

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



Nadie es insensible a la música como fenómeno físico. Autor: Juventud Rebelde Publicado: 21/09/2017 | 06:51 pm

Música y sensualidad

Desde siempre, arte y erotismo se han nutrido mutuamente para beneficio de sus practicantes: la música ha sido un excelente recurso para conocer gente nueva, reafirmar idiosincrasia, comunicar estados de ánimo o disponibilidad para intimar

Publicado: Sábado 11 marzo 2017 | 01:07:04 am.

Publicado por: Mileyda Menéndez Dávila

... Ya lloré escuchando música y viendo fotos, y llamé solo para escuchar una voz...

Charles Chaplin

Desde siempre, arte y erotismo se han nutrido mutuamente para beneficio de sus practicantes. En especial, la música ha sido un excelente recurso para conocer gente nueva, reafirmar idiosincrasias y comunicar estados de ánimo o disponibilidad para intimar.

Nadie es insensible a la música como fenómeno físico. Incluso las personas sordas pueden sentir vibraciones y copiar coreografías con elegancia, y algunos individuos autistas son capaces de abrirse al contacto social cuando escuchan determinados sonidos.

Por intuición seguimos sonidos y movimientos para encajar en el grupo, inspirar confianza, dejar fluir la energía interna o romper barreras culturales en torno al cuerpo. Cualquier actividad puede durar más tiempo sin fatiga cuando hay música en el ambiente porque esta eleva en el cuerpo el nivel de dopamina y oxitocina, las

hormonas del placer y de los vínculos afectivos, respectivamente.

Sexo, amor y, sobre todo, desamor, han inspirado melodías y estilos que se cuelan bajo la piel y marcan la respiración, el ciclo cardíaco y la cadencia de movimientos, nos guste o no lo que escuchamos a nivel consciente, pues oír música incide en las mismas estructuras cerebrales que responden a recompensas como la comida, las drogas sicotrópicas y el sexo, multiplicando sus efectos cuando las acompaña.

Una buena melodía de fondo (no con audífonos), incrementa la actividad sexual hasta en un 67 por ciento, reconoció un estudio patrocinado por la empresa Sonos, fabricante de aparatos inalámbricos, dato que confirma el neurocientífico Daniel J. Levitin, autor del libro *Este es tu cerebro en la música: La ciencia de una obsesión humana*.

Por eso la musicoterapia es una valiosa herramienta para aliviar estados depresivos, conectarnos con el entorno y ayudar a parejas cuya vida sexual resulta frustrante por traumas del pasado o diferencias en sus prácticas amorosas.

Cada chakra y zona energética del cuerpo se activa con un tipo de sonidos en particular. Para lograr esa agradable resonancia es útil crear ambientes eróticos con estilos diversos que combinen sensual y armónicamente.

Algunas piezas estimulan el sistema nervioso simpático, que predispone a la acción, y otras el relajante sistema parasimpático, algo a tener en cuenta para personalizar la lista de temas que usaremos en cada momento.

A tu ritmo

Desde una visión pragmática, la música contribuye al éxito de la vida sexual cuando se le utiliza como aislante sonoro si es difícil darse a plenitud por miedo a que alguien en el propio hogar u otros sitios cercanos te escuche gemir, gritar o decir frases excitantes.

En especial, las mujeres nos distraemos mucho con los ruidos externos y si sentimos gente afuera asumimos que nos oirán también. Por eso necesitamos un ambiente erótico seguro y relajante, pero no hace falta poner las bocinas para todo el barrio porque el efecto sería totalmente contrario.

Lo ideal es auxiliarse de artefactos que pueden reproducir a un volumen moderado y sin interrupción al menos una hora de música previamente elegida. El cerebro masculino le da prioridad a la melodía y el femenino tiende a captar el contenido de la obra, así que si tu pareja no ha escuchado una canción compártela antes si no la quieres distraída.

Nuestro panorama musical se nutre del repertorio escuchado en familia y de los intereses propios de cada generación. Algunos intérpretes se erigen en íconos sexuales porque su imagen física o su filosofía de vida nos ayudan a identificarnos con la nuestra y a proyectarla entre personas desconocidas.

El idioma no es importante, sin embargo, los ritmos tienen su gracia y su momento. La música electrónica muy fuerte, el rock, el rap, la salsa y el reguetón ayudan a desinhibir y conocer gente en lugares públicos, mostrar la flexibilidad de tu cuerpo o calentar la sangre, pero no sirven para hacer el amor en un acto que aspire a durar más de dos minutos y establecer una conexión emocional duradera.

Tampoco es apropiado usar letras agresivas, himnos o temas de corte sociopolítico: cada pieza tiene su

propósito e invita a una conducta condicionada desde la infancia.

Deben evitarse canciones que abran heridas del pasado o disgusten a la pareja porque se corre el riesgo de entrar en un acalorado debate que separe, en lugar de unir almas y cuerpos, o que se les escapen nombres y gestos inesperados.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/sexo-sentido/2017-03-11/musica-y-sensualidad>

Juventud Rebelde | Diario de la juventud cubana
Copyright © 2017 Juventud Rebelde