterapia es fundamental para sentirnos liberados de nuestras dificultades y conflictos.

1 – 24

Es una experiencia que me parece muy buena y sirve de una gran ayuda con la música. Dicha música ayuda a relajarse y a crear en ti un gran optimismo para afrontar algunos problemas. No le veo ningún defecto, aunque el viaje me cuesta por mi dificultad para relajarme. Pienso que estas experiencias deberían de ser un poco más frecuentes, ya que ayudan a conocerte mejor y a contar tus problemas. También pienso que con las experiencias deberían ayudar a formar un buen grupo sólido que funcione bien.

1 – 25

Para mí las experiencias de musicoterapia son una especie de libertad. aunque la libertad sea algo más. Me va bien el darme cuenta, de vez en cuando, de todo lo que allí se hace, aunque con la música del viaje puedes

incluso llegar a dormirte. Para mí es como un puente que me ayuda a descubrirme a mí mismo tal como soy, pues, es algo más que escuchar a Alan Pearsons, Vangelis o Pink Floid. Con el viaje te relajas y tu imaginación empieza a volar y es en ese momento cuando te das cuenta de las cosas que te rodean, del palpitar de tu corazón y de tantas cosas que no se pueden explicar y, sobre todo, ves con los ojos de tu mente lo que ocurre dentro de ti y llegas a esas zonas de tu persona a las cuales te resulta casi imposible llegar de otra manera. Es pues como una especie de viaje, como tú llamas a esta técnica. Pero no es un viaje cualquiera, sino muy especial en el que te ves a ti mismo tal como eres y sientes tal emoción , que después te quedas muy bien y como muy liberado. Después llega la puesta en común que es un rompimiento muy profundo y serio de tu propia timidez, para terminar con una especie de desahogo total, como romper el aire, saltar y partirse por la mitad en ritmoterapia, echando fuera de ti tus problemas y sentimientos negativos.

1 – 27

La musicoterapia es una de las cosas que más me gusta hacer. Las técnicas y el venir aquí me ponen muy bien. Creo que es un buen método para conocernos mejor y poder resolver nuestros problemas. Está enfocada para que en un futuro seamos personas de verdad, para que no nos desviemos por caminos negativos que podemos encontrar en la vida.

1- 31

Me han gustado porque me ha ayudado a resolver algunos problemas. Aunque, a veces, me hacías unas preguntas muy íntimas y me daba reparo contarlas, pero luego me diste confianza y me acostumbré.

1 - 42

Nos ayuda en los problemas y nos guía en todos los aspectos de nuestra vida. Nos enseña a vivir los problemas de la vida de una forma menos agobiante y así nos sentimos mejor, aunque tengamos muchos problemas.

1- 44

Es una cosa muy buena y que ayuda mucho en todos los sentidos. Lo más positivo es que ahora me siento y soy más comprensivo con la gente y la entiendo mejor. Lo negativo es me excita mucho la sexualidad y no me puedo controlar porque me excito muchísimo.

1 - 46

La musicoterapia es algo muy bueno, te ayuda a ser mejor persona y a no tener reparos en contar tus cosas íntimas. De negativo no hay nada, lo peor es fuera, pues, los demás que son mayores se meten con nosotros y se creen que allí hacemos cosas malas.

1 – 49

La musicoterapia es muy buena porque te ayuda a no deformarte, vives bien tu propia vida, te ayuda muchísimo a conocerte mejor en tu interior y descubres a tiempo tus problemas. Negativo nada.

1 – 51

Me ha ayudado a aceptarme como soy y a mejorarme en todos los sentidos y a ser más feliz.

1 – 52

Hay tantas cosas positivas en la musicoterapia que no me caben aquí: me ha ayudado a desahogarme, a deshacerme de muchos problemas y a centrarme en los estudios y tomármelos más en serio.

1 – 55

Para mí la musicoterapia ha sido algo muy ingenioso, bien estudiado para poderte conocer mejor y pasártelo a lo grande, pues es muy divertida. Me ha ayudado mucho en mis problemas, he mejorado mis relaciones con mis padres y con la gente. No he tenido dificultades y sólo cambiaría el que hubiese también niñas. Me ha gustado todo. Mis padres piensan que es algo muy bonito para mi edad y que yo he mejorado mucho en los estudios, en la relación con ellos y conmigo mismo, pues, me conozco mejor y soy más feliz. Por todo ello pienso seguir el año próximo.

1 – 56

Es lo mejor que me ha podido pasar hasta ahora en mi vida y ha sido una suerte este descubrimiento de venir a las experiencias de musicoterapia. He estado muy a gusto y todo lo que hemos hecho me ha gustado pero que muy mucho. Negativo nada.

1 –57

Todo ha sido muy positivo, tanto mis compañeros como tú como orientador. Además, me han gustado mucho todas las técnicas que hemos hecho. Veo que ha mejorado mucho mi vida, tanto en el aspecto de la sexualidad como en el cariño hacia mis padres y los demás. No he tenido ninguna dificultad para venir a las sesiones porque confío en mis compañeros y en ti. Lo conté todo sin ningún reparo. Pienso seguir el curso próximo porque aquí me siento muy bien contigo y con el grupo y me llevaría un gran disgusto si no pudiera venir más. Finalmente, no tienes nada que cambiar porque está todo perfecto.

1- 61

La musicoterapia es la mejor cosa que he experimentado en mi vida. Me ha ayudado en los estudios, en la masturbación, aunque ahora me masturbo más, pero me agobio menos y yo quiero quitarme ese problema. También me ha ayudado en otros problemas de mi edad y del crecimiento. No he tenido dificultades, pero al año que viene me lo tengo que pagar yo, pues, la cosa no está bien por mi casa, pero yo quiero seguir cueste lo que cueste. Me ha gustado todo porque todo está bien.

Mis padres dicen que es algo que sirve para aprender y educarnos y que puedo seguir, pero si me lo pago yo. Yo lo dije todo y esto me ha ayudado a conocerme mejor y a quitarme la timidez, porque me sentía mejor después de decirte mis problemas.

1 – 62

La musicoterapia ha sido para mí de una gran ayuda para conocerme mejor y para centrarme en el estudio, pues he descubierto que el estudio es algo muy importante. Además, me ha quitado la timidez. La mayor dificultad ha sido las cosas que tenía que hacer algunos días y me quitaba tiempo. Yo cambiaría el momento de la danza y lo haría más corto y pondría más técnicas chulas porque me gustan mucho y me quitan la timidez. Mis padres me dicen que en la musicoterapia seré muy bueno, pero que en mi casa soy muy malo. He cambiado en no ser tímido y en estudiar mucho más y en pensar diferente sobre la sexualidad. Esto me ha ayudado a conocerme mejor porque me hace que yo reflexione mucho sobre mi vida y mi forma de ser. Pienso seguir el curso próximo porque me ayuda, me divierte y me hace sentirme mejor y me pone contento.

1 – 64

Sólo veo cosas positivas en la musicoterapia, porque te libera de la angustia provocada por los problemas y te sientes mejor y más feliz. He resuelto el problema de la relación con mi madre, el ayudar más a los compañeros, el no agobiarme tanto por la sexualidad, aunque en este terreno no lo he dicho todo porque me daba corte, pero te lo digo ahora y es que cuando veo revistas porno, luego después me hago una paja casi siempre, porque mis compañeros dicen que, si no te la haces, es que eres mariquita, y me da mucha vergüenza contárselo a nadie, no se lo vayas a decir a mi madre ni a nadie. Pienso seguir el próximo curso porque aquí me formo como persona.

1 – 65

Lo más positivo de la Musicoterapia es que te soluciona tus problemas, te enseña a relacionarte mejor con la gente y aprendes a tener confianza con los compañeros y es bueno y no daña a nadie. A mí me ha resuelto mis problemas de sexualidad como la masturbación, las revistas porno y mi trato con las chicas. Me ha quitado la timidez y me ha orientado en los problemas familiares tan gordos que te conté.

Yo te lo conté todo porque sabía que lo ponía en buenas manos y no tuve reparos nunca, porque me sentía mejor después de contarte mis problemas. Pienso seguir el próximo curso, pues, claro que sí. Porque seguramente tendré problemas mucho más gordos.

1 – 80

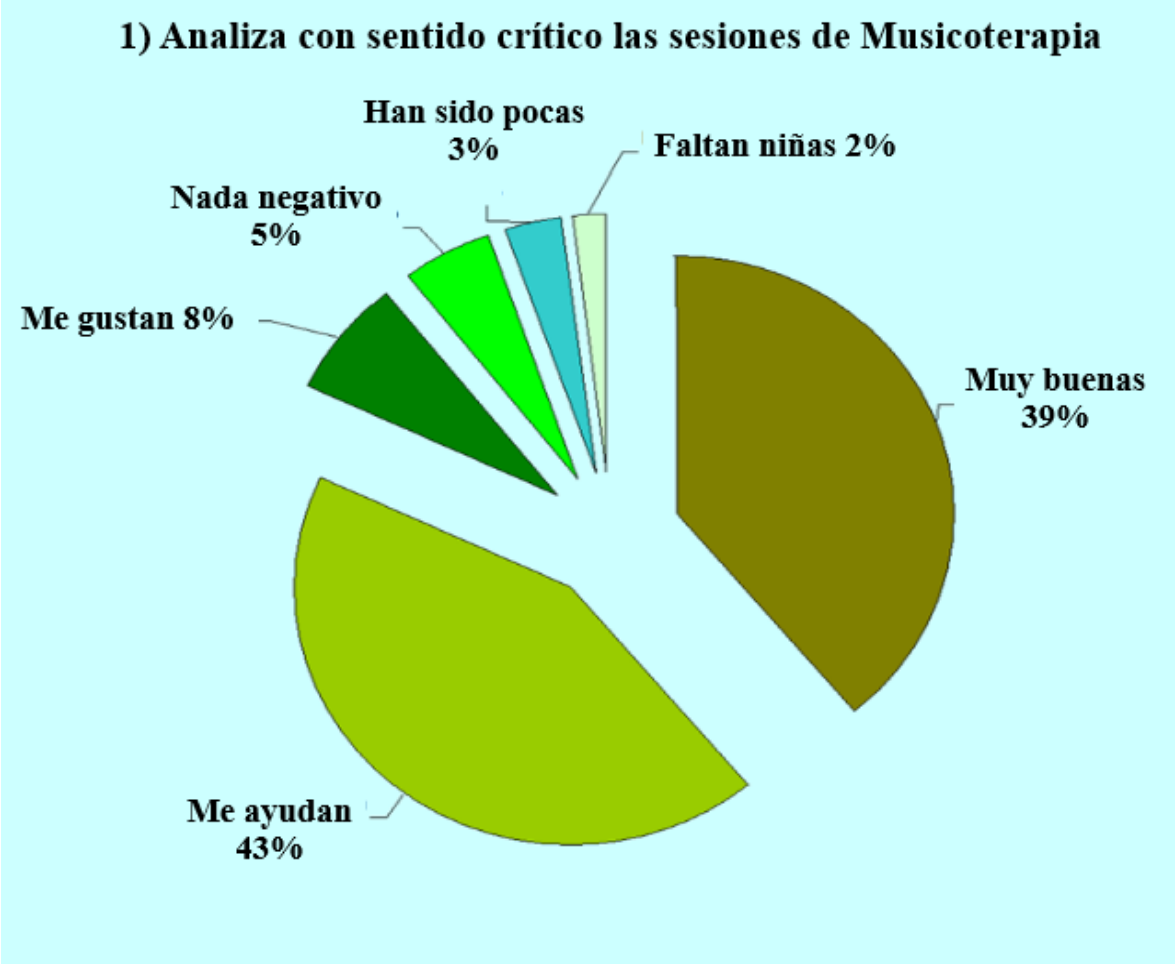
La musicoterapia me parece muy buena y un lugar donde uno se puede liberar de sus problemas más íntimos, hacer amigos, tener confianza con una persona mayor que entiende a los jóvenes y relajar la mente y el cuerpo.

1 – 83

Me ha ayudado a aprender las cosas de la vida sin agobios, a comportarme como persona, en los estudios , pero aún tengo que controlar mis sobresaltos de la sexualidad y me agresividad, pues, me da mucho coraje, cuando se ponen en contra mía.

1 - 91

Creo que es una experiencia muy buena para desahogarse, para sacar la basura, como tú dices, y expulsar todo lo malo y quedarse vacío de problemas, para cuando llegues a tu casa te comas una buena tortilla de patatas y te prepares para la próxima sesión que tendría que ser por lo menos dos veces al mes.



2) La asistencia a la musicoterapia ha supuesto para mí estas cosas positivas.

Respuestas

2 – 1

Yo sí que he sacado provecho, uno es que antes, cuando hacía un examen, me ponía muy nervioso y después de decirlo y analizarlo en musicoterapia,

ya no me pongo nervioso desde hace ya tiempo. También ha supuesto mayor confianza en mí mismo y el saber lo que tengo que hacer, me ha quitado la timidez.

2 – 7

Me ha ayudado a mejorar mi forma de ser, a ser más consciente y maduro con las cosas que hago y con mi vida y a considerar mejor al prójimo.

2 – 10

He perdido la timidez bailando y me puedo expresar con mis amigos con más claridad y más fácilmente. Me siento más libre y experimento cosas nuevas.

2 – 11

Me ha ayudado a ser más humano y a tener confianza con alguien al que yo le puedo contar todos mis problemas.

2 – 26

Me ha ayudado, sobre todo, en las relaciones con mi padre, pues, antes no me iba muy bien, y ahora mi vida se está encauzando hacia un diálogo permanente entre él y yo.

2 – 27

Pues, sencillamente a borrar de mi mente un gran complejo que me hacía mucho daño y anulaba o frenaba mi vida y también el darme cuenta de otros de mis problemas.

2 – 30

Comportarme como persona ante los problemas que llegaban en su momento crítico, me ha supuesto ser capaz de comunicar sinceramente a otras personas mis problemas más íntimos. Me siento realizado en las sesiones, y después, cuando pienso en las cosas que saco en limpio de ellas.

2 – 50

He llegado a la conclusión, desde hace poco, y pienso que debería haber sido antes, de que hay que estudiar y trabajar y hacer con ilusión todas las cosas de la vida y con un fuerte compromiso, sin dejar las cosas para después.

2 – 57

Me ha quitado la timidez, no tengo ya complejo, me llevo mejor con mi hermano y me ha quitado el agobio de la masturbación y de la sexualidad.

2 – 58

He aprendido que para vivir sin agobios tengo que aprender a sacar la basura, es decir, a contar los problemas sin complejos y lo he practicado muy a fondo, porque me siento muy aliviado cuando lo hago así y lo cuento absolutamente todo, aunque hay cosas que me han costado bastante, pero ahora me alegro muchísimo, pues, parece que respiro mejor y mi vida va mejor. Además, me ha ayudado a hacer amigos y también he descubierto que guardando los problemas se vive peor, por eso yo ahora mismo siento una liberación interior total

2 – 75

He aprendido a valorarme más y las cosas del sexo las voy aprendiendo como debe ser.

2 – 76

Lo más positivo ha sido que me hacía pipí en la cama y ya no me lo hago, porque seguí lo que me dijiste y me curé muy pronto.

2 – 81

Me ha ayudado a no volver a ver con la misma actitud revistas pornográficas y películas porno y a darme cuenta de que si no hago estudios no seré nadie en la vida. Y, sobre todo, el tema de familia que ya me llevo mejor con mi abuela.

2 – 83

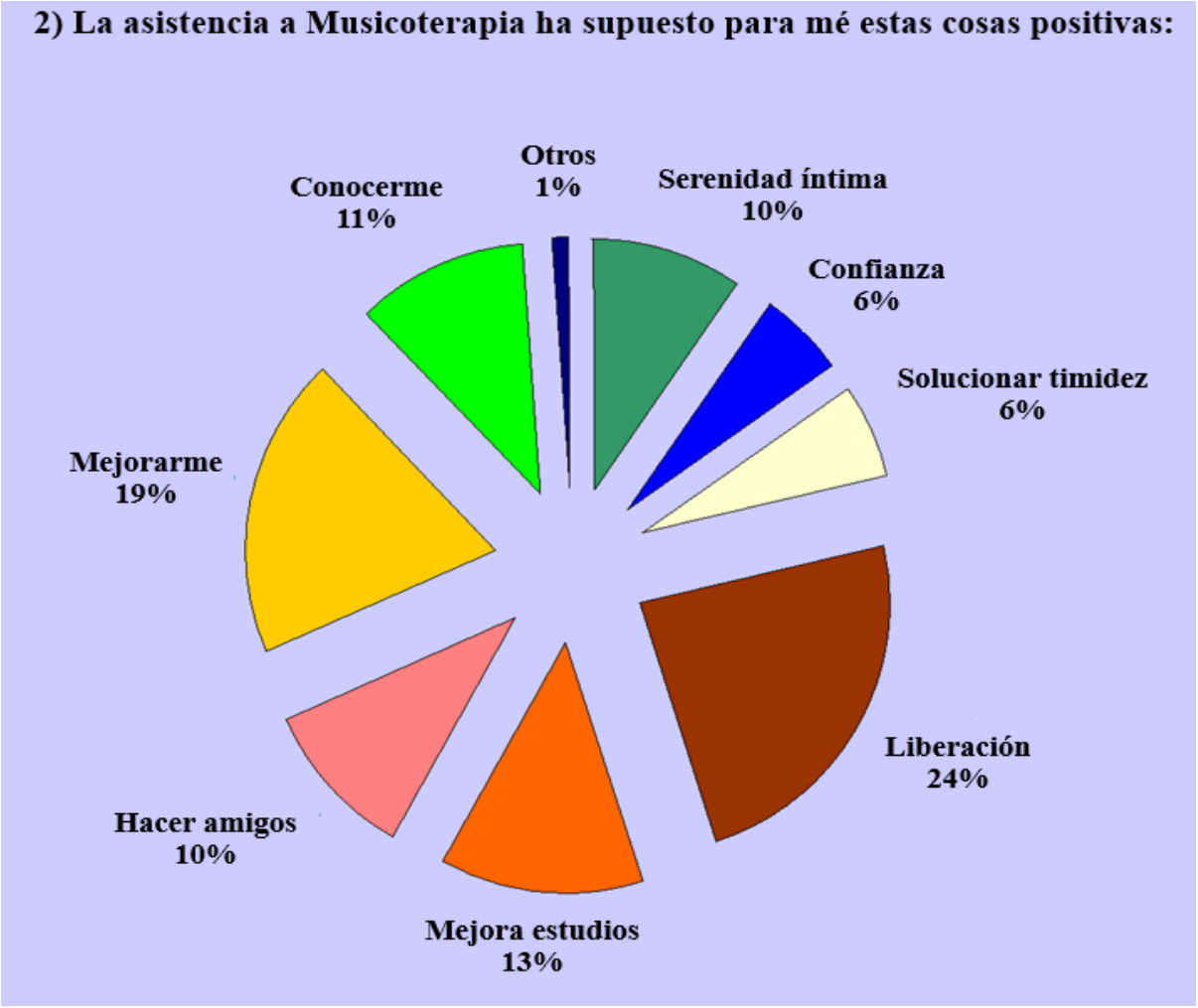
Me ha resuelto estos problemas: Estudios, es decir que estudio todos los días. Sexo: información correcta de todo tipo. Otros que me hacía pipí y, desde que vine a musicoterapia ya no he vuelto a hacérmelo más. No sé si era porque estaba nervioso, pero la verdad es que ya no he vuelto a tener ese problema.

2 - 89

Que me llevo mejor con mis padres y con mis hermanos, que sé elegir los amigos y que me he quitado de la cabeza muchas tonterías y me siento más feliz.

2 - 94

He mejorado mucho en el estudio, he descubierto todo lo positivo que tiene la sexualidad porque antes yo creía que eso era malo y era pecado y ahora lo veo de forma muy diferente.



3) ¿En qué aspectos de tu vida te ayudó más?

