

CUADERNOS PEDAGOGICOS

Sonidos

20

P 3 0 0 0



SERIE #1 2018

PEDAGOGIA 3000
Educación de mañana, hoy

Cuaderno 20. Sonidos

Serie 1 "La Educación integral es posible"

2º edición - 2018

Cuadernos pedagógicos 3000

Compilación

Noemi Paymal y equipo. Agradecemos a las siguientes personas por su participación y apoyo incondicional a los cuadernos pedagógicos de P3000:

Mónica Betancur, Daniela Martínez, Daniel Pacheco, Patricia Fernández García, Carolina Gallegos, Andrea Caero, Cecilia Vera, Graciela y Jonathan de Son de Vida, Mar Urdillo, Sofia Leon, Graciela Linares, Marco Donaire, Diego Fernández, Marisol Nieto y Patricia Vieyra. A Sergio Laura Villca por el diseño. Y a todos y todas que hacen realidad una Educación Integral y de Paz. Agradecemos a los niños/as y jóvenes que nos "empujan" a transformar profundamente nuestras escuelas y nuestro mundo, así como a transformarnos a nosotros/as mismos.

Reproducción

Estos cuadernos se pueden reproducir libremente, siempre y cuando nada esté alterado y que la fuente esté mencionada. En caso de fines comerciales para la reproducción, por favor contactar a María Isabel González, de la Fundación Pedagogía 3000 - Argentina: mejorpuente@gmail.com

¿Por qué estos cuadernos?

Estos cuadernos presentan herramientas y actividades educativas prácticas que facilitan una Educación Integral. Incluye atender armónica y equilibradamente los siguientes ámbitos: físico, emocional, cognitivo, ecológico, estético-creador, intuitivo, social, multicultural, ético-solidario y desarrollo personal.

Que cada uno re-co-crea estos cuadernos

Todos los cuadernos tienen su importancia y un propósito específico. Esta serie de cuadernos es a la vez pedagógica y terapéutica. Se han elaborado para ser utilizados tanto en las escuelas, en los hogares así como en diversos centros de desarrollo personal y consultorios. Escogemos lo que necesitamos, en cualquier orden, según nuestros deseos, nuestras necesidades, intereses, nuestro sentir, nuestro entorno ecológico, social, político, económico y cultural, etc.

Asimismo les invitamos a transformarlos, re-crearlos, renovarlos, mejorarlos y sobre todo: ensayarlos, aplicarlos y disfrutarlos.

Sonidos

Los Sonidos y la Creación

“Lo que nuestros sentidos humanos perciben como materia, no es otra cosa que un conjunto de campos electromagnéticos resonantes, estrechamente vinculados e interpenetrados: en resumen una manifestación densa de Sonido (con mucho espacio intercalado). Toda la materia es sonido y emite sonido, aunque dichos sonidos se encuentren, en su mayoría, fuera de nuestro limitado sentido físico de la audición. Nuestros cuerpos físicos, por consiguiente, son también campos electromagnéticos resonantes, como también lo son nuestras auras, ambos generados por los átomos que nos configuran”. Nestor Kornblum, Director de la Asociación de Terapia del Sonido.

“El sonido se expande en ondas circulares. Es la expansión del Amor. El sonido es la técnica que más resuena y “remueve” en el cuerpo, las emociones, el alma y el Espíritu”.

“El sonido tiene un poder inherente desde tiempos muy antiguos, desde la creación misma. En el hinduismo se dice que el OM es el sonido de la creación, del Verbo de Dios, el sonido cósmico. El sonido del Om – AUM -representan diferentes estados de la conciencia, y simplemente pronunciar este mantra tiene atributos sanadores, reparadores y armonizadores. El Om, es la manifestación de la fuerza Omnipotente, del que procede el tiempo, el espacio y el átomo, la estructura vibratoria de la creación”.

<http://sanacion-luz-reconexion.com/sanacion-con-sonido/>

El sonido del OM y un susurro constante armónico que da formas bellas a las partículas donde se transmite, ya sea aire, agua o materia. Deberían tener formas de geometría sagrada y de la proporción áurea, utilizada por los constructores de los templos de la antigüedad.

