

# SONIDOS Y CANTOS QUE CURAN EL ALMA

*Terapia. Para ayudar a sanar a sus pacientes, la española Rosa Puerto utiliza su voz y algunos instrumentos como los cuencos de cristal.*

Por: **Isabela Ponce**

Existen los charlatanes y los tímidos. Por un lado están aquellos que no pueden dejar de hablar y en el otro extremo los que eligen hablar poco o nada. En ambos casos existe un desequilibrio a nivel de la garganta, hay bloqueos que impiden que la comunicación sea la adecuada.

Rosa Puerto, terapeuta de sonidos curativos, explica que para poder hablar es necesario, antes que nada, aprender a escucharse a uno mismo. Es que hallar la voz propia, la de verdad, no es tan sencillo.

“Mucha gente suele hablar muchísimo para no escucharse, puede que durante su infancia o luego en otra etapa se sintió invadida y ahora esa es su ma-

nera de expresarse”, detalla Puerto, quien también estudió Bellas Artes, Antropología y Pedagogía.

Su paso por la educación fue el que la condujo a buscar terapias para enseñar y ayudar a los demás. Aprendió Arteterapia y luego se sumergió en el mundo de los sonidos.

Durante un taller de capacitación le pidieron que cantara lo que había compuesto en ese momento y, un poco escéptica porque su lírica era en catalán y ninguno de los participantes iba a entenderla, accedió. Las reacciones de los demás, de conmoción y desahogo, hicieron que se diera cuenta del poder que tienen los sonidos y la impulsaron a profundizar más sobre este asunto.

“Me dijeron que mi voz traspasaba sus cuerpos y aunque no entendían palabras, les llegaba directamente al corazón”, expresa y dice que la letra de la canción era para una sanación propia, pero que resultó útil para el resto también.

Hoy Rosa Puerto combina sus diferentes conocimientos, entre ellos los de psicología, para ayudar a las personas a que encuentren ese camino de sanación. “Las tensiones mentales y emocionales hacen que las personas digan cosas que en verdad no sienten”.

La terapeuta está convencida de que en la voz hay un poder escondido que las personas desaprovechan, y que ese poder tiene la capacidad de sanar no solo a uno mismo sino también a los demás.

Los sonidos trabajan liberando esos dolores que están dentro de cada uno y no han sido sanados. Cuando no se los ha hablado, llorado y siguen dentro, incluso se convierten en parte de la conciencia.

A sus pacientes les pide que recuerden momentos específicos en su vida donde crean que han sufrido mucho y, desde ahí, a partir de esa raíz, se propone la sanación al sentimiento que por lo general es el miedo, la rabia, la tristeza o

la vergüenza. “Intento que mi voz, a través de cantos, o con instrumentos monocordios, cuencos de cuarzo o cuencos tibetanos, llegar hasta ese lugar donde está el bloqueo”, detalla Puerto, quien agrega que todos los seres humanos que deseen profundizar y sentir su propia voz pueden lograrlo.

Los pacientes son variados. Hay quienes llegan en busca de esa herida a nivel de comunicación que quieren sanar porque les impide mantener buenas relaciones.

Otros acuden por ayuda porque desean cantar y lo hacen, pero sienten que hay parte de ellos mismos que no se refleja en su voz.

También hay maestros y padres de familia que sienten que con los hijos y alumnos no logran mantener una buena comunicación y por último los periodistas que dicen que aunque vive comunicándose hay una parte de ellos ‘que no sale’.

Para la terapeuta la voz es una totalidad y la que tienen la mayoría de las personas está incompleta, les faltan trozos. “Para conseguir la voz total hay que juntar esos fragmentos que están dentro de cada uno y no han llegado a integrarse”.

A sus consultantes les pide que hablen antes de empezar cualquier sesión.

En esas pronunciaciones puede determinar si la voz proviene del cuerpo, del corazón o de la mente. La vibración y el volumen también le brindan información para trabajar con ellos luego.

Lo importante, recalca, es que ellos identifiquen esa capacidad sanadora y solos, mediante la guía de la especialista, se reen cuentren con su voz y con los sonidos externos que los ayudan a fluir y abandonar los problemas. **F**

La española Rosa Puerto utiliza percusión sobre los cuencos para sus sesiones a base de sonidos.

Escúchenos en Radio Quito, Radio revista Familia el día jueves 4 de abril a las 11:30.

**UNA AGENDA**

Entre el 15 y 28 de abril Rosa Puerto visitará Quito y Cuenca. Habrá tres actividades: un taller en que se explorará la voz y se trabajará con cuencos de cuarzo; un concierto de sanación, y atención personalizada a pacientes a manera de consulta.

Para más información llamar a 0995242505, 022190 063 ó 0998000673.