Respuestas

3 – 13

Pues me ha ayudado a ser más humano y a tener confianza con alguien al que le puedo contar todos mis problemas.

3 – 14

Yo me sentía un poco angustiado creyendo que las palabrotas eran un pecado, pero tú me lo aclaraste yo me dijiste que no y me solucionaste el problema

3 – 17

Me ha solucionado problemas como mi actitud negativa con mis padres, me ha quitado el miedo a muchos problemas de la vida, mi timidez y corte ante las chicas. Me ha hecho sentir deseos de superarme que antes no tenía y me ha dado optimismo ante la vida.

3 – 28

Me ha servido para no desesperarme frente a las cosas que me han hecho sentirme mal con mis amigos, rechazado etc. Me siento más persona y muy liberado para poder resolver mis problemas gracias a las sesiones de musicoterapia.

3 – 37

Me ha ayudado a ser más abierto con las personas, antes yo era mucho más tímido y también en no tener vergüenza con las niñas, también me ayudó en el estudio, pues, yo al principio de curso no estudiaba apenas nada.

3 – 49

En lo de fumar, en aclararme muchísimo las cosas de la sexualidad y, como te he dicho en la pregunta anterior, antes de la musicoterapia nada más podía dialogar de mis cosas íntimas con mis amigos, pero no me decían la verdad y aquí sí me lo aclaran todo.

3 – 55

En todos mis problemas íntimos, como el hacerme pipí en la cama y los agobios que me producía este problema, tener más amigos y el haber podido sacar un problema que tenía con mi tía.

3 – 57

En mi timidez, en los estudios y en las dudas y agobios de la sexualidad y, al empezar la ESO con mucha ilusión y compromiso de estudiar. En todos los aspectos, sobre todo en mi timidez y en la sexualidad.

3 – 71

Lo que más me ayudó fue en lo de mojar la cama porque era lo que más me hacía sufrir. Y también en otras cosas, como sacar la basura, contando mis problemas íntimos. Para desagobiarme totalmente.

4) Los problemas íntimos que me ayudó a resolver son éstos:

Respuestas

4 – 6

El problema íntimo que he resuelto es que ya hace cuatro meses que no me he vuelto a masturbar y veo el tema de la sexualidad con más normalidad y como algo normal.

4 – 9

He resuelto estos problemas: la vida en común con mis hermanos, las crisis afectivas con mi padre, me ha hecho ser más crítico ante la vida, he aprendido a no agobiarme con los estudios, ni ante mi futuro, a no ser egoísta, abusando de mi cuerpo con la masturbación, buscando egoístamente una satisfacción aparente conmigo mismo.

4 – 10

Pues, sencillamente borrar de mi mente un gran complejo que me hacía mucho daño íntimo y anulaba o frenaba mi vida y también el darme cuenta de otros de mis problemas.

4 – 12

Mis sentimientos íntimos y problemas con algunas chicas que me gustaban y me atraían y me podían haber hecho mucho daño moral, y para no desanimarme en los estudios, para abrirme los ojos a las cosas de la vida y prevenirme para no dejarme llevar por la pornografía, la droga, el sexo y demás aberraciones que me ofrece la sociedad.

4 – 13

Un problema que voy resolviendo es el no estar atado y amargado conmigo mismo, ni pensando mal de todos y el deseo profundo de convertirme en persona equilibrada y consciente de mis actos.

4 - 27

Me ha resuelto estos problemas: Compromiso con los Estudios. Sexualidad: información correcta de todo tipo. Otros problemas: el que me hacía pipí en la cama y, desde que vine a musicoterapia no he vuelto a tener ese problema, no sé si sería porque estaba nervioso o por qué, pero la verdad es que ya no he vuelto a tener ese problema tan agobiante.

4 – 46

Entre los problemas resueltos está el de las cosas del espiritismo en el que estoy muy liado.

4 – 51

Pues, me ha resuelto los problemas de los chicos de mi edad: masturbación, relación con chicas, revistas y películas verdes, estudios y agobios de la vida íntima

4 – 54

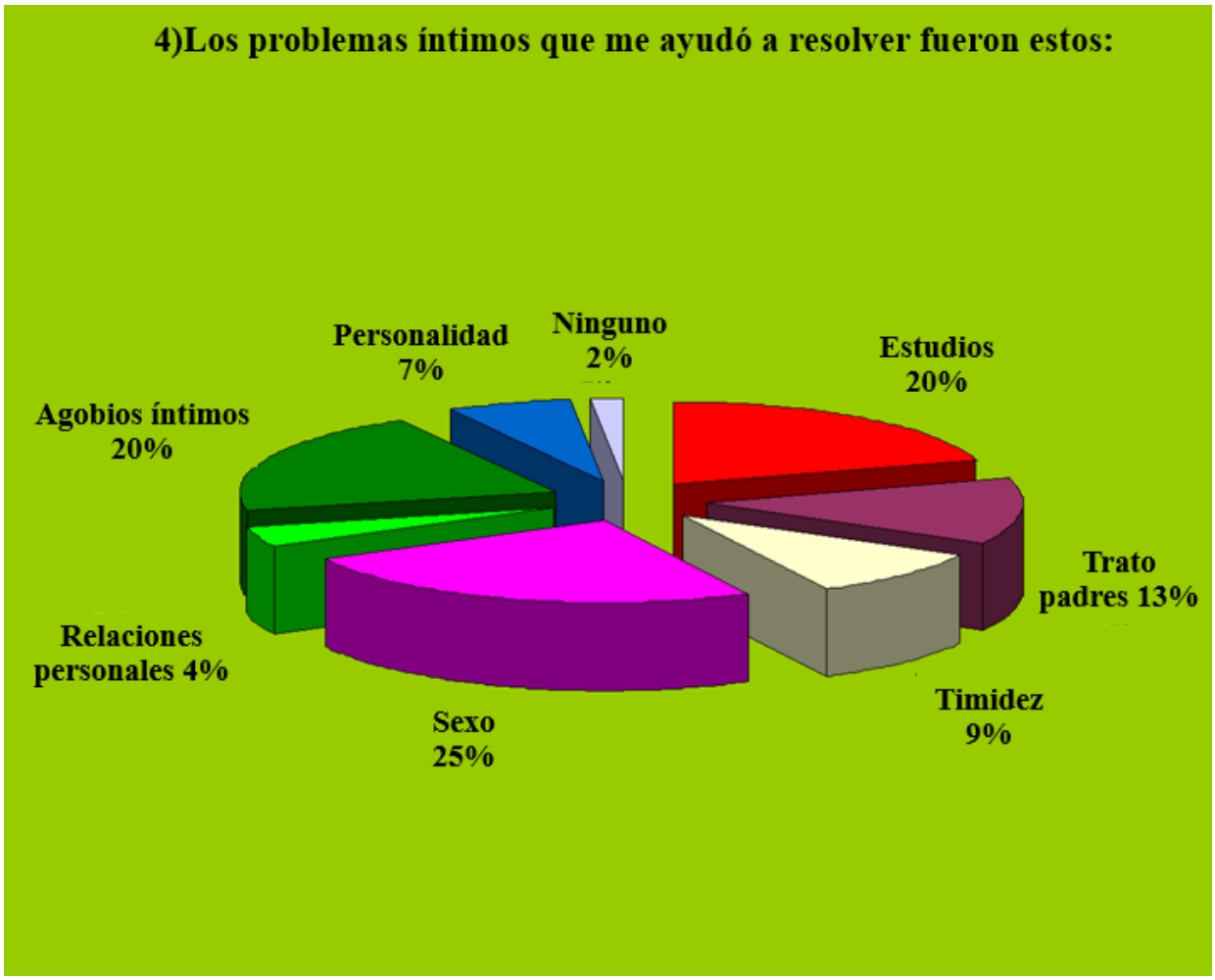
Los problemas íntimos que me ha ayudado a resolver son: el no agobiarme por los estudios ni por la sexualidad y los pensamientos de cosas malas que tengo yo que antes me hacía sufrir un montón, pero ahora ya no. Las penas que he contado aquí por las personas que he perdido, pues, he hablado de eso en las sesiones y me ha servido muchísimo para desahogarme.

4 - 61

De todos los que tú ya sabes, pero es que me ayudó absolutamente en todo. Entenderme mejor a mí mismo y a los demás y liberarme de agobios.

4 – 62

Los problemas íntimos que ya te conté, los de mi casa y los de clase con el tutor. Los problemas íntimos los resolví todos.



5) La parte de la experiencia que más me gusta es:

Respuestas

5 – 4

El viaje me gusta por el encuentro conmigo mismo a nivel profundo y la ritmoterapia por el desahogo y el olvido de todo.

5- 6

La ritmoterapia, porque me desahoga de mis preocupaciones y me mete en otro mundo, distinto al matutino y rutinario de siempre: escuela y más escuela.

5 – 12

Me gusta mucho la ritmoterapia porque me expreso libremente y hago lo que quiero, pero lo que más me gusta es el viaje porque, relajado, me siento más feliz.

5 – 28

La ritmoterapia me ha gustado mucho. Me gusta por el simple hecho de sentir el ritmo de la música y danzar según lo que ésta me sugiera, pues, se siente algo que no se sabe explicar, pero que llega muy a fondo y te des agobias de todo. También me gusta lo que viene después del viaje. Es una experiencia muy buena y, en general, me gusta todo.

5 – 29

La puesta en común porque me ayuda a conocerme a mí mismo y a los demás, pues, en el fondo somos todos iguales y con problemas muy similares.

5 – 42

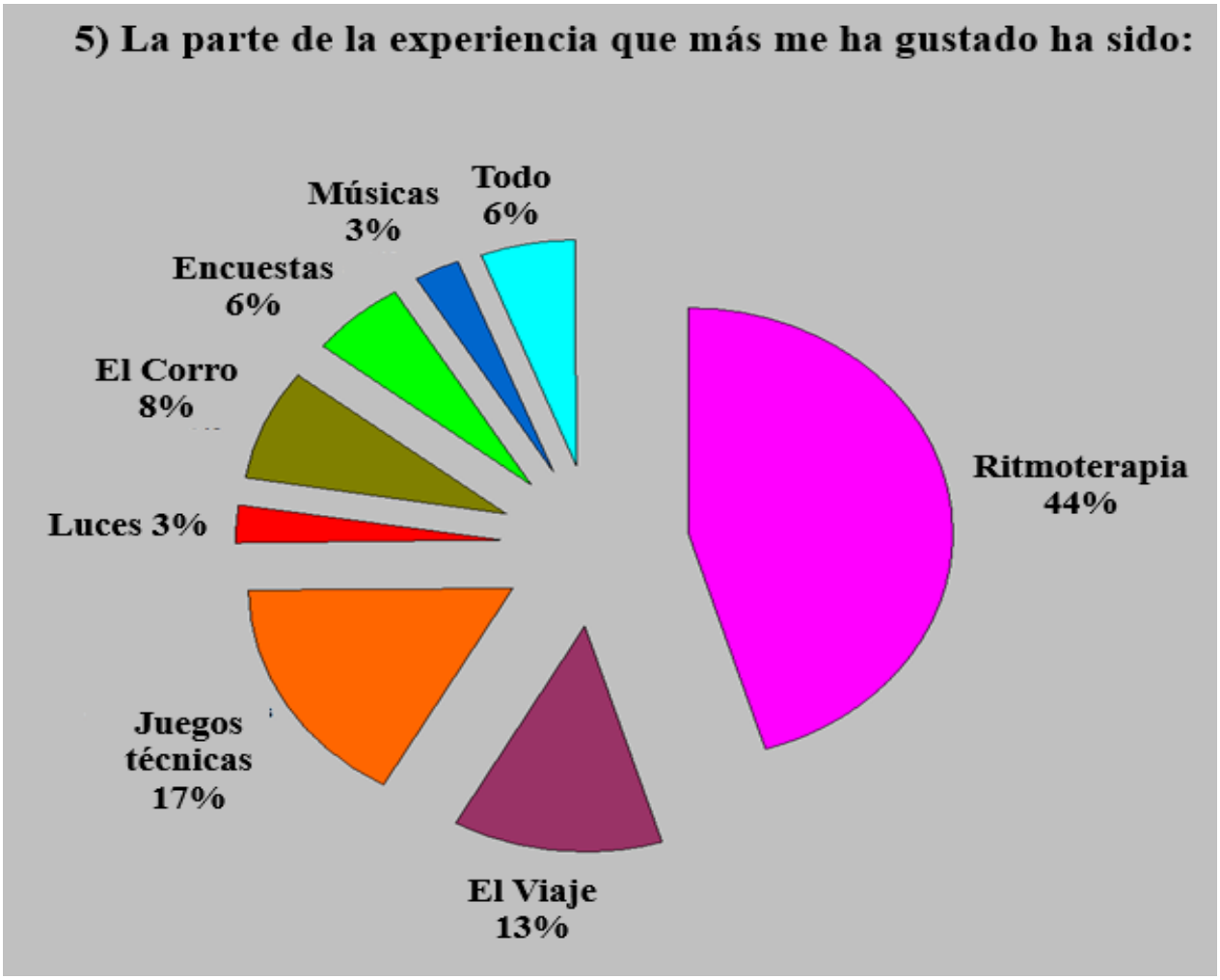
Lo que más me ha gustado hasta ahora ha sido la sesión que hicimos donde se planteó el problema de la masturbación, porque me dejó muy desahogado y me dio claridad.

5 – 55

Los momentos en que nos comunicábamos nuestros problemas íntimos en el corro y hacíamos más amistad entre nosotros, y especialmente me han gustado mucho tus explicaciones sobre el problema típico de mi edad que es lo de la masturbación y los fenómenos de la sexualidad como la polución etc. ¡Gracias! Porque me has ayudado mucho y me has quitado agobios.

5 – 65

La música tan buena que nos pones, porque ayuda a sacar la basura y también el viaje y la relajación.



6) Hay problemas que no he resuelto, pero las sesiones han dado más claridad a mi vida en estos asuntos:

Respuestas

6 – 5

Creo que tú te puedes referir a la masturbación, pero yo, aunque no tengo ese problema, he comprendido bien y me has ayudado a saber lo que es y también me has ayudado a sacar bien los estudios.

6 – 8

Sólo la masturbación, pero la hago menos y tengo de ella una visión nueva que no me produce ya ningún agobio.

6 – 11

No he resuelto del todo lo de la sexualidad, como la masturbación, pero ya no me agobio como antes y la voy dejando poco a poco y también las relaciones con mis amigos y amigas.

6 – 14

Me han dado conocimiento para ver mejor mi vida y relación con Dios, el perdón y la misericordia.

6 - 23

No he resuelto todavía lo de la masturbación ni las peleas con mis padres, pero ya tengo de ello otra visión más reflexiva y equilibrada.

6 - 36

No he resuelto del todo el problema del sexo, pero ahora tengo mucha mayor claridad sobre el tema.

6 – 44

He llegado a la conclusión, desde hace muy poco, y pienso que debería haber sido antes, de que hay que estudiar y trabajar y hacer con ilusión todas las cosas de la vida y he tomado un fuerte compromiso, sin dejar las cosas para después.

6 – 49

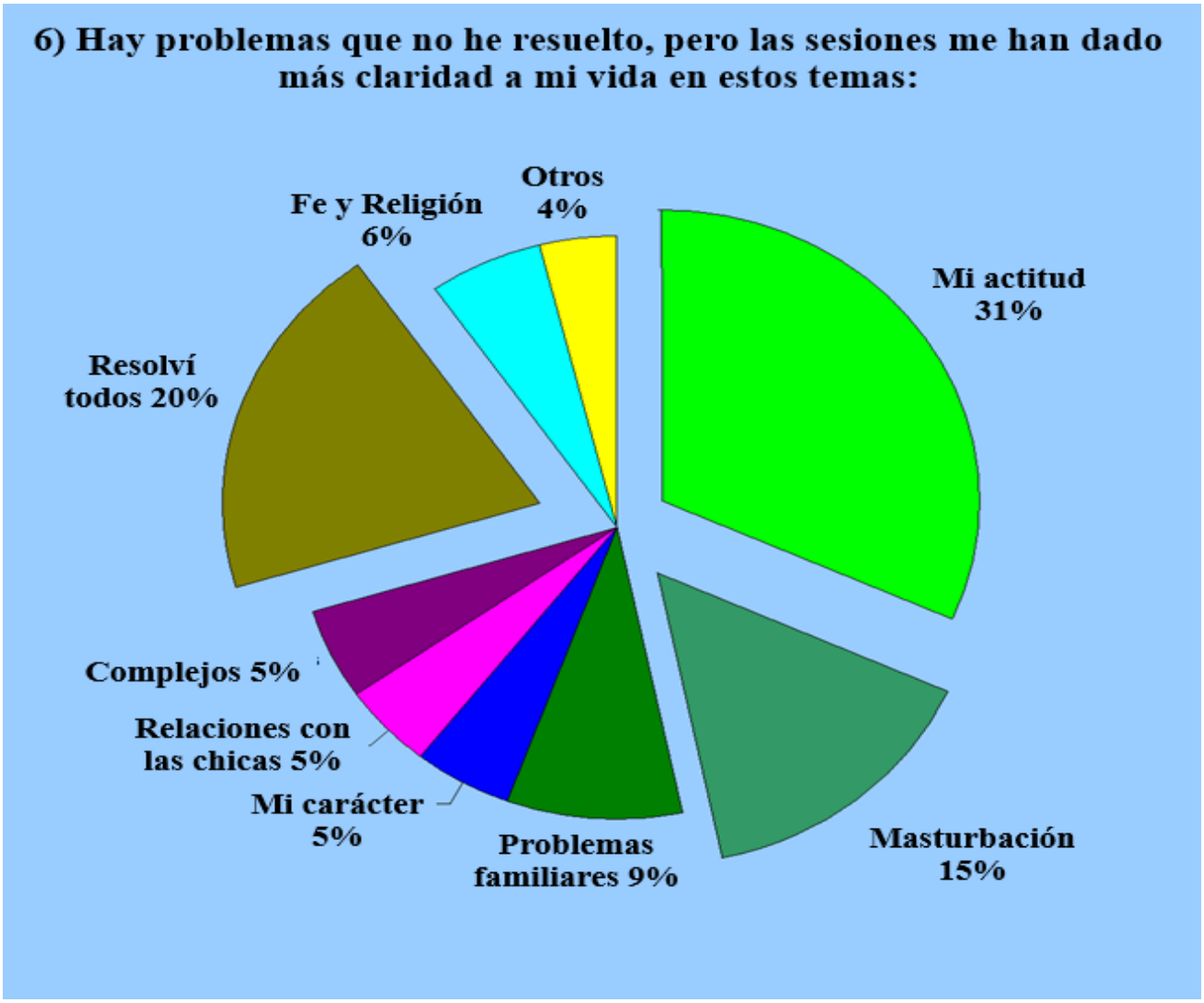
Todavía no he resuelto lo de la muerte de mi abuelo, pues, no he hablado mucho de ello por no aburrirte ni ser pesado, pero todavía lo tengo ahí dentro, clavado en mi corazón y, a veces, no lo quiero hablar ya más, no porque no me des confianza, sino porque no puedo, me pongo triste.

6 – 52

Sí, es verdad por ejemplo el hacerme pipí ya lo tengo casi resuelto y ya no me agobio como antes y me siento más feliz en la vida, más responsable y maduro.

6 – 69

Sí, tengo las ideas más claras por las explicaciones que me has dado de muchas cosas y sobre la vida, porque me siento más fuerte para seguir adelante.



7) Me hubiera interesado empezar estas sesiones en el curso__ a la edad de__

Respuestas

7- *3*

A los que tengo, porque tengo más conciencia sobre mis cosas, aunque no lo parezca. En sexto curso con 11 años porque ahora estaría mejor formado y tendría una mejor y más seria responsabilidad.

7 – 7

En 6º curso con 11 años, porque ahora en 8º podríamos habernos conocido mocho más en el grupo y haber resuelto muchos problemas tontos.