Todo el mundo vibracional de nuestro entorno tiene relación desde el microcosmos al macrocosmos debido a los armónicos, que es la repetición de un movimiento y expansión en ondas. Un movimiento de 50 ciclos por segundo o Hertzios va expandiéndose de 50 en 50, a 100, 150, 200, 250, 300 etc... y se relaciona así el sonido y las notas musicales a los colores del arco iris.

Como la luz y el sonido resuenan y se armonizan con el ser humano, existen técnicas para subir a la siguiente etapa evolutiva desde los sonidos.

Bio resonancia y los sonidos

Extractos de <http://www.fundacion-soliris.eu/bioresonancia.html>

Cada sonido tiene una reverberación subiendo la escala evolutiva, se repite a sí mismo convirtiéndose en armónicos. Hertzios se llama científicamente a ciclos por segundo. Si movemos el dedo 30 veces en un segundo haría un sonido audible de 30 hz. o ciclos por segundo, quizás aún inaudible por tener un volumen bajo. La audición humana va de 20 a 20.000 hz. o ciclos por segundo, por debajo de esto son los infrasonidos que están en todo nuestro cuerpo y en las ondas cerebrales Alfa, Theta y Delta. Por encima de 20.000 hz. es ultrasonido, aunque algunos animales son capaces de oírlo, también nuestra piel, órgano sensorial y vibracional, puede oír el ultrasonido.

Cymatics

En experiencias de laboratorio se ha visto como las células y partículas se mueven por sonido. Cymatics demostró que la vibración sonora crea dibujos en 2D y 3D.

Dibujo obtenido con arena colocada en un placa de metal que resuena con sonidos.

Ver www.unitedearth.com.au

Y otras páginas que tienen fotos y fotos de Cymatics. ¡Muy interesante!

Ultrasonido y telepatía

Según el Popol Vuh, el génesis de los Mayas, el Paraíso que perdimos se debió a la pérdida de extra sensorialidad de los sentidos, sobretodo visual y auditivo, por ello las deformaciones de los cráneos Mayas y de todas las culturas, Incas, Egipcias etc..., para contrarrestar el efecto de la fuerza de gravedad tan inmensa en nuestro planeta y evitar que el cráneo creciera para abajo y aprisionara los nervios por sus foraminas. [http://www.columna.cl/index_archivos/Page1114.htm].

La telepatía es también ultrasonidos, es una forma de comunicarse directamente al ser de la persona y desde el silencio de una mente a otra mente. El silencio nuestro es ultrasonido y activando las sensaciones corporales de los armónicos de nuestro entorno ayudará a aumentar la comunicación telepática, que no son palabras sino sensaciones e imágenes que transmiten mucho mejor los sentimientos verdaderos, normalmente ocultos en nuestra comunicación tan torpe de seres humanos, inteligentes y llenos de palabras ahora ya inteligibles.

Ahora, al acostumbrarnos a los sonidos molestos de nuestro entorno tecnológico y adaptarnos a no oírlos, no quiere decir que no nos esté afectando celularmente. Toda

adaptación está seguida de una compensación gravitatoria y desviación de nuestro centro.

El sonido de las palabras conscientes

Siempre con el sonido de las palabra movemos y hacemos circular el aire de nuestro entorno, y alrededor de nuestro cuerpo, donde sabemos que está la emanación energética de luminosidad ultravioleta. Las sensaciones y emociones surgen de los chakras y se transmiten a lo que llamamos el aura.

Por esto mismo con palabras conscientes podemos mover, modificar y reparar lugares faltos de luminosidad que surge de la relación de órganos y músculos con las glándulas que manifiestan los chakras.

Armónicos y sonidos de resonancia

Explica el doctor Dr. Rafael Varela: "Cuando con la voz se pueden hacer dos o tres notas al mismo tiempo, se denomina Canto Armónico. Los armónicos también se llaman Hipertonos. Casi todos los tonos producidos por un instrumento musical, por nuestras voces o por alguna otra fuente de sonido, en realidad no son tonos puros sino mezclas de frecuencias de tonos puros llamados Parciales. A la más baja de estas frecuencias se llama la Fundamental. Todas las parciales más altas en frecuencia que la fundamental reciben el nombre de armónicos, y con la voz se pueden hacer 2 o hasta 4 notas al mismo tiempo como en los cantos ejecutados en el Tibet, India, China, Mongolia y Filipinas".