7 – 12

A la edad de 12 años, en 7º, porque es cuando empezamos a tener más problemas, sobre todo en verano.

7 - 20

A los 13 o 14 años porque es cuando uno empieza a sentir la propia sexualidad y no sabe uno cómo enfocarla.

7 – 27

En 5º de E.G.B. Porque, por ejemplo, lo de la masturbación, si me lo hubieses explicado cuando estaba en 5º, habría sabido más a tiempo lo que era y no me hubiera causado tanta angustia esa tontería, pues, me ha fastidiado un montón.

7 – 38

En primero porque tendía muchísima confianza con el grupo y contigo para contarlo todo y además porque me hubiera acostumbrado desde chico a estudiar y no tendría tanto problema ante el estudio en los cursos superiores

7 – 43

En cuarto de primaria porque es cuando empecé a ver películas porno y me hicieron mucho daño.

7 – 48

En cuarto o quinto porque fue en esos cursos cuando empecé a tener problemas, como hacerme pajas, coger dinero a mi madre, ver revistas y películas que tenía escondidas mi padre etc.

7 – 58

Yo creo que en la edad en que empezamos está bien, pues, a esa edad se viene con más ganas de jugar que de otra cosa, pero sirve para iniciarte, porque de mayor seguro que se apuntaría muy poca gente, tal como está la vida y como viven los chicos y las chicas de hoy. Además, es ahora cuando más te sirve, porque empiezas a comprender todas las cosas que hemos hecho antes, hay menos gente y se puede trabajar más en profundidad y más centrados.

7 - 70

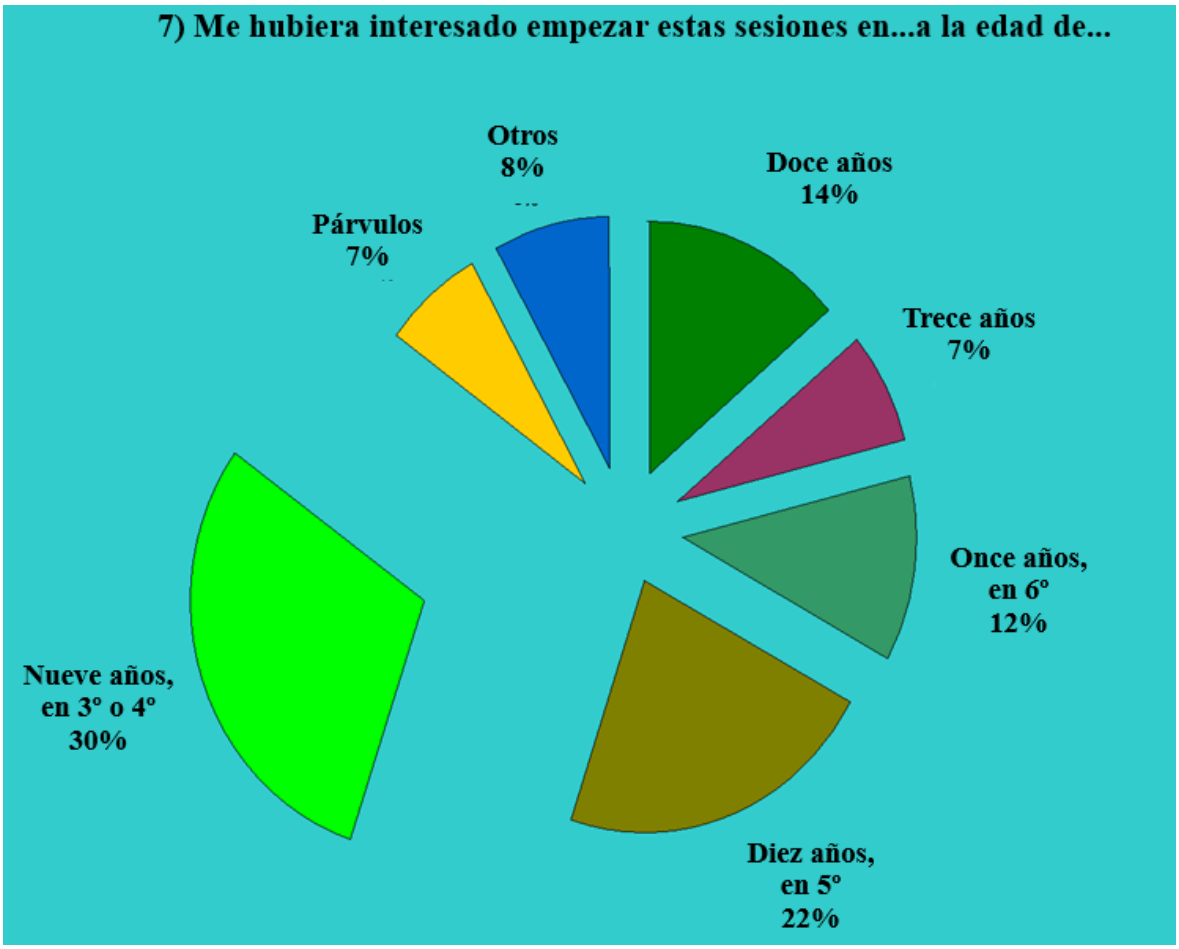
A los 10 años, porque empiezas a saber mal las cosas de la vida y nadie te las explica cómo debe ser y aquí sí que las explicas bien.

7 – 81

En los primeros cursos, porque hubiera sacado los problemas antes y no me habría hecho sufrir tanto, y además me habría sacado más cosas.

7 – 84

Me hubiera gustado haber empezado a los 7 años, porque así no hubiera padecido tanto y hubiera empezado antes a estudiar.



8) El haber asistido a la musicoterapia ha producido en mí los siguientes cambios:

Respuestas

8 – 7

En mi forma de ser. Perdono más rápido y ahora me da gusto el perdonar.

8 – 24

En tener más personalidad y unos principios más sanos para la vida y para prevenirme de los vicios en los cuales me sentía confundido, aunque todavía no había caído de lleno en ellos.

8 – 25

Creo que soy el mismo, pero con una mentalidad más clara, más crítica y abierta. Sé afrontar mejor y con más firmeza la vida y los problemas que la sociedad me presenta.

8 – 29

En mi disposición para ayudar a los demás, creo que ahora atraigo más a la gente por mi personalidad y por la forma que tengo de ver las cosas con más equilibrio y una mayor objetividad que me han dado las sesiones de musicoterapia.

8 – 35

El mayor cambio ha sido el atreverme a hablar con los compañeros sobre mis problemas de sexualidad sin tener ningún reparo, como antes tenía.

8 – 36

Que soy más abierto, que entiendo mejor a los niños que hacen guarrerías y que estudio y me esfuerzo más.

8 – 41

Sí, porque sin estas sesiones me hubiera sido casi imposible enfrentarme a los problemas de la vida y sobre todo de la sexualidad.

8 - 46

Me ha ayudado a cambiar mis gustos, mi forma de pensar, a ser más feliz y a saber escuchar, dialogar y a opinar.

8 – 48

Antes era muy egoísta y agarrado, ahora ya no, era mentirosos y ya lo soy menos y mis padres dicen que me está ayudando mucho en todo, pues, ahora hablo con ellos de todas mis cosas íntimas y esto les está gustando mucho.

8 – 54

Me ha ayudado a cambiar mi forma de pensar en los estudios, en lo que quiero ser y a pensar de forma diferente sobre las cosas de la sexualidad, pues, no tenía ni idea de nada: polución, semen, eyaculación etc.

8 – 55

He cambiado en muchas cosas como en lo desagradable que era antes en el trato con la gente, en los estudios, antes no estudiaba nada, en llevarme mejor con mis compañeros, en ser más abierto y en tener una visión distinta sobre la sexualidad y dejar de hacer guarrerías y mirar a las niñas de forma distinta.

8 – 67

En sentirme más preparado para la vida y saber defenderme en los problemas de mi edad con más serenidad y sabiduría que antes.

8 – 71

Antes era más violento y ya soy más tranquilo, más seguro y confiado en mí mismo y también menos agobiado por mis problemas sexuales.

8 – 77

Estudio más y mejor, me hace más caso la gente y ya casi no soy tímido. Tengo más confianza en mí mismo y soy menos tímido, tengo más amigos, pero, sobre todo, pienso más en positivo sobre la vida y sus problemas.

8 – 80

El asistir a clase con mucho más entusiasmo y aceptarme mejor a mí mismo, porque me conozco mejor y sé más sobre la vida. En una palabra: he madurado mucho.

8 – 83

Digo menos palabrotas, hago menos guarrerías y ya no me hago esas cosas, pero mis amigos dicen que me notan raro, porque ya no hago como ellos. He mejorado en la forma de ver la vida y de relacionarme.

8 – 89

Creo mucho más en mí, me valoro más, hablo más con mi madre y me siento más feliz porque he sacado la basura.

9) ¿Ha cambiado tu forma de pensar en algo? ¿En qué?

Respuestas

9 – 3

En los estudios, mi padre les daba mucha importancia y yo le obedecía, pero ahora pienso que no hay que dar tanta importancia a los estudios, sino a la vida.

9 - 8

En el respeto a mis padres y a sus relaciones íntimas.

9 – 9

Ya me sé defender de los malos amigos que me hacían mucho daño, otro cambio ha sido el trato con las niñas que tanto lo necesitaba, pero, sobre todo, me ha hecho cambiar mi actitud ante los estudios.

9 – 12

En mi forma de ser, de actuar delante de mis padres y en mi formación moral íntima.

9 – 25

En no tomarme las cosas tan en serio como las peleas, el fumar, la sexualidad etc., sino que tengo que tomarme en serio la vida y con un poco más de alegría y dar gracias a Dios, aunque en Él siempre confié.

9 – 34

En mi forma de pensar sobre la sexualidad, pues, antes, pensaba que el sexo era algo como los animales y se hacía sin más, porque a uno le gustaba y sin ninguna otra razón, pero he aprendido que es un don de Dios y de la naturaleza para satisfacer un instinto y asegurar la descendencia y todo eso dentro de un orden. En que la vida es como un camino con dos carreteras: la mala y la buena y me he dado cuenta de que debo ir por la buena, pues, la mala tiene muchos baches y la buena tiene dificultades, pero son más fáciles de resolver. Ya hablo con naturalidad de mis problemas sexuales , aunque todavía tengo algún reparillo.

9 – 35

Que lo de la sexualidad, practicada bien y cuando hay que hacerla, no es malo, pues, yo creía todo lo contrario, y que era una cosa muy guarra y mala, es decir un pecado. También en los estudios, pues, me creía que no servían para nada y ahora entiendo que sirven para mucho.

9 – 41

Me ha ayudado a cambiar mi forma de pensar sobre la sexualidad, las niñas, el colegio y el estudio y me ha resuelto el problema de mojar la cama.

9 – 54

Sí, ha cambiado mi forma de pensar, pues, en quinto pensaba de forma solitaria, me gustaba estar solo y contar sólo conmigo, pero ahora no me gusta eso, sino lo contrario, es decir estar con la gente.

9 – 60

Sí que he descubierto muchas maneras de hacer las cosas mejor en todos los sentidos, en la vida y en el trabajo, aunque me tengo que proponer de verdad hacerlas día a día y cero que es muy importante para mí el ir perdiendo la timidez, porque cierra muchos caminos en la vida el ser tímido luego es muy difícil recuperar tú esas ocasiones perdidas y meterte en el ambiente, cuando los demás ya han llegado a ese punto.

9 – 69

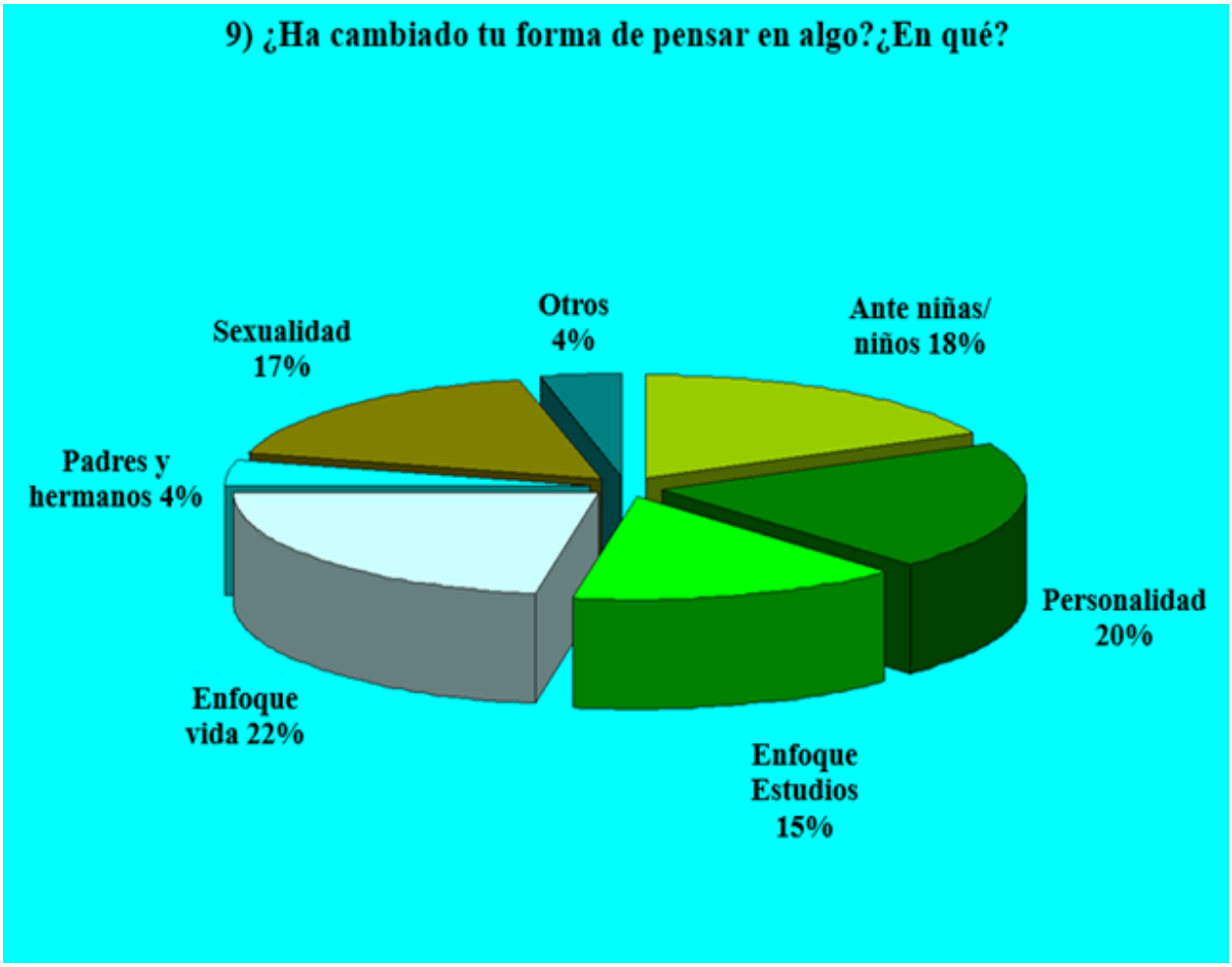
Sí, he cambiado mi forma de pensar sobre el sexo, he aprendido cosas que no sabía y sido bien informado en musicoterapia en todo lo que necesitaba .¡Sí! ¡Sí! y ¡Sí! Gracias a estas sesiones he descubierto a tiempo que, si quiero ser algo en la vida, me tengo que motivar por los estudios y por construir día a día mi persona, superando todo tipo de problemas.

9 – 75

Sí he descubierto que cada amigo es un mundo diferente y si se le conoce bien, se le aprecia más. Además, he cambiado radicalmente mi forma de pensar sobre la sexualidad, porque nadie me lo había explicado hasta venir aquí.

9 – 78

Sí, he cambiado mi forma de pensar en las cosas que me pueden hacer producir dolor por dentro y agobiarme y que las cosas malas hay que tomárselas en serio.



10) ¿Cuál fue tu mayor dificultad para asistir a la Musicoterapia?

Respuestas

10 – 5

El profesor X. Que no nos dejaba subir a las experiencias porque era un cerdo y, al principio algo mis padres, menos mal que lo de mis padres se arregló pronto.

10 – 7

Mi madre, porque al principio decía que era un comecocos.

10 – 23

Ninguna, pues, mis padres tenían muchísimo interés y por su parte, nunca hubo problema ni tampoco por la mía, pues, así yo podía comprender mejor y mejorarme en los aspectos más negros de mis sentimientos y pensamientos y en los líos de mi mente.

10 – 40

En el grupo se lo cuento todo a todos, menos a los que no me inspiran confianza. Con el orientador, a veces, se me ponen los cables cruzados y no hay quien me aguante.

10 – 44

Con el grupo he tenido cierta dificultad porque hay uno a quien le afecta lo que yo cuento. Contigo nunca tuve ningún problema porque te lo cuento todo y más que hubiera.

10 – 48

Con el grupo he tenido dificultad porque hay amigos que no me gustan y me da corte hablar delante de ellos y con el orientador me da un poco de vergüenza contarle algunas cosas muy íntimas, aunque tú ya las sabes y te das cuenta.

10 – 68

No he tenido muchas, pero alguna vez ha sido la vergüenza, sobre todo, cuando la gente me pregunta cosas íntimas y me dice: ¿Tú qué haces? Y yo me quedo cortado sin saber o atreverme a contestar.

10 – 76

Ninguna, pues, cuando me explicaste lo que era, me quise apuntar, porque me di cuenta de que me podía ayudar mucho, pero ahora te digo que no me podía ni imaginar lo que este era y lo mucho que ayuda. ¡Gracias por tu ayuda! Y te digo además que a mí me encanta el asistir a las sesiones.

10 – 89

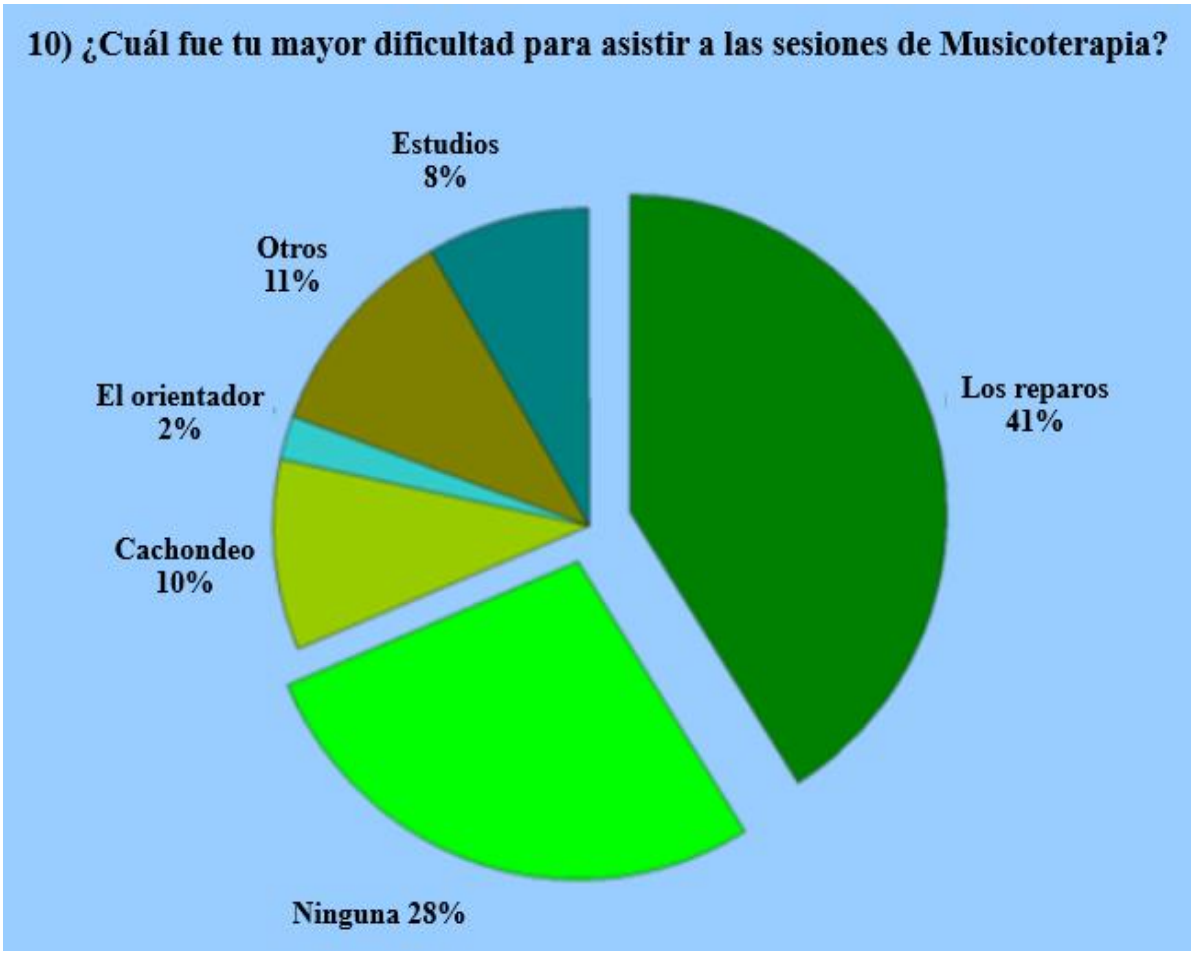
Tener que hacer los deberes y vivir tan lejos del colegio. Al principio el no saber compartir mis problemas, porque nunca lo había hecho y me daba corte.