<http://aimcrearmonizacion.wordpress.com/category/sobre-el-sonido-y-la-resonancia-armonica-de-la-voz/>

Sobre el poder curativo del sonido y el canto de armónicos

Comparte Nestor Kornblum: Director de la Asociación de Terapia del Sonido: "El *canto de la voz grave* de los monjes del Tíbet y los mongoles, que pocos occidentales hemos dominado, crea un bordón fundamental secundario, ya sea en la faringe o en las falsas cuerdas vocales, que permite la amplificación de un segundo armónico, configurando un total de cuatro sonidos simultáneos. No se trata simplemente de una forma de acrobacia vocal. Al emitirlos se configura una onda muy poderosa que actúa en diversos niveles. Los tonos fundamentales o bajos de la voz actúan principalmente sobre el cuerpo físico, mientras que los armónicos, que podríamos denominar el arco iris de la voz, actúan sobre los cuerpos sutiles. Estos sobretonos, como si de rayos láser se tratara, disuelven y dispersan las cristalizaciones de energía potencialmente dañinas del aura, evitando así que alcancen el cuerpo físico.

<http://www.osolobo.es/sanacion.htm>

Los sonidos de poder son entre otros:

- Cantos gregorianos.
- Música que utilizan algoritmos matemáticos como elementos estructurales que crean patrones de retraso auto-similares (fractal) tanto en el dominio rítmico (micro tiempo <100 ms) como en el dominio tonal (macro tiempo >300 ms) al hacer uso de múltiples loops de realimentación. En esta música surgen dinámicos sistemas sonoros al combinar patrones armónicos naturales (series de sobre tonos, números de Fibonacci...) con una distribución estocástica de parámetros de sonidos que asemejan al flujo múltiple y a los patrones vórtice de la naturaleza.

Ver <http://www.clavesdeenoc.org/html/musica.html>

Sonidos de los cetáceos

Desde hace ya un tiempo médicos y científicos están investigando con estas maravillosas criaturas del mar y la influencia beneficiosa que aportan a la salud de personas enfermas, sobre todo en niños autistas, en personas con problemas de psicomotricidad, en enfermedades mentales, etc... dándoles resultados asombrosos de mejoría en muchas patologías que requieren de tratamientos intensivos de terapia. Los científicos afirman que el ultrasonido de los delfines son una terapia craneal.

¿Quién inició la terapia con delfines?

Los pioneros de lo que ya se conoce como "Delfinoterapia" fueron Horace Dobbs en Escocia y el Dr. David Nathanson en Florida. En España los primeros en emplear delfines en el tratamiento de pacientes con síndrome de Down, depresiones y autismo fueron los miembros de la Fundación Delfín Mediterráneo.

Sus trabajos en el delfinario de la Costa Brava de Girona obtuvieron resultados realmente espectaculares. Ahora en Tenerife un equipo dirigido por Marysol González Sterling está llevando a cabo nuevas experiencias.

Una terapia novedosa se abre paso en el tratamiento de autismos, retrasos, parálisis cerebral, etc. Es la combinación de la Biosónica y la Terapia Sacro-craneal que utilizan las emisiones acústicas de los delfines en favor del desbloqueo y reequilibrio para determinados casos en que otros tratamientos más convencionales no resultan apropiados.

Si en los albores de la carrera espacial o en la actualidad se acude al cosmos para probar la combinatoria de elementos minerales o los efectos de la ingravidez a la hora de solucionar determinadas enfermedades o comprobar la eficacia curativa de determinados tratamientos, los delfines (y su medio acuático con la interacción de los

sonidos) nos permiten avanzar en un terreno que se muestra hoy en fase experimental, pero que por el momento ofrece avances más que prometedores, tal como señalan Geraldine L. Waxkowsky y Marysol González Sterling.

¿Cómo llegan sus ondas a nuestro cerebro?

El delfinario Octopus de la tinerfeña Playa de las Américas ofrece un programa semanal, tres veces al año, en el que utilizan diapasones para medir la sensación vibratoria que percibe el sistema nervioso. La piel como soporte de los receptores de las terminaciones nerviosas recibe las ondas emitidas por los delfines, y por los canales transmisores llegan al oído y al cerebro, realizando una estimulación selectiva, pues dentro de las emisiones acústicas de los delfines hallamos tanto sonidos audibles por el ser humano como infrasonidos. Todo esto sin soslayar la poderosa importancia del medio acuático y la particular ingravidez que nos ofrece.

Extraído de <http://www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=185>

Video El poder de la terapia con delfines:

<http://www.youtube.com/watch?v=kbzFYjGSJPw>

Música gratis de delfines en

<http://brainwavelab.blogspot.com/2008/06/relajacin-con-delfines-y-ballenas-60min.html>

La magia de los tambores

La música tiene múltiples sonidos, pero los armónicos altos suceden solo con una vibración constante que se acopla, no es el ritmo sino la constancia y repetición y por resonancia aumenta en un cierto nivel, surgiendo armónicos y subarmónicos que movilizan aún más. Los instrumentos que tienen esta vibración constante son los tambores tocados estilo chamánico de indios americanos del norte y el didgeridoo, de los aborígenes australianos.

Los tambores tienen el sonido más parecido a la voz humana y sus armónicos suenan como ángeles cantando o personas hablando. También se sienten porque sus ondas son más o menos del tamaño de nuestros órganos y golpean y movilizan la energía estancada celular. Una sesión de tambores alrededor del cuerpo es un proceso chamánico de curación y también de movilizar energía psíquica estancada, al entrar en trance fácilmente se accede a formas de mover los sucesos del entorno, las conversaciones atascadas en los rincones, las cosas a las que no encontramos salida o respuestas.

Web <http://www.fundacion-soliris.eu/bioresonancia.html>

Sonidos sagrados de los pueblos originarios

Un ejemplo de sonido sagrado en el pueblo Otomí, México.

Este artículo fue cordialmente enviado por el maestro Dabadi Thaayrohyadi (Extracto del libro Pedagoogia 3000).

Nzuni, es el estudio y práctica del poder energético y curativo del Sonido Cósmico en la sabiduría ancestral, transmitida de generación en generación. La cosmovisión Otomí Olmeca Tolteca Teotihuacana se remonta a una civilización milenaria emparentada con los Atlantes y Hmuu. En lengua materna son conocidos actualmente como la gente *Ñatho Ñähñu Ñuhmuu Ñuhu*

¿Cuál es la definición del Sonido en lengua ancestral y su fundamento cósmico?

Los guardianes de la medicina del sonido cósmico nos han enseñado acerca del poder del *Nzuni*, el sonido cósmico. Cuando estamos enfermos se debe a que alguna parte de nosotros no está vibrando en armonía consigo misma, con las demás partes o con el entorno. Esta enfermedad puede sanarse con sonido, fe y confianza, devolviendo a las partes enfermas su frecuencia sana. Nuestros cuerpos, cada molécula, célula, tejido, órgano, glándula, hueso y fluido están vibrando constantemente, lo mismo ocurre con cada centro de energía y cada estrato de campo electromagnético o aura. El *Nzuni* o sonido es capaz de disolver estas cristalizaciones o energías potencialmente dañinas mucho antes de que lleguen al cuerpo físico. Esto no es otra cosa que medicina preventiva en su estado más puro.

¿Los sonidos ayudan a la sanación?

Claro que sí. Los Otomíes utilizamos el *Nzuni*, o sonido cósmico, para ayudar en la sanación de los desequilibrios del cuerpo y puede producir beneficios como:

- Alivio del estrés y de la ansiedad.
- Mejora de la concentración.
- Mejora de la creatividad.
- Mejora de la visión (física, mental y espiritual).
- Equilibrio de los hemisferios cerebrales.

- Restablecimiento del equilibrio del sistema endocrino mediante la vibración de la hipófisis o pituitaria.
- Alivio de la sinusitis y los dolores de cabeza.
- Estímulo de la actividad de las ondas alfa o meditación profunda.
- Aumento de la energía por medio de la estimulación del líquido cefalorraquídeo.
- Equilibrio y limpieza de los centros energéticos, del aura, los órganos y glándulas correspondientes.

¿Utilizan los cantos armónicos?