10 – 92

Lo de siempre, el no conocer a nadie y sentirme solo, por eso yo nunca me quiero apuntar a nada, pero esta vez no me he equivocado.

10 – 94

Mi mayor problema era que tenía mucha basura que me afectaba mucho y no quería comentarla porque me daba corte.



11) ¿Qué opinan tus padres sobre estas sesiones?

Respuestas

11 – 4

Al principio lo pasé muy mal para subir a la musicoterapia. Pero ahora, piensan que, si a mí me gusta, que suba, pues, no soy el único que sube y,

observando los buenos resultados en las notas, me dicen: pues, ¡dale palante.!

11 – 9

Es, sobre todo, mi padre que lo vio todo desde el principio, pero mi madre, cada vez que vuelvo de una sesión me pregunta qué hemos hecho, cómo me lo he pasado, pero en general los dos se preocupan por este cursillo.

11 – 13

Dicen que irán mis hermanos menores, aunque no tengan dinero para esto, porque es muy bueno.

11 – 16

Que es muy bueno para ayudarme en la vida y, sobre todo, en el tema sexual.

11 – 20

Sobre todo, la opinión de mi padre que, vino aquí para ver de qué se trataba en estas experiencias y pensó que esto me ayudaría mucho a resolver mis problemas más grandes que se me puedan presentar en la vida.

11 – 24

Mis padres, sobre todo mi madre, siguen con mucho interés los progresos y las nuevas sensaciones, que experimento en las sesiones y están muy contentos e interesados en que siga, y mi madre da las gracias por las ayudas que me prestas con tus sesiones, para mejorar mi difícil relación con mi padre.

11 – 31

Creo que han notado mucho mi cambio ante el estudio y los esfuerzos que hago yo que les gusta mucho que venga a las sesiones.

11 - 32

He mejorado bastante en los estudios, pues, antes mi nota media estaba entre 6 y 7, y ahora, con mi nuevo horario que cumplo muy bien, mis dos horas diarias de estudio, estoy sacando de media ya un 8.

11 – 42

De modo indirecto me han dado a entender que se alegran mucho de que se pueda informarme aquí sobre el aspecto de la sexualidad.

11 – 53

Mis padres dicen que me está ayudando mucho en el estudio, aunque no saben las otras cosas en las que me está ayudando también porque me da corte contársela

11 – 57

Mis padres dicen que la musicoterapia me ha cambiado muchísimo en los estudios y en mi forma de ser y comportarme con ellos, están contentos.

11 – 59

Piensan que tienen que ser muy interesantes y que les gustaría estar aquí para ver las cosas que hacemos.

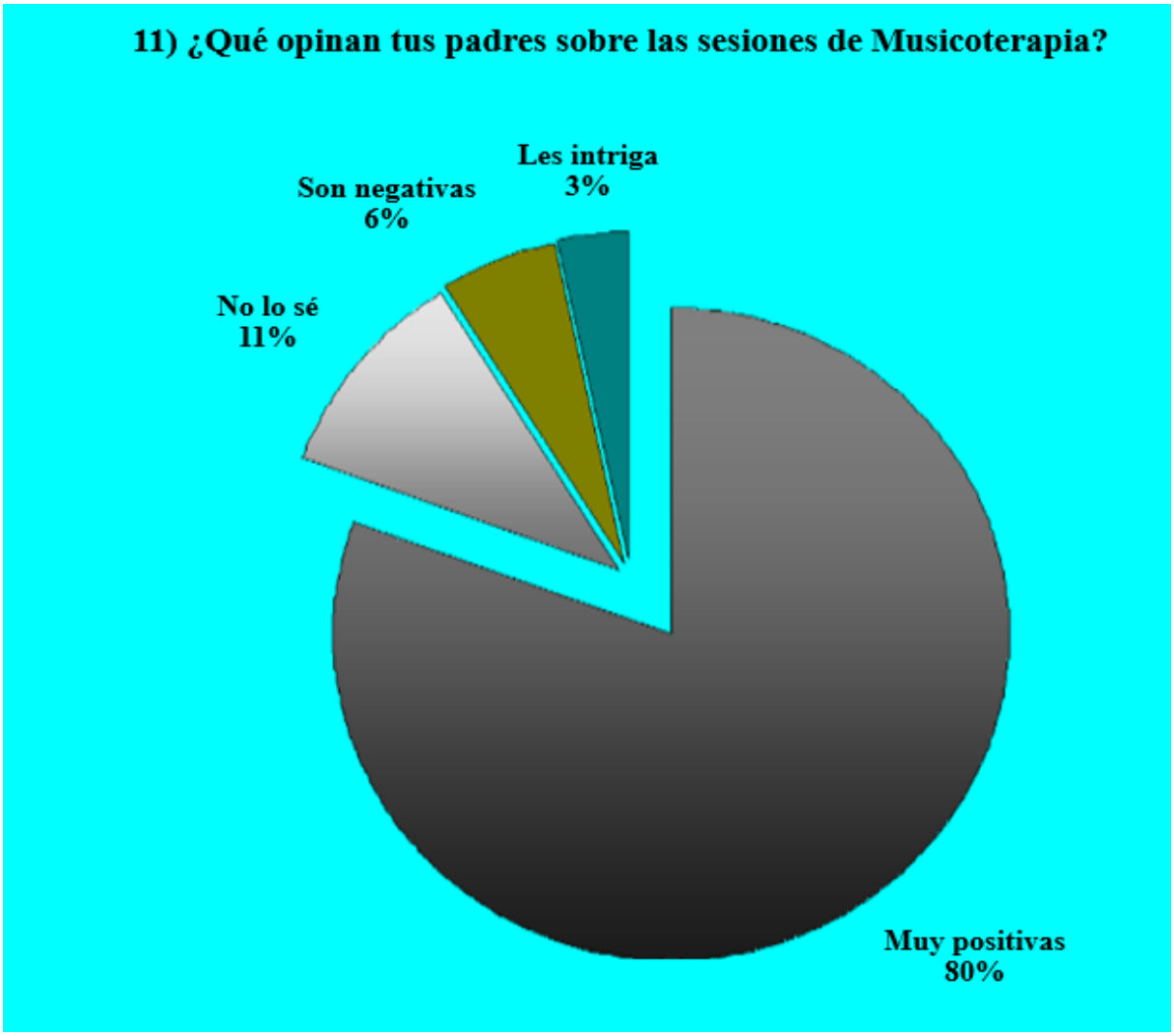
11 – 74

Les parece muy bien, pues, mi padre te escribió una carta diciéndote el bien que tú haces a los niños con tus sesiones y agradeciéndote de corazón todo lo que has hecho conmigo y con mi hermano.

11 – 90

Muy buenas, porque así estoy entretenido y me formo bien, pero presiento que quieren que hable más con ellos, pero me da corte, pues, no es como aquí que puedes decirlo todo.

12) En la zona íntima de mi personalidad: He resuelto muchos problemas, he cambiado algunas actitudes, he hecho estos descubrimientos, he tomado estos compromisos



12 – 1

Las dudas de la masturbación, el agobio ante los exámenes. Lo tímido que soy, que puedo ser mejor para afrontar mi propia realidad y saber superarme.

12 – 2

He cambiado en una mayor confianza en mí mismo, en mi forma de pensar respecto a todo, he descubierto que la vida, después de todo, no es tan mala, a pesar de todas las preocupaciones: estudios, familia... He adquirido confianza para aprobar todo lo que me propongo. He resuelto mi problema de masturbación, la relación con las chicas, la vergüenza, los estudios. Y he llegado a la conclusión de que la masturbación no sirve para nada y de que no tenía que darle tanta importancia, por eso ahora procuro regularla.

12 – 4

He resuelto el problema de estudios y notas y cierto reparo a hablar con las chicas. He cambiado mucho en mi personalidad para bien. He descubierto que soy alguien y que valgo un montón como persona.

12 – 5

Estudios, problemas familiares, la masturbación etc. Soy más abierto, más reflexivo y sensato, consulto antes de hacer algo decisivo. Me he encontrado a mí mismo, he descubierto lo bueno que es contar los problemas a uno de tu confianza. Subir a las experiencias e intentar ayudarme a mí mismo

12 – 6

He resuelto problemas íntimos con facilidad, cambiado mis actitudes de orgullo por una gran serenidad y dominio de mí mismo. He conseguido descubrir que la musicoterapia es algo beneficioso para aquel que la pone en práctica.

12 – 7

En mi zona íntima he resuelto estos problemas: mi relación con niñas, pues, ahora las miro de forma diferente y no para darme el lote. En lo que pienso sobre mis padres, pues, tenía una idea equivocada de las relaciones sexuales etc. El abrirme a los demás ya no me cuesta como antes y me alivia. He descubierto que soy bastante mejor de lo que pensaba y finalmente en tener más responsabilidad en mi vida. Como te digo he resuelto en mi intimidad los problemas sexológicos, mi trato con los demás y he descubierto que mis problemas no los tengo yo solo y que en este grupo hay muy buenos amigos. También he resuelto el egoísmo que tenía al principio. El problema de estudios. En fin, que el subir a las experiencias me ha ido muy bien.

12 – 9

He descubierto que me paso de chulo, creyendo que sé las cosas de la sexualidad y de eso no tengo ni idea.

12 – 16

En la zona íntima de mi personalidad he resuelto: mi timidez y la masturbación, mi forma errónea de pensar sobre la sexualidad, pues, no es como yo creía, mi egoísmo y he tomado estos compromisos: no masturbarme y superar mi egoísmo.

12 – 24

Confiar siempre en Dios, confiarme a los demás y no tomarme las cosas de la vida demasiado en serio, pues, tener más sentido del humor es algo muy sano.

12 – 25

He mejorado en los siguientes aspectos: que la vida ya no es tan agobiante como antes, que los estudios no lo son todo, aunque sí algo muy importante y que la relación con las chicas la debo ir encauzando al amor y el respeto mutuo, pues, entonces es de verdad muy positiva y necesaria para una vida afectivamente sana. En mi zona más íntima he aprendido a abrirme con mi padre y mis hermanos, a vivir mejor conmigo mismo y sin agobios, a encontrar una sana relación con las chicas y a enfrentarme con los estudios sin agobios, pero sabiendo afrontarlos mejor y con más responsabilidad y equilibrio.

12 – 33

En mi zona íntima he cambiado en estos aspectos: Mi pensar sobre las cosas de la sexualidad, he resuelto mis angustias íntimas ante el sexo y demás, he aprendido a responsabilizarme ante mis estudios y a tomar un compromiso de dos horas de estudio y a comportarme de forma distinta con mis padres.

12 – 41

He resuelto estos problemas: la preocupación constante sobre las cosas que hago, lo que piensan los demás sobre mí, he cambiado en que por la noche no podía dormir hasta muy tarde, porque la cabeza me daba vueltas con muchos pensamientos que no podía quitar de mi mente.

12 – 72

Sí, he resuelto muchos problemas que tú ya sabes, he cambiado mi actitud con respecto a la sexualidad, relación con chicas y el trato con mi hermano mayor, he hecho descubrimientos para mí importantes, sobre todo para

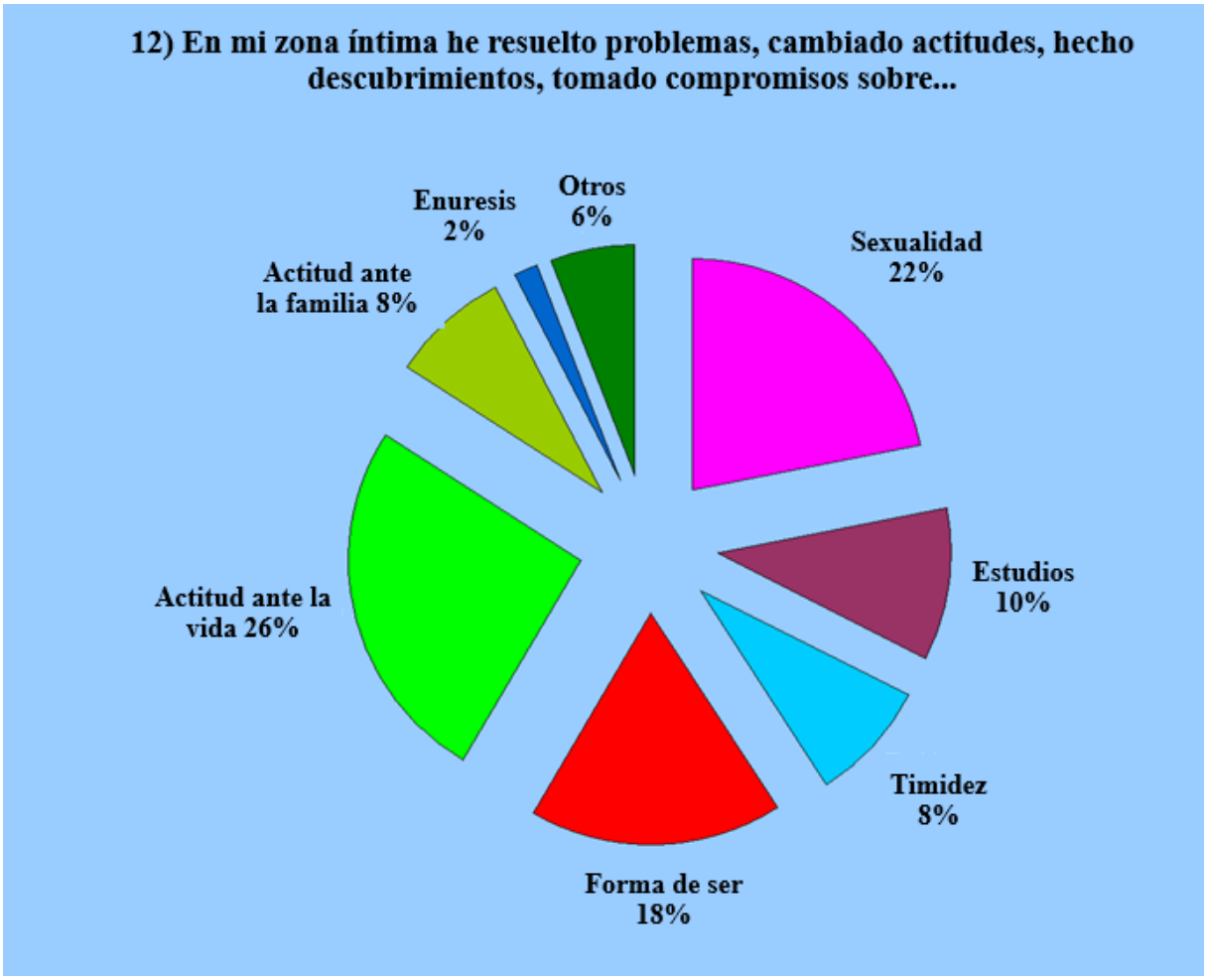
no agobiarme ante nada y tomar siempre las cosas con serenidad y he tomado compromisos para hacer de mí una persona feliz y de provecho.

12 – 79

He resuelto los problemas con mi hermana, los muerdos con las niñas y el trato con los demás.

12 - 87

Sí en lo de la sexualidad porque antes estaba muy salido y ahora ya no.



13) Al abrirme en el grupo lo hice totalmente, tuve reparos en estos aspectos. Porque ...

Respuestas

13 – 7

Tuve reparos el primer día en abrirme y hablar sobre mis problemas más íntimos como la masturbación y mi relación con las chicas, pues, pensé que en eso tenía que ir poco a poco, pero me recibieron tan bien que pronto me abrí totalmente.

13 - 24

Sí, creo que sí, aunque a lo mejor en el lugar más recóndito de mi corazón haya ocultado algo sin saberlo.

13 – 29

Tuve reparos al principio, porque no sabía cómo iba a reaccionar el grupo y me sentí extraño, pero después , al ver las respuestas de los demás y sus reacciones , me abrí totalmente.

13 – 34

Con el grupo me parece que lo hice bien, aunque tuve algo de reparo alguna vez, porque creía que, si se enteraban de mis problemas íntimos, no iban a querer ser mis amigos.

13 – 36

Lo hice bien, contaba casi todos mis problemas, hasta que vi que ellos también los contaban y en ese momento empecé yo a decir los míos más gordos. Las cosas que no conté al principio porque tenía reparos fue el hablar de la sexualidad, de la niña que me gusta etc. Porque pensaba que se iban a reír de mí y se lo iban a contar a mi madre e incluso iban a pensar mal de mí.

13 – 39

Creo que lo hice totalmente, aunque tuve reparos en contar las cosas sexuales que hacía de pequeño.

13 – 42

Mi mayor dificultad era el que algunos compañeros se comportaban como niños chicos y luego no te podías fiar de ellos por si se lo contaban a los

demás. Contigo no he tenido ningún problema porque me pareces buena persona y nos comprendes.

13 – 43

Con el grupo se lo cuento todo a todos, menos a los que no me inspiran confianza. Con el orientador, a veces, me pongo con los cables cruzados y no hay quien me aguante.

13 - 51

Con el grupo he tenido dificultad porque hay amigos que no me gustan y me da corte hablar delante de ellos y con el orientador me da un poco de vergüenza contarle algunas cosas muy íntimas, aunque tú ya las sabes y te das cuenta.