Otros recursos de sanación por medio del *Nzuni*, o sonido, es la antigua técnica del canto de armónicos o de sonidos vibracionales. Esta técnica se ha convertido en una bella forma de expresión musical también conocida como *Mbuu* en la Civilización Otomí Olmeca Tolteca Teotihuacana. Los instrumentos acústicos como el *nchi'mo*, *dambo dehe*, funcionan del mismo modo que lo hace la voz, pues todos ellos poseen armónicos audibles. Sin embargo, la voz es mucho más poderosa pues transmite la intencionalidad de un modo más directo de lo que se consigue a través de cualquier instrumento.

Utilizamos esta forma de canto para resonar con la naturaleza que nos rodea, imitando los sonidos de animales, del viento en las montañas nevadas y de varios pájaros. Producimos *chala thuhu*, o el canto de la voz entonada, para entonar nuestras oraciones. Asimismo, a través de este tipo de canto podemos comunicarnos con los espíritus de la naturaleza.

Maestro Thaayrohyadi y Consejo de los Ancianos Sabios y Guardianes de la Tradición Otomí Olmeca Tolteca Teotihuacana. Universidad Indígena Internacional.

Mantra

Palabra de poder, Mantra es una palabra de origen sánscrito, significa mente y liberación, de ahí que se dice que un mantra es un instrumento para liberar la mente del flujo constante de pensamientos que la confunden.

Un mantra puede ser una sílaba, una palabra, una frase o texto largo, que al ser recitado y repetido va llevando a la persona a un estado de profunda concentración.

Ver mantras del mundo en <http://mantrasdelmundo.blogspot.com/>

Ver también estos lindos videos de mantra de sanación

http://www.youtube.com/watch?v=Xxez_cRxgOU

<http://www.youtube.com/watch?v=1XvWi-vVVyw>

<http://www.youtube.com/watch?v=IHSFx9o5jsk>

Construir bóvedas

Todo sonido es una onda que se propaga por el espacio expandiéndose en una burbuja o en una esfera, por ello la bóveda comprime y aumenta ciertos armónicos haciéndolos más audibles. En este gráfico representativo de lo que es una onda sonora podéis entender porque una bóveda de gran tamaño puede hacer como altavoz sonoro al universo y aumentar el potencial de nuestros pensamientos también, generando mejor la telepatía o los mensajes de comunicación en silencio que nos enviamos unos a otros.

Una bóveda funciona como una antena parabólica de energía del pensamiento y sirve para transmitir formas de pensamiento positivo a nuestro entorno. Por esto mismo las iglesias y templos tienen bóvedas, porque se influencia espiritualmente con mayor eficacia en los campos morfogenéticos a través del ultrasonido. Muchas personas concentrándose en un sólo pensamiento bajo una bóveda potencian y expanden el mismo ya que se multiplica por miles el efecto que éste puede tener. De esta misma manera se hacían las sanaciones en las ruedas medicinales chamánicas, porque el pensamiento se aumenta por el número de personas que se concentra en ello y la rueda o el círculo que se hace la concentra y la envía al campo morfogenético y desde allí va influenciando a más seres humanos, aunque no haya contacto visual o físico entre ellos.

Extractos de <http://www.fundacion-soliris.eu/bioresonancia.html>

En este sentido, desde el punto de vista pedagógico y terapéuticos, se aconseja construir y utilizar:

- bóvedas
- cúpulas de todo tamaño
- domos y toda estructura geodésica
- aulas en forma de semiesferas, que sea simples estructuras de temascal hechas con palos a estructuras semiesféricas exactas y auditorios tipo ONU.

O simplemente hacer actividades en círculo de manera regular.

La voz

Se aconseja desarrollar la voz con la entonación.

Al entonar estamos moviendo aire alrededor de la cabeza como en una esfera, "al hacer resonancia entre lo que oímos y lo que decimos suceden otras voces de agudos altos por sus armónicos".

Afirma el Dr. Rafael Varela: “La Voz es nuestro instrumento más creativo y musical. Posee poder para afectar nuestras vidas y las de los demás. Cuanto más aprendamos a unir la utilización de la respiración, la mente y la voz, mayor será nuestro poder en la vida.

La voz humana transmite a quien está a nuestro alrededor los elementos y cualidades del sonido, es decir, timbre, melodía, ritmo, armonía, fuerza y entonación”.

La entonación

El Dr. Rafael Varela explica también que: “La entonación de vocales ha demostrado que permite relajarse antes de un examen e incluso elimina los síntomas de migraña, alivia el estrés psíquico antes de una operación, mejora el insomnio, etc. Entonar vocales oxigena el cuerpo, hace más profunda la respiración, relaja los músculos y estimula la circulación de la energía.

La Entonación es el uso del sonido más efectivo que existe como instrumento sanador por dos razones:

1) Podemos usar la voz para hacer resonar distintas zonas del cuerpo a fin de recuperar el equilibrio, ya que cada órgano y tejido de nuestro cuerpo tiene una frecuencia sana en la que normalmente vibra y cuando se produce la enfermedad, las vibraciones de esa parte del cuerpo se hacen diferentes. Con la creación de sonidos que sean armónicos de la frecuencia de resonancia del órgano sano, es posible cambiar el ritmo de vibración de la parte enferma del cuerpo haciendo que vuelva a su frecuencia natural.

2) La intención, que es la energía que se crea detrás del sonido, es la consciencia que tenemos cuando hacemos un sonido. ¿Dónde se crea la intención? En nuestra mente, como una imagen o una visualización que proyectamos con el sonido al producirlo. ¿Cuándo se crea la intención?-

Durante la respiración que hacemos antes de hacer el sonido.

Con la entonación uno puede proyectar la voz por medio de vocales hacia una persona para explorar su cuerpo y su campo de energía, ya sea que se dirija solamente hacia una persona o a un grupo, o bien lo puede ejecutar uno solo ya que se ha demostrado que libera las tensiones y las emociones desencadenando así el proceso de sanación.

Extractos de

<http://aimcrearmonizacion.wordpress.com/category/sobre-el-sonido-y-la-resonancia-armonica-de-la-voz/>

El silencio

Recomendamos la práctica del Silencio en la educación, en todos sus niveles.

“El silencio abre las puertas a una vida sana, dice Swami Ji, a la liberación y la felicidad. Inspira nuestras visiones, conceptos, actitudes, formas de pensar, de sentir y el como actuamos en nuestro mundo. El silencio es la herramienta con la cual podemos comprender y experimentar plenamente quién somos y el propósito de nuestra vida. El silencio alberga el camino a la liberación del cuerpo, la mente y el alma. La apreciación del silencio reemplaza nuestra necesidad de pensamientos y actividades adictivas. Cuando amamos el silencio, no tenemos necesidad de huir de nuestros pensamientos y miedos. La práctica del Silencio nos trae una paz indescriptible. Hablar es lo que más energía consume. Agota el oxígeno en nuestro cuerpo y mente y es el origen del “*burnout*” de energía. Este a su vez hace que la mente se recaliente y nos lleva así a la ira, la impaciencia etc. En consecuencia no podemos pensar o actuar de forma serena, tranquila o racional”. Extraído de <http://www.jaisiyaram.es/terapia-de-silencio.htm>

Ver el video <http://www.youtube.com/watch?v=7WJafisaEoY>

Si comienzas el día en Silencio - Terapia del Canto

Para disfrutar del silencio en una casa, hay que evitar los campos electromagnéticos. Para eso desconectar la corriente eléctrica artificial que tiene un tono constante de 50 hz y circula en todas las paredes, interrumpiendo y chocándose con todos los armónicos que tengan relación con ciclos de 50 en 50, por ejemplo 100, 150, 200 ciclos por segundo etc., todos las ondas del entorno navegaran y se chocarán con estas y las de todos los electrodomésticos y aparatos eléctricos conectados o enchufados. Una vez que están sin corriente tardan un rato y ya no emiten ondas, por lo que deberíamos acostumbrarnos a desenchufar lo más posible de nuestro entorno habitual y sobretodo al dormir, para poder recuperar el silencio real de nuestro habitáculo.

Como actividades escolares o extra escolares, se recomienda:

- Retiros en lugares fuera de la “civilización” (donde no hay electricidad, ni señal de celular)
- Trecking (caminatas) y acampar
- Hacer una salida a la Naturaleza y hacer ejercicio de escuchar: escuchar al suelo (poner su oído al suelo), escuchar el viento, pájaros, insectos...
- Ir al mar, bucear, nadar con delfines
- Ir a grutas, cavernas. Acampar a dentro de ser posible.
- Entre otras actividades.