13 – 67

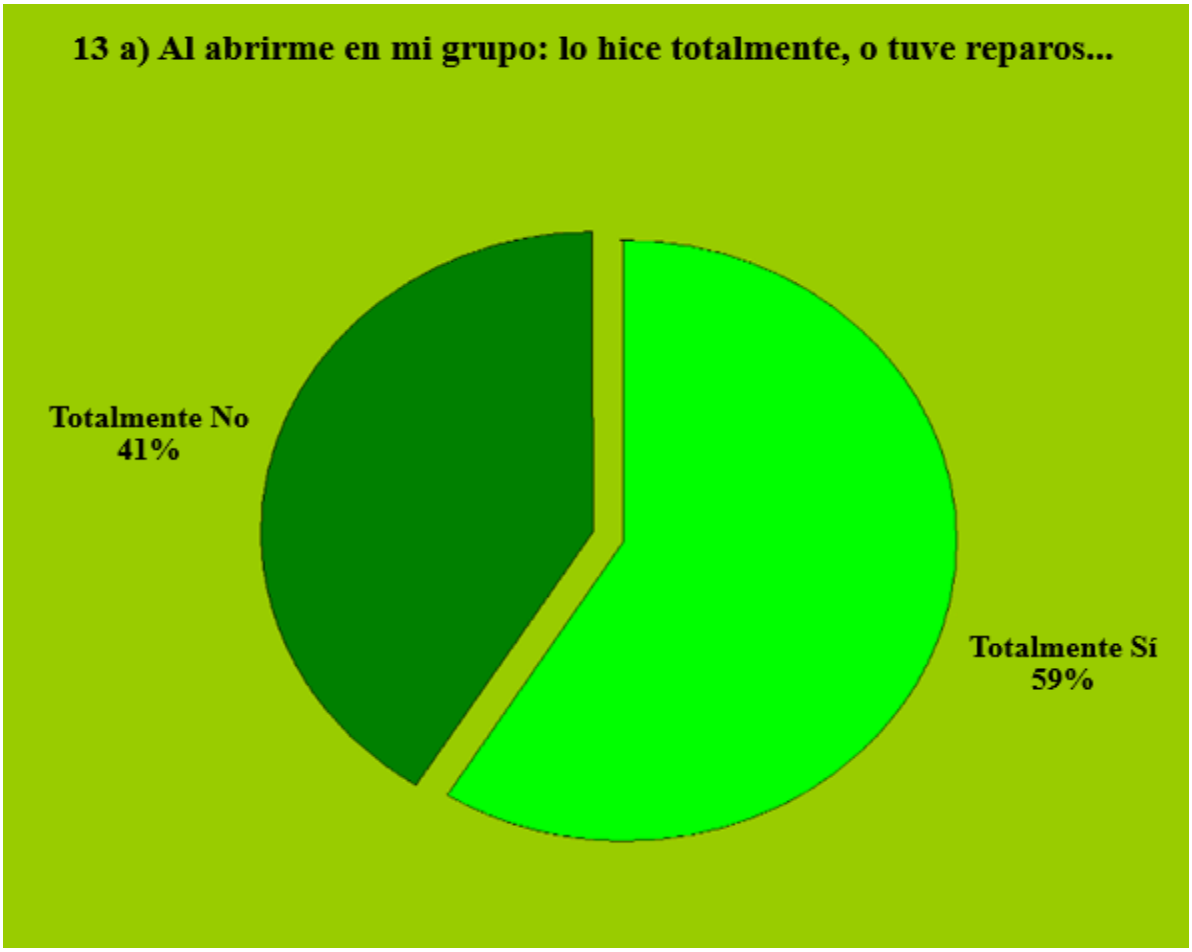
Lo hice totalmente y lo sigo haciendo y me siento muy a gusto en el grupo. Aunque últimamente hay otro grupo que también se junta con nosotros fuera de las sesiones y se les nota que no han hecho la musicoterapia y, aunque se llevan bien con nosotros, pero entre ellos se llevan de otra manera y son muy distintos. Yo me siento muy integrado dentro del grupo.

13 – 72

No, lo he hecho fatalmente, porque algunos empezaron a decir paso en el momento de comunicar en el grupo, sobre todo, en las cosas del sexo y entonces yo me dije; si ellos no confían en mí, yo tampoco en ellos.

13 – 75

Tuve bastantes reparos, sobre todo, al principio en lo referente al sexo, y en lo de hacerme pipí, pues, no lo he contado nunca en el grupo, porque todavía me da reparo y no tengo confianza suficiente con ellos.



14) Al abrirme con el orientador: Lo hice totalmente, Tuve reparos, me daba corte, hay cosas que nunca conté porque:...

Respuestas

14 – 2

Lo hice totalmente porque me sentía comprendido. Al principio me dio corte porque nunca me he abierto a nadie. No te dije nunca una cosa porque me sentía falso por ello. Quiero decirte que me gustaría repetir esta sesión.

14 – 3

No en parte. No. Gracias por haberme ayudado a poder conocerme a mí mismo. Lo hice totalmente y hace poco te dije algo porque quería desahogarme contigo.

14 – 19

Lo hice totalmente, aunque tuve algún reparo y me daba mucha vergüenza lo de la masturbación , pero ahora te pido me perdones el no habértelo dicho antes

14 – 24

Yo creo que fue casi igual, aunque un poco más profunda, sobre todo, en el verano pasado con el lío del internado en el que tuve que acudir a ti y me sentí muy liberado, al poder hablar con alguien que me sabía escuchar en mis aspectos más íntimos. Nunca te oculté nada, me abrí totalmente.

14 – 33

Lo hice totalmente, aunque tuve reparos en la sexualidad y no sé por qué. Luego te conté todo y no me he callado nada. Ahora quiero decirte que el problema del cuarto de estudios lo hemos solucionado así: mientras mi hermano juega al baloncesto, yo estudio y luego hacemos al revés.

14 – 34

Nunca te he mentido al contarte mis cosas. Ahora te digo algo que todavía no te lo había dicho y es que me gusta una niña y quiero salir con ella, pero esto no se lo cuentes a mis padres, es demasiado íntimo.

14 – 39

Lo hice totalmente , menos en algunas cosas, luego te conté cosas comunes porque tuve un poco de reparo, pues, creía que ibas a pensar mal de mí.

14 – 47

Con el grupo he tenido cierta dificultad porque hay uno que le afecta lo que yo cuente. Al orientador le he contado todo y más que hubiera.

14 – 69

Lo hice totalmente sin ningún problema y cada día más a fondo.

14 – 77

Contigo lo hice totalmente y, aunque al principio no te decía todo, pronto me di cuenta de que podría hablar contigo de todos mis problemas, porque me dabas mucha confianza y desde entonces te lo cuento todo sin reparos.

14 – 78

Hay una cosa que no te cuento porque no quiero contarla a nadie porque me da mucho corte, y más adelante ya veremos.

14 – 90

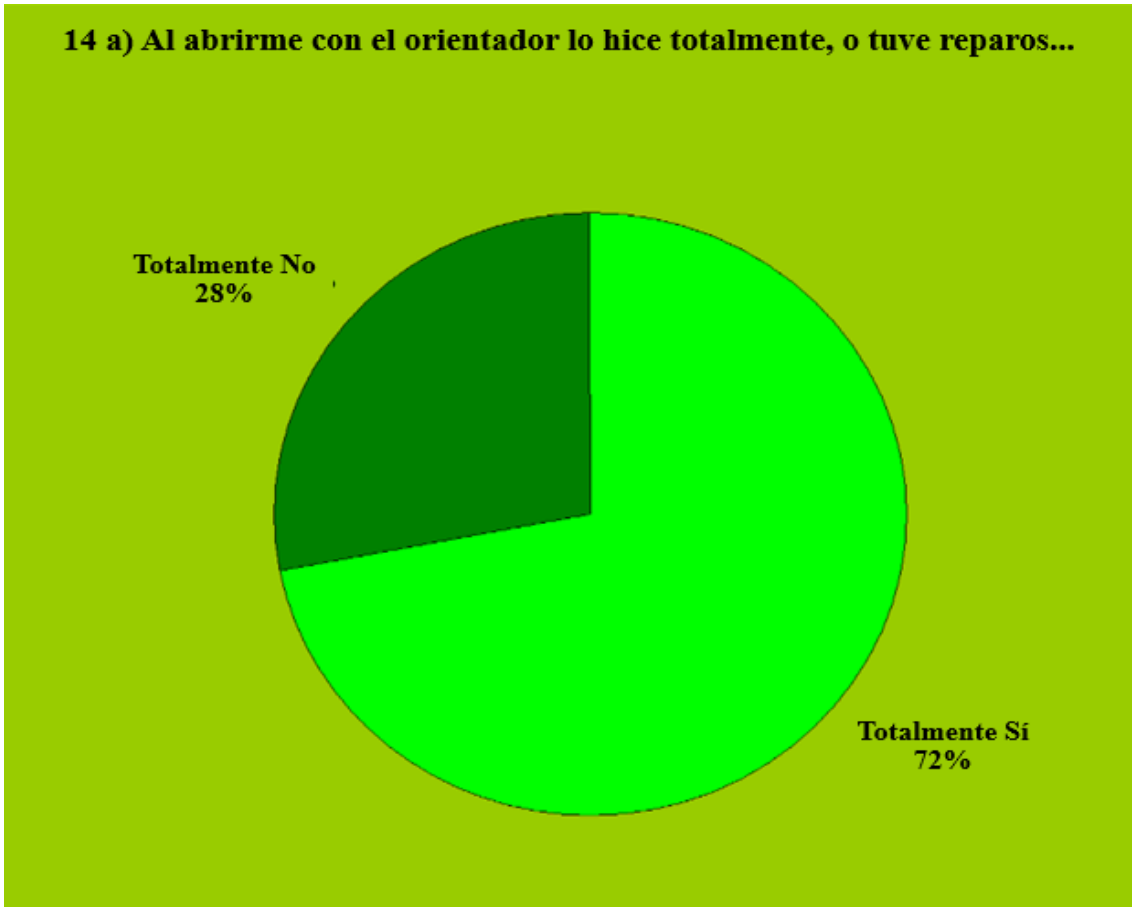
Contigo lo hice totalmente porque me sentía luego como nuevo.

14 – 91

Lo hice totalmente y no me costó tanto...

14 – 92

Casi totalmente, pero hay una cosa sólo que no te conté, porque me da muchísima vergüenza y jamás de los jamases lo contaré, aunque me queme por dentro, pues, es que no puedo decirlo, ya me comprenderás.



15) ¿ Cómo ves a tu grupo de Musicoterapia?

Respuestas

15 – 16

Veo mucho cachondeo, aunque una gran confianza entre nosotros. Los veo como un grupo de gente con problemas parecidos a los míos y que todos intentamos resolverlos con estas técnicas y reuniones.

15 – 38

Un grupo de amigos que somos capaces de comunicar nuestros problemas, los cuales se quedan en el grupo y esto es para nosotros un fuerte lazo de unión, por eso yo trato de llegar al nivel que me exige el grupo, porque se lo merece y a mí me ayuda un montón. Además, pienso que este tipo de grupo debería de estar abierto a más gente.

15 – 43

Veo un grupo muy unido, nos decimos las cosas unos a otros, yo y otros hablamos mucho entre nosotros de nuestras cosas íntimas, incluso fuera de las experiencias.

15 – 46

A mi grupo lo veo que tiene problema con las niñas y con los estudios, pero a casi todos los veo con los mismos problemas y entonces me doy cuenta de que no era yo solo el que tenía esos problemas.

15 – 66

A mi grupo lo veo bien, pero muy obsesionado por la sexualidad.

15 – 70

Lo veo bien, pero hay dos que nos están fallando y pueden romper el grupo, aunque a mí personalmente me gustaría seguir hasta terminar la ESO en el colegio.

16) ¿Cómo ha sido tu relación con el grupo?

Respuestas

16 – 6

Totalmente abierta, aunque, a veces, oculté algo, pero a ti no.

16 – 7

Muy positiva, pues, me he dado cuenta de que no estoy solo, sino rodeado de mucha gente que tiene los mismos problemas que tengo yo.

16 – 14

Buena, con mucha confianza entre nosotros y con los que he podido comunicarme clara y fácilmente sin ningún reparo ni miedo a que se rían de mí o me enjuicien por lo que digo o hago.

16 – 18

Creo que buena, pero hemos tenido un defecto y es que el compañerismo se realizaba aquí, en las sesiones, y no tanto en la clase.

16 – 24

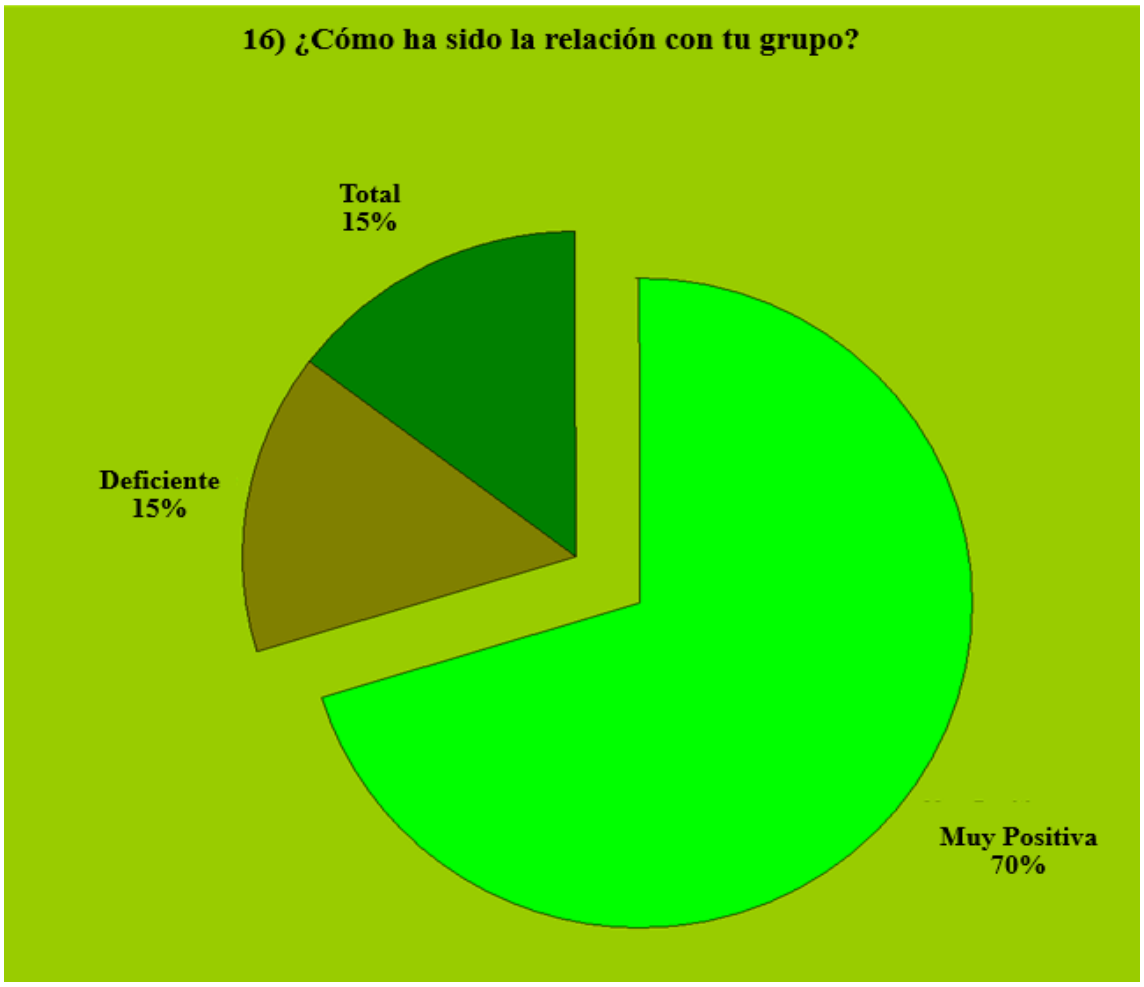
Menos en una cosa, completamente sincera y abierta. Sobre esa cosa, no es que yo haya mentido, sino que no la he dicho, pues, la quiero tratar contigo.

16 – 29

Este año ha sido al máximo y me he liberado de un secreto que me acosaba.

16 – 88

Hay algunos chicos que me gustaría que se borraran de las sesiones.



17) ¿Qué aspectos negativos destacarías de la musicoterapia?

Respuestas

17 – 6

El viaje, el cachondeo y las técnicas imaginativas, pues, se me va la mente.

17 – 8

El cachondeo y el poco tiempo que duraban las sesiones y la frecuencia que era poca, sería mejor dos veces al mes.

17 – 20

No encuentro ninguno, salvo que las e experiencias deberían estar más encaminadas a abrirse más para formar un buen grupo. Y por supuesto que el grupo fuese mixto.

17 – 22

Pienso que el viaje es algo monótono y siendo la parte más importante, deberías hacerlo, quizás, algo distinto

17 – 34

Que le tengas que decir a un compañero que no puede seguir.

17 – 39

Que el compromiso de estudiar dos horas nos lo rebajes a una sola hora.

17 – 54

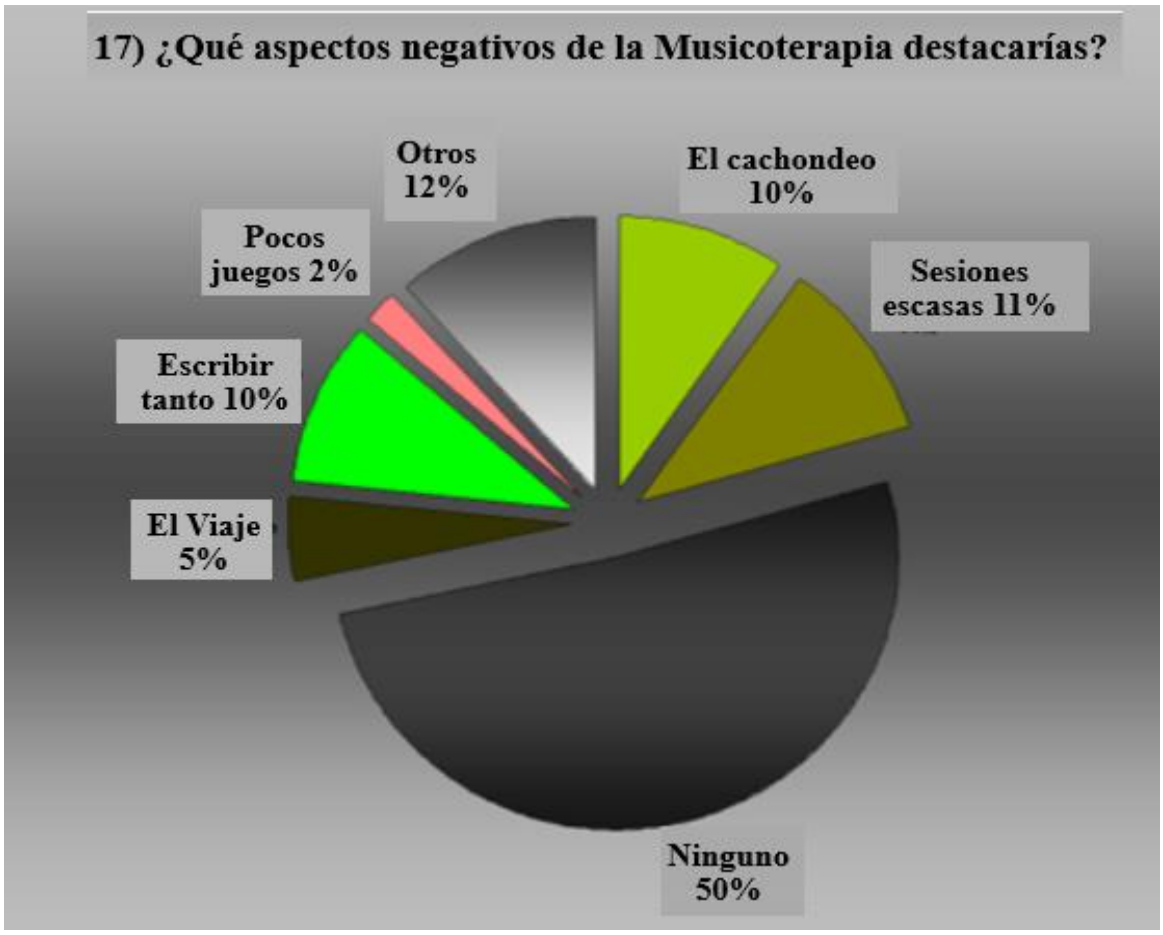
Ninguno, pero deberían ser más frecuentes y durar más tiempo.

17 – 60

Ninguno, bueno sí, que son sólo una vez por mes y deberías ser, al menos dos, porque se olvidan los buenos propósitos.

17 – 71

Lo único malo ha sido cuando tú nos dijiste que no íbamos a seguir, pues, yo me quedé muy agobiado y se me vino el mundo encima.



18) ¿Tienes alguna sugerencia que hacer?

Respuestas

18 – 2

Que me has ayudado mucho.

18 – 5

Que me has liberado de muchos problemas y me siento un hombre nuevo.

18 – 7

Creo que he acertado al venir a estas experiencias.

18 – 9

Quisiera seguir en este grupo con todas mis ganas, pero lo veo difícil.

18 –18

Que estas experiencias se abran a todo el mundo.

18 – 28

Ninguna que yo sepa, sólo que hay poco tiempo. Las sesiones deberían durar muchos años, porque no creo que sea lo mismo tener 15 años que 20, pues, tendremos otros problemas y esto te ayuda.

18 – 36

Aunque ya te lo he dicho, la sugerencia que te hago es que tuve mala experiencia sexual con una niña y ahora estoy un poco acomplejado.

18 – 41

No te había contado que un día vi a niños y niñas masturbándose y tuve que masturbarme yo también.

18 – 42

Convendría estar más unidos y ser más amigos unos de otros para contar nuestras cosas más a fondo y sin tener miedo a que luego las digan fuera.

18 – 47

No te había contado las riñas de mi hermano con mi padre, porque mi hermano opina de forma distinta a la de mis padres y se pelean mucho y fuerte.

18 – 49

Contar más cosas, hablar más en el corro, explicarnos los problemas de nuestra edad y dar más tiempo para hacer técnicas nuevas de las que tú sabes que nos gustan más.

18 – 51

Que alguien se fuera de una vez a la calle y dejara de incordiar y veríamos como no se hablaba ya más ni se hacía tanto cachondeo, pues, hacen mucho el tonto alguno, pero luego no se atreven a contar sus problemas porque les da corte.

18 – 53

Ahora te cuento lo que nunca te dije, aunque me da mucha vergüenza y es que vi una película de homosexuales y me está influyendo muchísimo porque no la puedo dejar de pensar y me trae problemas y me hago muchas preguntas que no sé contestar. (Si quieres, llámame)

18 – 70

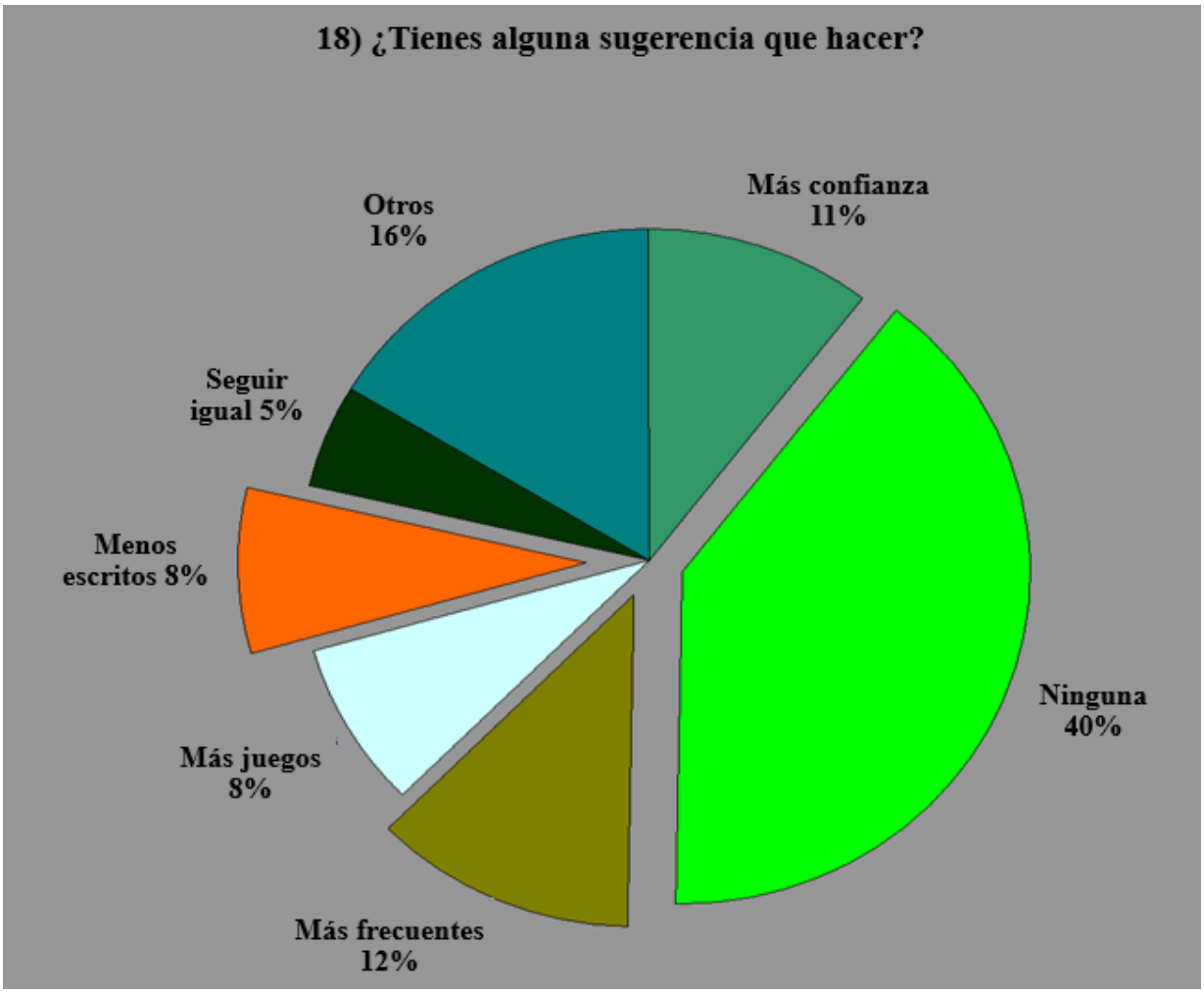
Que sean más frecuentes, porque las sesiones están muy separadas y se olvidan fácilmente los compromisos.

18 – 71

Ahora en nuestro grupo como somos menos, creo que lo mejor sería que hubiera , sobre todo, técnicas escritas y más comunicación y comentario entre nosotros. También creo que ya no deberías hablar de la masturbación, pues, nos puede llevar a practicarla por curiosidad.

18 – 72

La única sugerencia que te hago es que mañana sin falta hablo contigo.



19) Después de dos o tres años de asistir a la musicoterapia: ¿Cómo te ves a ti mismo?

Respuestas

19 – 3

En un bienestar bueno y agradable y ante unos exámenes finales muy sereno, cosa que no me había ocurrido nunca hasta ahora.

19 - 4

Mucho más compañero y amigo.

19 – 5

Un chico honrado, con ideas nuevas y claras, cristiano y con un corazón abierto a todos.

19 – 6

Supero mejor cierta clase de problemas, como los palos sentimentales.

19 – 7

Me veo un poco más hecho y centrado en la realidad, con muchos menos problemas porque los he superado.

19 – 14

Me siento como más perfecto y creo haber solucionado casi todos mis problemas. Me siento estupendamente bien y muy liberado de mis problemas. Me veo mejorado, firme, con más ilusión, alegría y más confianza en mí mismo.

19 – 18

Como se puede sentir una persona que se ha abierto totalmente en su intimidad.

19 – 26

Más equilibrado y maduro, aunque he tenido algunas tentaciones sexuales un poco fuertes.

19 – 25

Una persona buena, jamás quiero lastimar a nadie y procuro no tener los puntos flacos que veo en la gente. Creo que soy de los pocos muchachos de mi edad que creen en el amor auténtico y que tengo principios e ideales fijos.

19 – 29

Me veo más limpio, aunque me parece que el cepillo y el jabón no ha llegado todavía a algunas pelusas que hay más adentro.

19 – 43

Sí, he cambiado mucho, pero no sé si es por la edad o por la musicoterapia.

19 – 50

Mucho más maduro, responsable y comprometido conmigo mismo en todos los aspectos, sobre todo en construir mi personalidad.

19 – 56

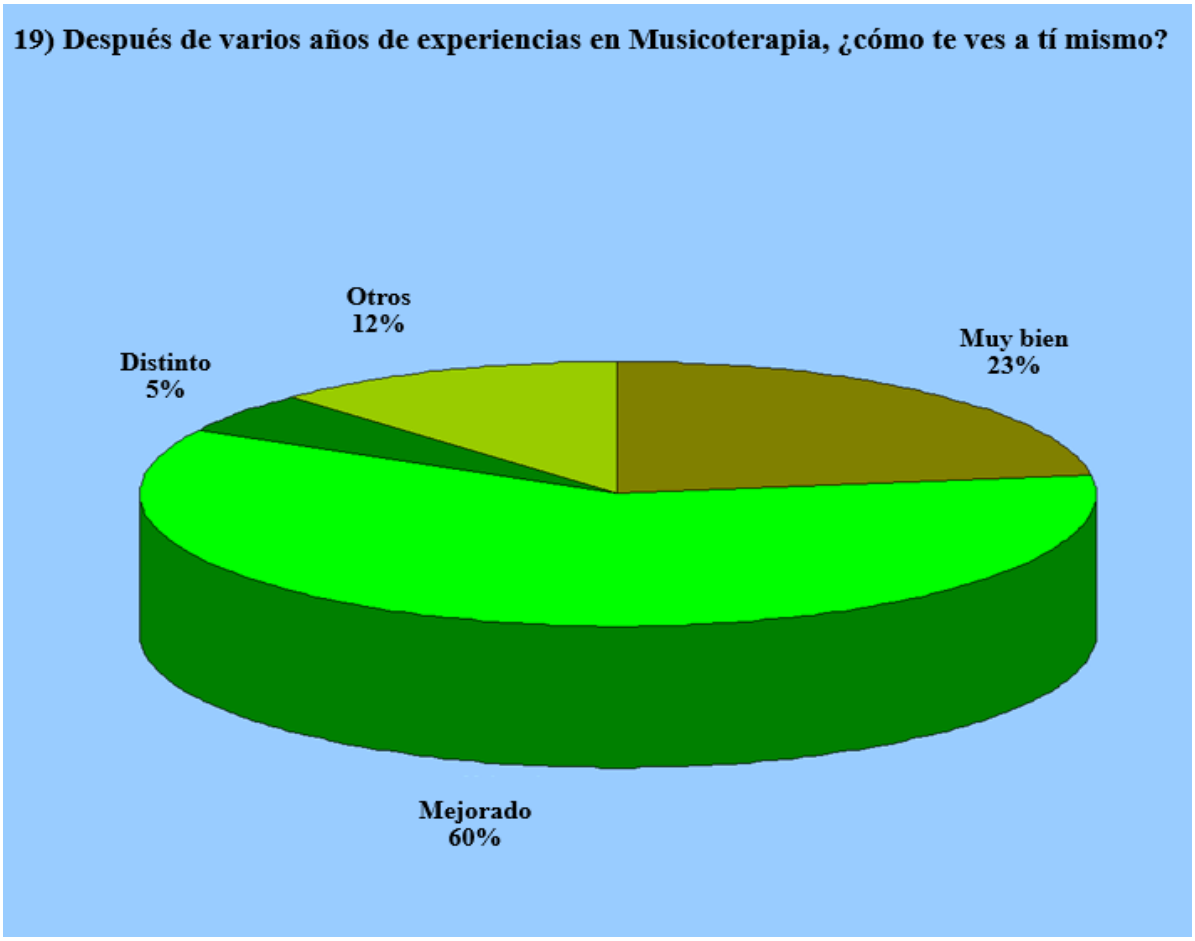
Me siento mucho mejor y estoy más contento conmigo mismo y me relaciono mejor con los demás, no me agobio por nada y me siento feliz por haber tenido la suerte de poder hacer estas experiencias en mi vida.

19 – 57

Te lo puedes imaginar, después de leer todo lo que te he escrito antes. Me veo más alegre, simpático y con algunos amigos más que antes y, sobre todo, mucho menos agobiado por los problemas que te he contado, es decir, estoy muy mejorado con respecto a mi interior.

19 – 64

Bien y muy diferente y menos agobiado por lo de no mearme en la cama y además ya paso un poco del maestro riñón.



20) ¿Qué cosas se te ocurren para mejorar la musicoterapia?

Respuestas

20 – 10

Creo que es un método inmejorable.

20 – 21

Hacerlo mixto, empezar las sesiones un poco antes y también que cuando haya estudiado y valorado los problemas de los demás, hagas un comentario con él primero en el grupo y después aparte con el interesado,

pero que el comentario personal que sea muy profundo o al máximo total y nunca superficial.

20 – 42

Sugerencias: contar más cosas, hablar más en el corro y explicarnos los problemas de nuestra edad y hacer más tiempo con técnicas nuevas de las que tú sabes que nos gustan más.

20 – 45

Que el compromiso de estudiar dos horas nos lo rebajes a una sola hora.

20 – 53

Escribir menos y desahogarnos más con técnicas como cuando expresamos los sentimientos jugando con nuestro cuerpo y tomando posturas, pues, eso es chulísimo y desahoga mucho.

20 – 65

Ahora en nuestro grupo como somos menos, creo que lo mejor sería que hubiera, sobre todo, técnicas escritas y más comunicación y comentario entre nosotros. También creo que ya no deberías hablar de la masturbación, pues, nos puede llevar a practicarla por curiosidad

20 – 78

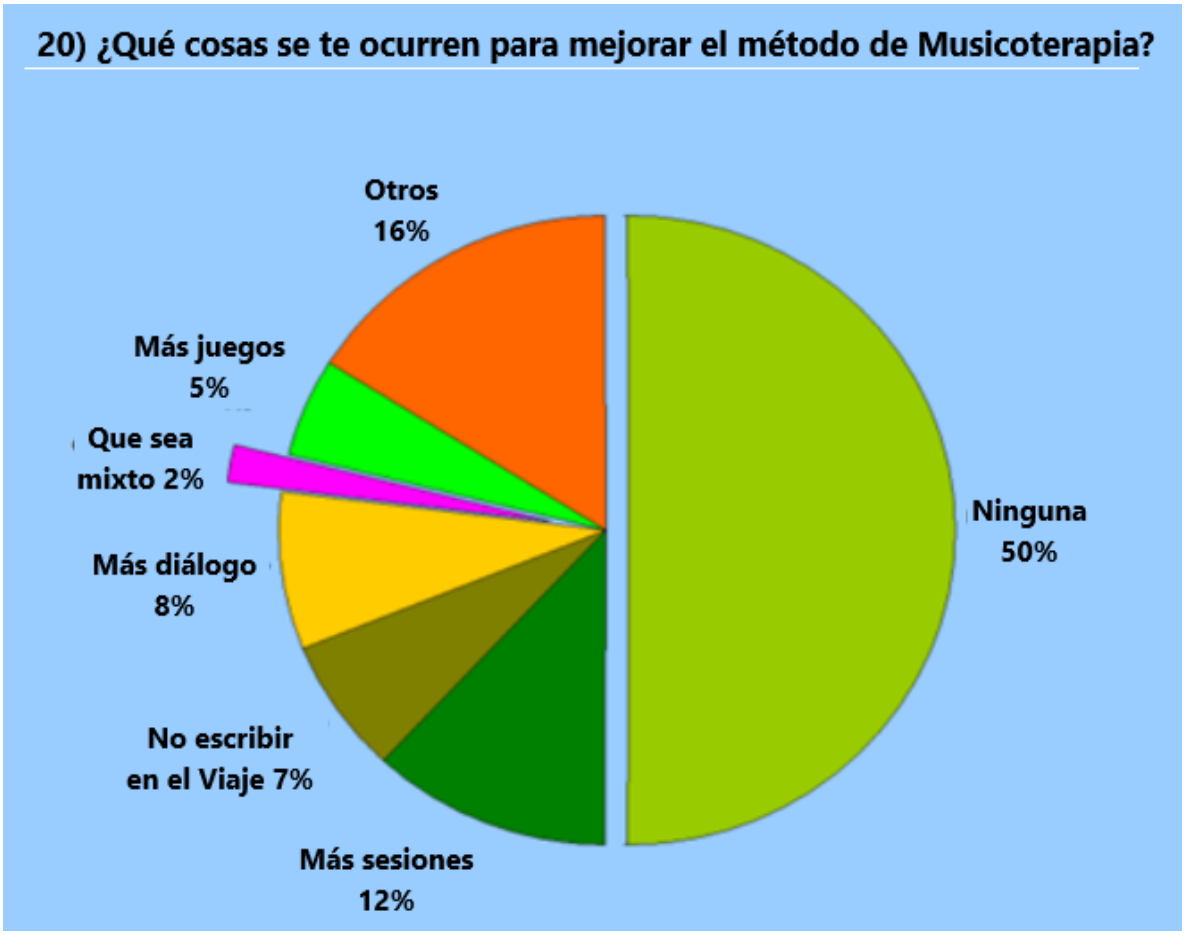
Me gustaría conseguir el apoyo de mi padre, pues, no le gusta que venga y no sé si el próximo curso me dejará venir, porque no cambia nunca de idea.

20 – 87

Nada, lo que diga el orientador está bien , porque sabe mucho de eso.

20 – 92

Que hubiera menos niños en el grupo, porque cuando somos menos nos comunicamos mucho mejor.



21) ¿Piensas seguir el próximo curso en las experiencias?

Respuestas

21 – 5

Sí, porque me gusta subir aquí y me desahogo de mis problemas, agobios y agonías de este mundo rutinario.

21 – 6

Sí, porque lo necesito como el oxígeno para respirar mejor.

21 – 13

Sí, porque , en segundo plano, a pesar de que te ganas la confianza, me ayuda a mejorarme en todos los aspectos.

21 – 21

Sí, porque este año ya me ha ayudado mucho y el año próximo me ayudará más.

21 - 26

Sí, pues me ha ayudado muchísimo yo creo que aún puede llegar a ayudarme más.

21 – 27

Sí, porque lo necesito, y si este año me ha hecho bien, el próximo va a ser mejor.

21 – 31

Sí, porque me ha convencido mucho y veo que he mejorado en muchos aspectos.

21 – 43

Sí, porque sin estas sesiones, me hubiera sido casi imposible enfrentarme a los problemas de la vida y, sobre todo, de la sexualidad.

21 – 51

Sí, porque es algo de lo que no podría quitarme ya que para mí ha sido muy bueno.

21 - 55

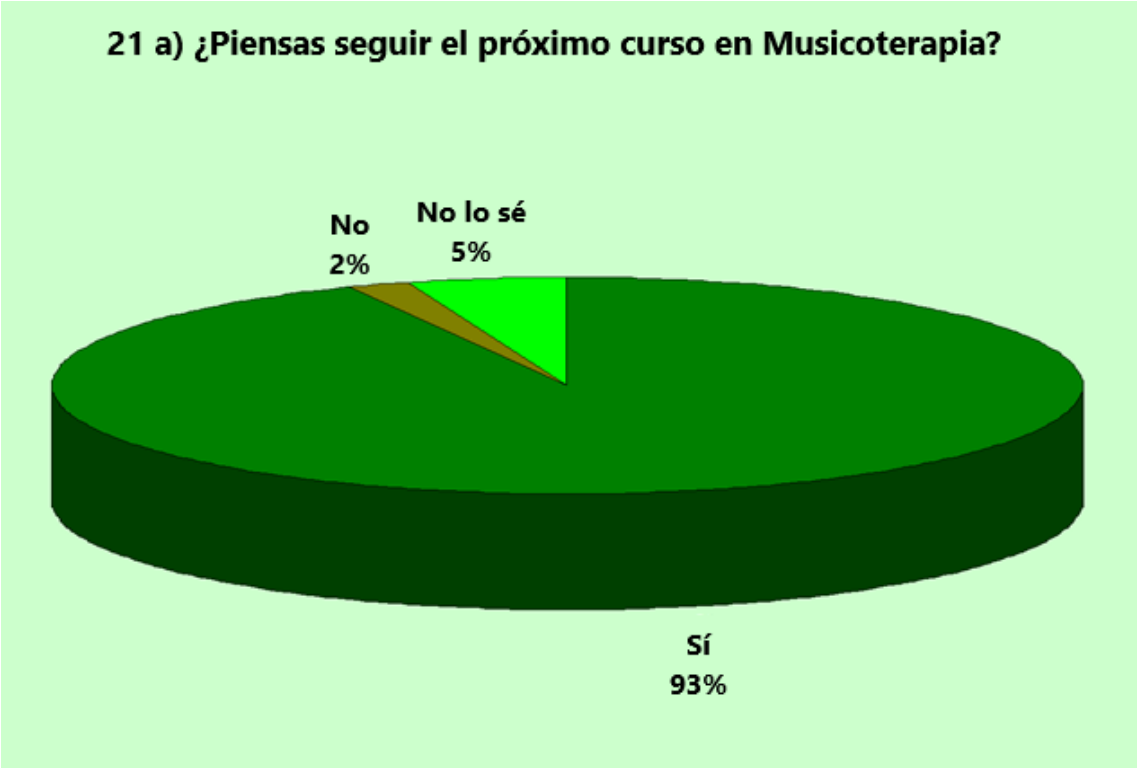
Creo que no, porque saco malas notas y mi padre no me quiere.

21 – 63

No lo sé, pues, mis padres piensan que estudio poco y creían que esto iba a ser la solución rápida.

21 – 87

Sí, porque me gustan, me agrada estar con mis amigos y me ayuda mucho en todos los sentidos, pero mi madre me ha dicho que el curso próximo no voy a poder seguir en musicoterapia porque gasto mucho dinero con el dentista y no le va a llegar para todo.


21 a) ¿Piensas seguir el próximo curso en Musicoterapia?
No
2%
No lo sé
5%
Sí
93%

21 b) ¿Porqué?
No, no puedo
2%
No lo sé
4%
Sí, me gusta
94%

22) ¿Puedo utilizar tus escritos para informar y ayudar a otros, sabiendo que lo haré en anónimo y guardándote un respetuoso secreto?

Sí__ No__

22 – 26

Sí, pues, como es en anónimo, me da igual y si no fuera en anónimo también te lo permitiría.

22 – 32

No, a nadie más que a mis padres y sólo lo que yo te diga.

22 – 34

Sí te autorizo, menos en lo de la sexualidad, pero si es en anónimo, entonces te autorizo a que cuentes todo.

22 – 37

No, a mis padres de mis problemas de sexualidad, nada de nada.

22 – 39

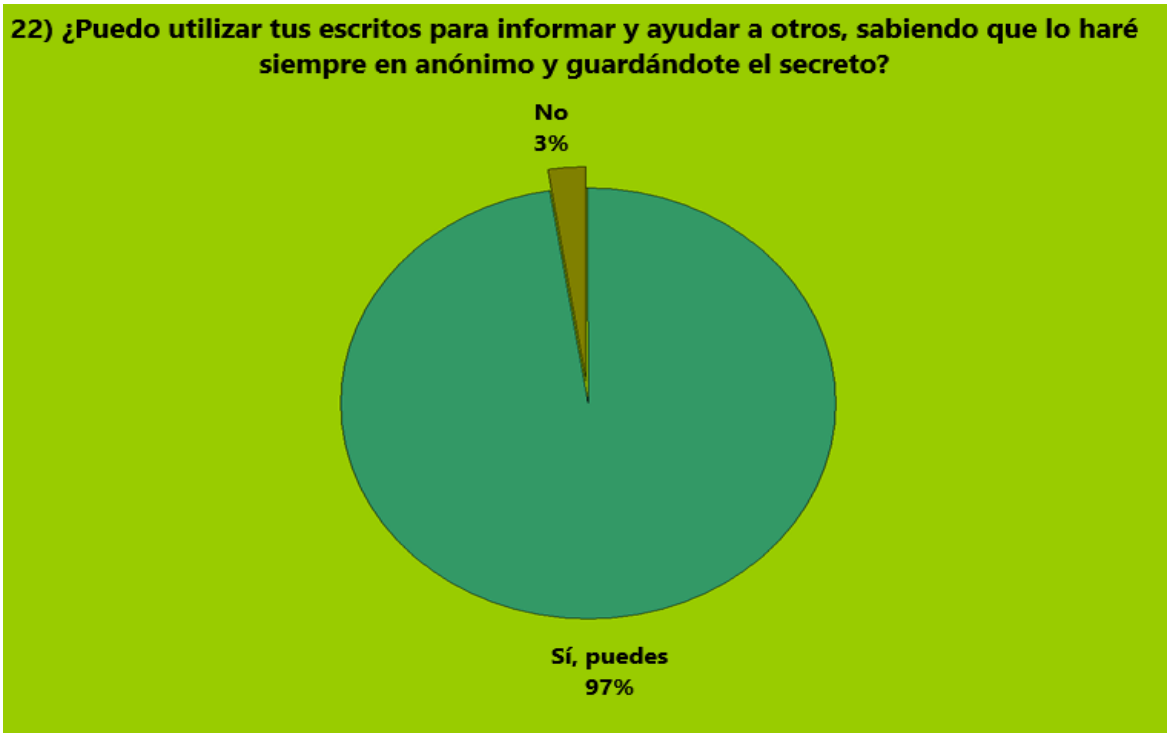
Lo puedes decir todo, menos la experiencia que tuve con una niña, a menos que sea anónimo, porque me da mucho reparo.

22 – 48

Sí, lo puedes hacer y ¿por qué no? Si se trata de ayudar a otros...

22 – 65

Sí, pero sin enseñar los secretos más íntimos



11

Deliberaciones

En la pregunta 14 de la encuesta se pregunta: Al abrir mi intimidad con el orientador lo hice totalmente, tuve reparos, me daba corte, hay cosas que nunca conté porque…

Respuestas:

14 - 78 :
Hay una cosa que no te cuento, porque no quiero contarla a nadie.
14 - 92 :
Hay una cosa que no te conté, porque me da muchísima vergüenza, y jamás de los jamases lo contaré, aunque me queme por dentro, pues, es que no puedo decirlo, ya me comprenderás.
A mi entender, son respuestas muy normales, pues todos tenemos en la zona íntima, vivencias tan íntimas, como algo tan sagrado, que guardamos celosamente y que deben ser respetadas respetuosa y confidencialmente.[1]

1) *"Es muy importante que el sentido confidencial de la intimidad esté sellado con varios cerrojos, ya que, eso da a la relación una gran firmeza." (Enrique Rojas)*

Por otra parte, en la pregunta 3ª *"¿En qué aspectos de tu vida te ayudó más?"* hay respuestas muy llamativas como las siguientes:

* Descargar toda la energía negativa que llevaba dentro.
* Descubrir que los propios problemas, que me parecían muy gordos, eran normales y los tenían todos.
* Ganar seguridad en mí mismo.
* Perder miedo a expresarme.
* Confianza total para poder expresarme en todos los aspectos.
* Liberarme de la influencia del ambiente y de lo que los demás piensan de mí, no vivir preocupado por la imagen que doy al exterior.

Finalmente, se observa también que algunos muchachos se guardan en su intimidad respuestas, que no cuentan a nadie [2]. Es este un fenómenos totalmente normal, pues todos tenemos en lo más íntimo de nosotros mismos, vivencias, experiencias y sombras que solemos guardar celosamente [3]. En tal situación no se debe hurgar y presionar al adolescente, para que cuente lo que no quiere contar [4], sino que debemos darle comprensión y aceptación total que le pueda ayudar.

2) *"La vida privada de un ciudadano debe guardarse entre paredes." (Príncipe Talleyrand)*
3) ***"En mi vida privada tengo derecho a que me dejen en paz." (Ashly Judd)***
4) ***"La barbarie es invadir la privacidad de una persona, hasta que la persona reaccione." (Marcelo Bielsa)***

12

Objetivos de la musicoterapia

a) Conocer al niño y adolescente en profundidad
b) Detectar y clarificar errores educativos y desprogramar
c) Darle capacidad de autodefensa y desarrollar el juicio crítico
d) Liberarle de complejos paralizantes y curar las heridas
e) Despertarle a la vida e iluminar al ser para que él dirija su vida desde dentro.
f) Favorecer la integración de su psiquismo y armonía interior.
g) Desprogramar y liberarle de complejos paralizantes.
h) Favorecer la higiene mental preventiva.
i) Enseñarle a vivir en armonía
j) Enseñarle a controlar las pulsiones instintivas (sexuales y agresivas)
k) Integrar el yo real con el yo ideal

1

A.A.L.

Profesión maestro

30 años

_ Descargar la energía negativa y desahogarse
_ Superar complejos y vivir en armonía
_ Aumentar la autoestima, motivación y esfuerzo
_ Saber resolver problemas y relativizar las cosas

2

C.G. R.

Estudiante 2º Bachiller

17 años

_ Crecer como persona
_ Optar por valores hoy perdidos (esfuerzo, responsabilidad, trabajo.)

_ Vomitar problemas y liberarse de los agobios
_ Provocar catarsis (desahogo en la danza)
_ Construir grupo de total confianza.
_ Crear hábitos de estudio
_ Solucionar problemas con padres…
_ Superar la timidez
_ Alejarse de malos ambientes
_ Crear perspectivas de futuro.
_ Aprender a compartir problemas, sentimientos etc.
_ Darse cuenta de la realidad de la vida y relativizar
_ Vivir la vida en plenitud y armonía …

3

J.M.G.R.
Profesión arquitecto.
24 años

_ Sentir total confianza en el grupo.
_ Conocerse mejor y a fondo.
_ Relativizar los problemas de la vida.
_ Aprender a escuchar.
_ Perder los miedos y complejos y la timidez.
_ Darme cuenta de los problemas de la vida.
_ Desarrollar la responsabilidad.
_ Tener personalidad: “ser yo mismo”.
_ Forjar mi personalidad.
_ Fomentar y buscar la armonía y felicidad en mí mismo.

4

A.V.
Licenciado en Historia
Doctor en Historia y Arqueólogo
34 años

_ Relajar tensiones emocionales, aliviar tensiones…
_ Olvidar problemas sociales y familiares.
_ Descubrir valores: ser persona equilibrada, aprender a interiorizar…
_ Despertar y Aumentar la autoestima.
_ Superar el miedo a la novedad y tomar por 1ª vez el control de mi vida.
_ Ser consciente de la importancia para mí de la musicoterapia, “constituyendo la base de la persona que soy”…

5

M.A.T.
Estudiante de Ingeniería
(arquitectura)
19 años

_ Compartir a nivel de sentimientos…
_ Desahogarse (Danza) y vivir en armonía
_ Relativizar los problemas de la vida
_ Conseguir mis objetivos: sinceridad, compañerismo, compromiso.
_ Tener claro y sin miedo a mi futuro.
_ Rechazar las drogas una y mil veces.

6

I.S.
Estudiante de ingeniería de
Edificación (arquitecto)
19 años

_ Confiar plenamente en el grupo.
_ Tener juicio crítico.
_ Responsabilizarse y luchar por algo (estudios)
_ Afrontar el tema de los estudios.
_ Descubrir la importancia del trabajo, organización y responsabilidad.
_ Descubrir el valor de la “confianza en mí mismo y del esfuerzo”...
_ Descubrir la verdadera amistad y confiar en el grupo.
_ Levantarme cada día con un nuevo reto.
_ Esforzarse en vivir en armonía y serenidad

7

M.M.
Licenciado en Bellas Artes
24 años

_ Compartir y dialogar con naturalidad.
_ Adquirir confianza en mí mismo, ser más seguro y afrontar mi timidez.
_ Aprender a tomar decisiones propias y a no ser un borrego.
_ Sentirme más realizado y ser coherente.
_ Saber priorizar objetivos ante la vida y la sociedad.
_ Auto conocerme y sacar el máximo partido de mis capacidades y dones.
_ Desarrollar el juicio crítico ante la vida y la sociedad

8

C.F
Diplomado en educación social y
Técnico en Educación para el
Desarrollo
26 años.

_ Reflexionar sobre mi vida y vivirla a fondo.
_ Tratar a todos como personas
_ Recurrir al a música como elemento de relajación y reflexión.
_ Intentar vivir en armonía conmigo mismo y con los demás.

9

Á.S.H.
Estudiante de 2º Bachiller
17 años

_ Levantarme y afrontar mis problemas.
_ Incidir en mi persona y guiarme por el camino correcto.
_ No dejarme llevar por las "**nuevas corrientes**" en una sociedad sin valores.
_ Ser consciente de la importancia de la musicoterapia en mi vida (sobre todo ahora...)
_ Pararse a pensar (stop) y no precipitarme...
_ Aprender de mis errores y vivir en armonía conmigo mismo.
_ Mantener un tiempo para mí y evaluarme. Conocerme en profundidad.
_ Aprender a levantarme de mis errores y seguir adelante.
_ Caminar seguro de mí mismo y con esperanza de futuro.
_ Desarrollar el juicio crítico ante la vida y la sociedad.
_ Controlar las pulsiones instintivas: sexualidad y agresividad.

10

F. L.M.
Diplomado en enfermería y Orientador sexual
Enfermero de cuidados intensivos neonatales.
34 años

_ Hablar ante el grupo con confianza.
_ Desinhibirme y perder la timidez (danza)
_ Confiar en mí y en mis posibilidades (autoestima)
_ Controlar mis miedos y terrores.
_ Aprender a ser persona, a ser fiel a mí mismo y a los demás.
_Favorecer la higiene mental preventiva.
_ Enseñarle a vivir en armonía

11

J.M.V.
2º Bachiller ciencias, bilingüe.
17 años

_ Aumentar y crecer en autoestima.
_ Aprender a tratar a los padres y familiares.
_ Aprender la realidad con humor y saber adaptarse a la realidad.
_ Aprender a mirar el espejo de nuestro corazón.
_ Tratar de sacar lo mejor de sí mismo.
_ Valorar a las personas como seres humanos valiosos y positivos.
_ Integrar el yo real con yo ideal.

12

S.G.S.
Licenciado en Historia del arte
24 años

_ Aprender a reflexionar sobre mis “patrones de conducta”.
_ Mejorar aspectos vitales de mi personalidad.
_ Construir mi identidad más autocrítica conmigo mismo.
_ Aprender a reflexionar antes de actuar.
_ Adquirir la identidad marista y sus valores.

13

J.J.R.
Licenciado en Derecho

Profesión Abogado: Consultor de empresas
40 años

_ Descubrir el valor del estudio.
_ Sentir paz interior y relajación.
_ Superar la timidez.
_ Estimularme en sentido intelectual y los estudios.
_ Sentirme escuchado.
_ Tomar actitud positiva ante la vida y las adversidades.
_ Mantenerme firme en las metas y objetivos que hoy mantengo.
_ Convivir, comunicarse y expresarse a nivel de sentimientos.
_ Despertar el juicio crítico ante la vida.

14

F. M.P.
Estudios, carreras: Arquitectura.
Másteres en Urbanismo
Profesión: arquitecto
42 años

_ Ayudarme a ser persona más abierta y confiada.
_ Encajar la sexualidad de forma natural.
_ Conseguir una paz interior profunda y en armonía.
_ Darme seguridad y optimismo ante la vida.
_ Desarrollar el juicio crítico.
_ Favorecer la higiene mental.

15

A.R.
Ingeniero industrial.
Profesión Ingeniería industrial y
“Consultor en materia de seguridad industrial
37 años

_ Mejorar las relaciones personales.
_ Aprender a relajarme, concentrarme y meditar.

_ Aprender a ser persona tranquila y sosegada (como lo soy ahora)
_ Afrontar los problemas con cierta frialdad y serenidad.
_ Despertar e iluminar al ser para que dirija él su vida.

16

J.A.N.
Arquitecto técnico y
Jefe de Departamento de empresa consultoría.
35 años

_ Estar a gusto y contento y en armonía conmigo mismo.
_ Conocerme y conocernos mejor.
_ Tratar a todos como hermanos.
_ Descubrir y adquirir los valores que tengo y que me siguen ayudando hoy .

_ Aprender a ser persona con valores, hoy en día bastante perdidos...

17

A. Á.S.

Licenciado en Biología
Profesor de la E.S.O.
37 años

_ Saber integrarse en el grupo.
_ Comprender los problemas de los demás.
_ Saber escuchar con empatía.
_ Saber cómo no hay que actuar.
_ Despertar el juicio crítico ante la vida.

18

J.I. P.
Bachiller y 2º de Universidad
Carrera: Ciencias de la Actividad física y Deporte
20 años

_ Crear un grupo de amigos de confianza plena.
_Superar las frustraciones de la vida.
_ No arrugarme ante la adversidad.
_ Aprender a relativizar las dificultades de la vida.

13

¿Dejaron en ti huellas tan profundas que te ayudaron en su día y siguen siendo herramientas útiles para sortear las presiones del ambiente, los peligros de la vida y te ayudaron a transitar por ella con seguridad y optimismo?

1

A.Á.L.

Por supuesto. La seguridad en mí mismo fue a más en gran parte gracias a la musicoterapia. Yo era, y soy, bajito, y sin embargo nunca para mí fue un problema o motivo de reparo o de obsesión.

2

C. G.R.

Sí, totalmente. **Aquello me marcó mucho** y me hizo darme cuenta de que el mundo y la mentalidad correcta de las personas no se asemeja ni mucho menos a lo que te encuentras en la calle hoy en día. Cada cual ha de **vivir su vida con total plenitud,** sin dejarse llevar por malos ambientes ni otras gentes que pretenden tu mal para su beneficio o simple diversión.

3

J.G.R.

El principal valor que desarrollé en la musicoterapia es el de tener personalidad saber ser siempre “yo mismo” e intentar escoger lo que creo mejor para mi vida sin que me influyan factores externos. Gracias a la musicoterapia considero que adquirí una forma de actuar y de ser, que junto con los valores cristianos con los que me eduqué en los Grupos de Amistad y los inculcados por mi familia, han forjado la persona que soy actualmente.

4

M.A.T.

Por supuesto, la primera es que por “culpa” de la “musicoterapia” hoy en día soy un estudiante que aprendió a tener claro su futuro laboral, también puedo decir y agradecer muchísimo a la “**musicoterapia**” es que hoy en día, he tenido razón para rechazar mil y una vez las drogas y en último lugar la facilidad a abrirme a los demás.

5

I. S.G.

Realmente sí, gracias a los valores aprendidos en musicoterapia he aprendido a confiar en mí mismo y tener juicio crítico ante la vida, intentando no caer en el borreguismo, pero siempre con una actitud ante la vida de humildad y de hambre de aprender de quien me rodea. Además, me siguen ayudando día a día a afrontar mi carrera, me han ayudado a rodearme de buenos amigos y a levantarme afrontando cada día como un nuevo reto, como una nueva responsabilidad.

6

M.M.

Afortunadamente, creo que puedo decir que sí, creo que toda idea que se ponga en mi camino queda almacenada en mi cabeza y creo que a la hora de profundizar y sacarse partido uno mismo es en uno de los aspectos en los que más se hace presente el paso por las sesiones de musicoterapia. El poder ser capaz de auto conocerse y sacar el máximo partido de los dones que cada uno posee.

7

C. F.R.

Creo que me ayudaron a recurrir a la música como elemento de relajación y reflexión.

8

Á.S.H.

Sí, desde que abandoné la musicoterapia han sido múltiples las situaciones en las que el entorno me forzaba a dejarme llevar por el camino fácil, el que coge la mayoría, y que lleva a la perdición de la persona. En ocasiones ha sido muy fuerte esa llamada, pero como dice el enunciado, dejó en mí huellas muy profundas, tanto que sería casi imposible borrarlas, y aunque siga habiendo momentos de debilidad, al superarlos puedo caminar seguro de mí mismo y con esperanza de futuro.

9

F.L.M.

Aún hoy tengo mis aliadas para combatir el estrés… Guardo varias canciones de las que denomino energéticas. Que uso ante situaciones límites del día a día. Si la ocasión lo permite, las pongo a toda voz en el audio de casa y me encierro en una habitación a desquitarme de lo que me agobie. Y si no es así, en los viajes del trabajo también las puedo usar en el coche.

10

J.M.V.

Si, de entre ellas, destaco muy productiva la puesta en común de opiniones que el grupo realizaba de forma libre y personal, de las fichas que se nos daban para reflexionar y mirarnos en el espejo de nuestro corazón.

11

S.G.S.

Ha sido una ventaja mi asistencia a musicoterapia, pero posiblemente mi encuesta no sea objetiva completamente. La huella que la musicoterapia dejó en mi es clara, en esos momentos sin darme cuenta comencé a ser Marista, a sentirme Marista, a adquirir la identidad Marista en valores. Esta conclusión es a la que llego tras muchos años de servicio a mi congregación y que de seguro tuvo su punto de partida en estas sesiones. Hoy no me queda duda.

12

J.J.R.

Evidentemente sí que me dejó huella, que ha perdurado a la fecha actual. Fue el primer sitio donde pude hablar y decir lo que sentía. La timidez fue superada con esfuerzo, y con ella hubiera sido imposible mi profesión actual.

Fíjate si ha dejado huella, que, para sortear dificultades, me acuerdo de algunos compañeros y sus tropelías, que hacen en mí se despierte en ocasiones un "ego" malicioso (recuerda lo que decía en anterior pregunta: allí aprendí que el hombre además de bueno puede ser malo).

13

F.M.P.

Me dio mucha paz interior y un encuentro conmigo mismo de una forma profunda. Y sí, con el complemento de la fe, me dio mayor seguridad y optimismo ante la vida.

14

A.R.

Esta es una pregunta difícil de responder teniendo en cuenta que hace tiempo de aquellas sesiones y que con once o doce años que tenía no eran evidentes las cuestiones sobre las que me pregunta usted. Es probable que usted pueda extraer conclusiones sobre mí por las respuestas que le estoy dando. No lo sé.

15

J.A.N.V.

No en todos los colegios se enseñan valores y más aún si en sesiones como las de musicoterapia te insisten y refuerzan los valores enseñados durante la jornada escolar. Creo que gracias a estas sesiones y al haber pertenecido a este colegio en particular, me han ayudado mucho a ser una persona que valora lo que tiene y sabe agradecer la ayuda recibida con todas las personas que he ido conociendo durante mi vida, incluida las primeras que dejan huella como son los profesores que durante mi infancia me han marcado un camino y una actitud en la vida

16

A.Á.S.

No lo recuerdo, posiblemente porque al final los compañeros no respondieron adecuadamente. Quizás esta experiencia negativa tuviera como efecto positivo el saber cómo no hay que actuar.

17

N.P.

¡Sí! Dejaron huella y como ya he dicho, las uso como estandarte.

14

1

A.Á.L.

La confianza en uno mismo. La autoestima. La motivación y el esfuerzo son valores que brillan por su ausencia en los chavales de hoy. Saber resolver los problemas por uno mismo. No saben ni rellenar una solicitud porque viven bajo el amparo de los padres y ellos le sacan todas las castañas del fuego.
Edad: 30 años
Estudios, Ed. Musical. DEI.
Profesión Maestro

2

C.G.R.

Las sesiones de musicoterapia me parecieron de tanta utilidad aquellas experiencias que, ciertamente no conozco forma de mejorarlas, aunque sólo detallaría un ínfimo aspecto, que sería el incidir con alguna más frecuencia en el tema de **manejarse en la calle independiendo de tus progenitores,** ya que en algunas ocasiones no es fácil, aunque indirectamente este tema se haya tratado.
Edad: 17años
Estudios: 2º de Bachillerato Científico-Tecnológico
Profesión Estudiante

3

J.M.G.R.

En mi opinión el final de las sesiones al terminar el colegio es (o era cuando yo lo hice, no sé si ha cambiado) demasiado drástico. Recuerdo que, en mi caso, propuse una continuidad, pero no pudo ser. Quizás sería interesante hacer algún tipo de seguimiento, reuniones más espaciadas o algo similar. Esto lo digo porque yo, personalmente, durante aquel año de primero de instituto de que he hablado eché mucho de menos la experiencia (aunque, claro, no sé si mi caso es extrapolable a los demás).
Quizás más que aspectos concretos sería importante incidir en el concepto de "cambio", es decir, mirando retrospectivamente mi vida, fueron más drásticos y determinantes los cambios que sufrí durante mi adolescencia que cualquiera de lo que pueda experimentar ahora como adulto. Quizás sería interesante incidir en la inminencia de ese cambio para preparar para ello a los "chavales".
Para terminar, aunque en "nuestra época" no era necesario (o así lo veía yo) quizás no estaría de más reforzar un poco un cierto contenido ético. Me explico, para alguien que se encuentra en un proceso de refuerzo de su autoestima o autoconfianza no es difícil llevarlo demasiado lejos y caer en una conducta "prepotente", por ejemplo, (a mí me ha llegado a ocurrir en

ciertos momentos). Desde mi punto de vista la falta de valores con que nos "bombardean" los "medios" diariamente y la competitividad cada vez más feroz necesita un contrapeso en el código de conducta de la persona, aspecto en el que puede ser muy importante la musicoterapia dado el papel que puede jugar en la formación de la personalidad del individuo.
Edad: 25 años
Profesión: Arquitecto

4

M.A.T.

Pues enseñarlos a rechazar los vicios de la sociedad, "**vacunarlos**" frente a las drogas, malas conductas, a no renunciar a los valores cristianos que hoy en día se están perdiendo y sobre todo a convivir más en familia que creo que también se está perdiendo.
¡Los adolescentes actuales son tan diferentes que, a veces, me cuesta entenderlos!
Edad: 19años
Estudios, Ingeniería de Edificación en la Universidad de Sevilla
Profesión Estudiante

5

I.S.

Creo que se debería de insistir en inculcar unos valores firmes en los niños, que aprendan a fundar su propia opinión y no dejarse llevar por lo que la sociedad dicta, lo que el resto de los chavales dicen y hacen. Hablando desde la experiencia, es muy atractivo dejarse llevar por la pasividad y el conformismo ante las cosas mal hechas o las injusticias que se ven hoy. Valores que puedan hacer a los jóvenes enfrentarnos a el actual pensamiento relativista y nihilista del "todo vale" que nos trata de vender la sociedad, diciéndonos que nada está mal hecho, y creando generaciones de personas sin valores ni pensamiento propio, que se dedican simplemente a pensar en sí mismos bajo la ley del mínimo esfuerzo y de aprovecharse lo máximo del trabajo ajeno.
Edad: 19 años
Estudios, Ingeniería de la Edificación
Profesión Estudiante

6

M.M.

Precisamente creo que es en la educación de buenos valores en lo que se tiene que hacer hincapié, creo que un niño en la actualidad no es capaz de distinguir entre un valor positivo y otro negativo, y desgraciadamente la sociedad aprovecha esta circunstancia para controlarlos y llevarlos a su terreno y no solo a los niños, sino a las personas en general. En la actualidad se está apostando fuerte por los contravalores, todo lo que nos venden son ideas fáciles, pero sin fundamento, sin una idea que ayude al crecimiento personal. Es por eso que, en mi opinión, en donde se tiene poner el acento en la actualidad es en la distinción de los valores fundamentales para crear personas coherentes y sanas tanto física como mentalmente.
Edad: 24 años
Estudios: Licenciado en bellas artes
Profesión: Profesor de la ESO

7

C.F

Creo que debería incidir más en lo que hace felices a los jóvenes de hoy. En qué es lo que quieren de verdad para su vida y lo que no. Qué te hace feliz, bajar a los mínimos de cada vida, a la familia, los amigos, a sus sueños y esperanzas, y cómo quieren conseguir eso.
Edad: 26 años
Estudios: Diplomado en educación Social
Profesión Técnico de educación para el Desarrollo en la ONGD Solidaridad Don Bosco.

8

Á.S.H.

La organización de la temática que trataste con nosotros para mí era perfecta, se ve que muchos años de trabajo te han llevado a saber en qué aspectos hay que incidir más pues son los que pueden llevar a mal puerto a los jóvenes si no se afrontan del modo adecuado. Los que yo valoro que son más relevantes de cara al futuro son:
Fortalecimiento y maduración de la personalidad. Es lo que te define a ti mismo, y lo que te diferencia del resto. Es fundamental que esté bien moldeada y que sea imposible de modificar por el resto (a menos que sea en tu ayuda.)

El alcohol y las drogas. Es algo que se van a encontrar los chavales con total seguridad tarde o temprano, y conviene que sepan qué hay que hacer en esos casos y como no caer en el error.
La sexualidad. El deseo carnal es algo inevitable y son muchos los jóvenes que se pierden y se dejan llevar por el placer y el sexo, pero sin ser maduros como personas y desconociendo lo que el acto significa. Esto lleva a la pérdida de valores y al olvido del amor verdadero.
La reflexión. Pese a todo lo que se les enseñe a los chavales y por fuerte que sea su personalidad, siempre van a pasar momentos de crisis. Lo que deben saber es cómo afrontar esas crisis, manteniendo una reflexión consigo mismo, aislarse del exterior y pensar qué es lo mejor para ti mismo y para los demás. Una reflexión profunda que te ayude a superar cualquier crisis.
Edad: 17 años
Estudios: 2º de Bachillerato
Profesión: Estudiante

9

F.L.M.

Tal y como yo veo a las nuevas generaciones, el principal cáncer de nuestra vida es el ritmo de vida que nos hemos obligado a llevar. Habría que hacer sesiones en las que también participasen algún otro miembro de la familia. Si arreglamos la forma de razonar de los hijos, pero al volver a casa se encuentran sin tierra donde sembrar lo que aprendemos en las sesiones, los frutos tardarán más en crecer. En resumen, creo que, en alguna sesión especial, no siempre. O bien en una técnica en concreto que se repita al principio de cada sesión, podría venir bien que participasen algún miembro de la familia de cada chaval.
También creo, a raíz de la experiencia como profesional que poseo del campo, que esos valores que menciono arriba sobre la identidad, la seguridad en sí mismo, y la autoconfianza deben de potenciarse en estas generaciones aún más en aspectos relacionados con el despertar de la sexualidad. De esta forma se conseguiría evitar decepciones basadas en tópicos televisivos.
Edad:34 años
Estudios: Diplomado en enfermería, Orientador sexual.
Profesión: Enfermero de cuidados intensivos neonatales.

10

J.M.V.

Drogadicción ,drogas, vicios, tráfico, influencias sociales y tratar de conseguir sacar lo mejor de cada uno, si algo es a lo que he llegado es a que todo el mundo vale y tiene una función, todos debemos ser valorados como personas y seres humanos racionales.

Edad: 18 años

Estudios: 2º Bachillerato en Ciencias

Profesión: Con vistas a estudio de psicología

11

S.G.S.

Como sabes sigo trabajando con jóvenes de muchas edades, siguen siendo niños y niñas del cole o cercanos a él. ¡Seguramente hemos cambiado! Mi propuesta es dejarles que hablen, que tomen conciencia de los que le rodean, debemos informarles de lo malo de nuestra sociedad y de lo bueno, pero lo más importante de esto es que hablen, que no pasen del tema, que reflexionen sobre lo que les rodea, cambiar en ellos la dejadez, desgana y rutina, y hacerles ver que hay algo más, que lo que nos muestran en televisión y en las noticias. Desde aquí hermano me ofrezco para lo que te haga falta. Ya sabes dónde estoy.

Edad: 24

Estudios: Licenciado en Historia del Arte

Profesión: Profesor en la ESO

12

J.L.J.R.

En primer lugar, preparar a los jóvenes para afrontar el futuro, no nuestro pasado. Debe favorecer el tránsito del joven desde el ámbito acogedor familiar (donde se le valora por quien es) al de la sociedad (Por lo que sabe hacer).

Entiendo que, en los momentos actuales, y por la crisis de valores (CAUSA DE LA CRISIS ECONOMICA QUE VIVIMOS) se deben de cubrir todas esas habilidades necesarias para adaptar la persona al entorno actual, pero con auténticos valores:

1 Autoestima e identidad personal. Aprender a ser feliz, aceptarse, sentirse persona digna y capaz de tomar decisiones y enfrentarse con las dificultades

2 Control emotivo y del estrés. Inteligencia emocional. Capacidad para expresar los sentimientos
3 Capacidad de razonamiento y reflexión.
4 Actitud optimista
5 Autenticidad, sinceridad
6 Responsabilidad en las actuaciones
7 Perseverancia.
8 Motivación y estar dispuesto a asumir riesgos y afrontar fracasos o frustraciones
9 Expresarse: hablar, escribir y redactar correctamente, dibujar, presentar trabajos y conclusiones con eficacia...
10 Comunicarse con sensibilidad hacia los otros (buenas relaciones personales): hablar en público, escuchar, dialogar, comprender, afirmarse, negociar, intercambiar, tener empatía... Tener un buen nivel de comunicación interpersonal e intercultural, con capacidad de gestionar conflictos, discutir, persuadir y negociar
11 Sociabilidad y respeto a las personas
12 Cooperación. Saber trabajar en colaboración, en equipo
13 Solidaridad y participación en la vida democrática de la comunidad
Edad: 40
Estudios: Licenciado en Derecho
Profesión: Abogado, Consultor de empresas.

13

F.M.P.

Pienso que debería insistirse menos en la sexualidad y más en el encuentro con el yo más profundo. También en el respeto al silencio y la reserva; como tú me decías años después: “no hay por qué contarlo todo”. Insistir un poco más en el “miedo al qué dirán” y por tanto no mostrar tanta necesidad de cariño, que como sabes nos hace más esclavos de nuestros actos.
Edad: 42 años
Estudios: Arquitectura.
Profesión: Arquitecto

14

A.R.

Los jóvenes tienen que ser diferentes porque el mundo en el que van a vivir es diferente (avanzamos en ciencia, tecnología, cultura, formación en general), lo que sí debemos es seguir inculcando los valores fundamentales como son el respeto por todo lo que nos rodea, la capacidad de trabajo y sacrificio para conseguir las cosas y la necesidad de ser personas íntegras y formadas que colaboren en mejorar la sociedad. Esos valores sí deberían transmitirse a los jóvenes porque son absolutamente válidos en cualquier época en la que se viva**.**

Edad: 37**años**

Estudios: Ingeniero Industrial

Profesión: Consultor en materia de Seguridad industrial realizando funciones de Gestión de un departamento de una ingeniería

15

J.A.N.

Como bien dice la pregunta formulada, hoy en día estamos incubando y ya está mostrando sus resultados una "crisis de valores" que los que somos padres nos preocupa porque nosotros no vivimos de esta forma y creo que somos muy felices y valoramos mucho los valores que nos transmitieron en el colegio y que en esa época por la edad propia que teníamos, no terminábamos de asimilar y entender. Los resultados vienen con el tiempo y se van generando desde que somos bebés.

En mi opinión debemos incidir en los valores que se están perdiendo por culpa de unos políticos que solo piensan en ellos mismos y en imponer sus ideas haciéndoles pensar a todo el mundo que el que piense distinto a ellos son unos antiguos y no están acorde a los tiempos actuales.

Estos valores de la cultura del esfuerzo y el trabajo, a nosotros nos dieron resultado, y trabajábamos duro para encontrar una recompensa en los estudios superiores que muchos de los que participábamos en las sesiones de musicoterapia, tenemos.

La amistad, la generosidad con los que están peores que nosotros, el no ser egoístas con los que nos rodean, son puntos fuertes que los niños de hoy en día no deberían perder de vista.

Edad: 35 años

Estudios: Arquitecto Técnico

Profesión: Arquitecto Técnico. Jefe de Departamento empresa consultoría

16

A.Á.S.

La falta de responsabilidad para el trabajo, cualquier trabajo y esfuerzo dignifica. Actualmente todo lo que se consigue es inmediato y no se valora lo que cuesta conseguir las cosas.

Edad: 37 años

Estudios: Licenciado en Biología

Profesión: Profesor de secundaria

17

N.P.

Hoy en día creo que sería necesario incidir en que no vayan a lo fácil, al "**dejarlo todo**". Es típico encontrar adolescentes que cuando ven los estudios muy negros los dejan de lado porque les ofrecen un trabajo en el momento cobrando "**cuatro duros**" que para ellos parece mucho. Hay que explicarles que, aunque sea duro deben labrarse un futuro porque eso les hará mucho más valiosos, tanto nivel profesional, como de personas. Por otro lado, también creo que es necesario explicarles las cosas como son, no maquillándolas, es necesario que sepan que, aunque no "**está tirado**" merece la pena.

Edad: 20 años.

Estudios, : 2º Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Profesión: Estudiante universitario

“Ella modula la melodía de las arpas de la vida, inspirándose en secreto a afinar nuestras vidas propias, de acuerdo con el ideal, y a levar nuestras aspiraciones al cielo, como las flores exhalan su aroma en el aire y los pájaros sus cantos. Aun los más depravados se han conmovido en algunos momentos de su vida con esta voz, y por eso no se han perdido del todo; han sentido en lo más hondo una belleza bajada a ellos del cielo mismo.”

Rabindranaz Tagore

Durante las sesiones de musicoterapia, para ellos tan alucinantes, he captado un estado de ánimo muy positivo por parte de los adolescentes hacia las experiencias y hacia el orientador. (Transfer positivo) Mi respuesta ha sido también de contratransfert positivo, intentando mantener siempre con ellos un equilibrio liberador y no captativo o castrador. Con mi actitud y respuesta positiva centrada en el grupo, puedo ayudar a que su liberación sea auténtica y eficaz. Se requiere un talante de empatía por parte del orientador para contactar con el mundo complejo de la adolescencia. En su mayoría han sido capaces de abrir su intimidad sin ningún complejo ni reparo.

Desde el primer momento respondieron con una disponibilidad total a dejarse conocer a fondo, abriendo progresivamente su intimidad con sencillez y gran confianza. Supieron captar la música de manera asombrosa hasta en el mínimo detalle, incluso, llegaron a emocionarse y a compenetrarse con ella de forma total. También revivieron muchos de ellos momentos dramáticos de su vida íntima, ayudados por la poderosa fuerza evocadora de la música.

Después de tantos años intentando resolver los problemas típicos de la adolescencia, **constato** que los problemas, en esencia, son siempre los mismos, aunque los tiempos cambien. Pasan los tiempos y las dificultades de la vida son las mismas, si bien las actitudes y respuestas son diferentes.

¿Tendrá que ser así la vida?
¿Son necesarios los problemas y dificultades para madurar?
¿Cómo debemos encauzar las crisis y las dificultades de la vida?
Intuyo y compruebo que **las crisis son necesarias** para el desarrollo normal del adolescente, pues, superadas las crisis, el muchacho crece.

De estas experiencias y vivencias expresadas en los testimonios descritos, se desprenden algunas conclusiones interesantes que, ya Aristóteles exponía en la Poética I, cuando decía: "L**as artes musicales: música, poesía y danza, que obran a través del oído, reproducen los estados del alma, los afectos y los actos, a través del ritmo, la palabra y la sucesión melódica".**
Esto mismo reflejan la mayoría de los adolescentes, jóvenes y padres en sus manifestaciones escritas, después de experimentar en sus vidas el "poder mágico" de la música y la danza para incidir con tanta fuerza en sus vivencias y sentimientos más profundos.
El saber que la musicoterapia dejó en vosotros huellas profundas, que os sirvieron de herramienta para sortear los peligros y "**presiones del ambiente**", pudiendo así transitar por la vida con seguridad y optimismo, suscita en mí el sentimiento más gratificante al que puedo aspirar y me siento por ello educador afortunado.

Acabo este estudio reafirmando lo que decía al principio: vuestras páginas llenas de sabiduría, que tan bien habéis sabido reflejar, me han permitido disfrutar de los milagros de la vida, me han ayudado a reforzar el sentido de mi misión y a contemplar la imagen de Dios plasmada en vuestra intimidad más recóndita.

Podéis estar seguros de que os llevo siempre conmigo en el corazón, con grato recuerdo y profunda admiración. Y, como Marista, os animo a ser fuertes y a no olvidar nunca lo que aprendisteis en vuestro colegio.

FIN