Aplicaciones educativas

- Hacer círculos de sonidos: todos se ponen en círculo y hacen sonidos con instrumentos de música, instrumentos improvisados y /o la voz.
- Escuchar sonidos de la naturaleza. Gravarlos. Hacer paseos con los ojos cerrados en la naturaleza (o sea hacer un recorrido con los ojos vendados) y poder reconocer el recorrido por los sonidos y su secuencia
- Meditación: ojos cerrados, escuchar a fuera, lo más lejos posible. Y luego escuchar dentro del cuerpo.
- Gong
- *Didjerido*
- Cuencos, especialmente cuencos de metal
- Sesión con tambores
- Expresión musical
- Armónicos
- Voz
- Hacer un orquesta, conciertos
- Construir sus propios instrumentos.

Ficha técnica

| Cuaderno pedagógico #20, Sonidos | |
|--|---|
| Título | Sonidos |
| Definición | Este cuaderno desarrolla el concepto de Sonido en el sistema educativo y cómo enseñar/aprender en una octava superior de conciencia. |
| Tipo de herramientas utilizadas | Herramientas bio-inteligentes. Herramientas de Inteligencias Múltiples. Herramientas de desarrollo del hemisferio derecho y de la glándula pineal. |
| Ejemplos de actividades | Todas las actividades que involucren sonidos, voz, música, identificando con cuál se "vibra" en cada nivel, espacio y situación, qué emociones ha desencadenado, que se ha aprendido. |

| | |
|--|---|
| Tipo de inteligencias múltiples involucradas | Todas |
| Áreas curricular en las cuales se puede desarrollar | Física, filosofía, matemáticas, gimnasia, deporte, baile, música, |
| Política del establecimiento y de los comités de profesores y de los padres | Apertura de espacios de sensibilización con docentes y madres/padres de familia. Diseño de talleres específicos para estas temáticas. Articulación al plan educativo institucional. |
| Recomendaciones | Tener una actitud dispuesta al cambio y de esta manera contribuir a la expansión de la consciencia que se está dando actualmente en toda la humanidad. Buscar innovaciones y sonidos "alternativos". Invitar a musicoterapeutas. Buscar sonidos de la tradición local. De las culturas antiguas. |
| Variaciones | Variaciones: según país, ecología, edad, cultura... |
| Ver también | Cuaderno #18, Luz - Sonido – Forma Cuaderno #21, Formas y Movimientos Cuaderno #26, Visualizaciones y relajaciones creativas Cuadernos #29, 30 y 31, Geometría Sagrada |

Bibliografía

Croatto, Graciela.

2008. *Aprender con los niños nuevos*. Ed. Kier. Buenos Aires, Argentina.

Madre Nah Kin

2010. *Geometría Maya de Luz*. Editorial Kinich Ahau SCP. Mérida, México.

Páginas Web

<http://www.fundacion-soliris.eu/bioresonancia.html>

http://www.portaldeascension.com/sonidos_para_armonizar_los_chackras.htm

<http://www.gailedum.com.ar/> música para el Despertar

Contactos para este cuaderno

Graciela Elsa Croatto

Licenciada en Ciencias de la Educación en la Universidad de Buenos Aires.

Maestra Normal Nacional. Psicopedagoga. Terapeuta familiar.

graciecr@gmail.com

www.aprenderninosnuevos.com.ar

Buenos Aires, Argentina.

Javier Aguilar

Músico, Argentina

<http://www.gailedum.com.ar/>

E-mail: gailedum@gmail.com

Maestro Thaayrohyadi y Consejo de los Ancianos Sabios y Guardianes de la Tradición Otomí Olmeca Tolteca Teotihuacana. Universidad Indígena

Internacional. Dirección: Josefa Ortiz de Domínguez N°. 203 Norte, Colegio Santa. Clara, Toluca, México, Méx. C.P. 50090.

Tel: 01 (722) 7 73 22 40, Cel: 044- 7 22- 2 91 07 48. e-mail:

informes@universidadindigena.org <http://www.universidadindigena.org>

.....

¿Qué es Pedagogia 3000®?

Somos un equipo internacional multidisciplinario co-creando en sinergia una nueva Educación más humana, más divertida y más integral que promueve una durable Cultura de Paz y cooperación. Abrimos caminos para niños/as felices, pro-activos, creativos y responsables, así como para profesores y padres sin stress, amorosos y entusiastas.

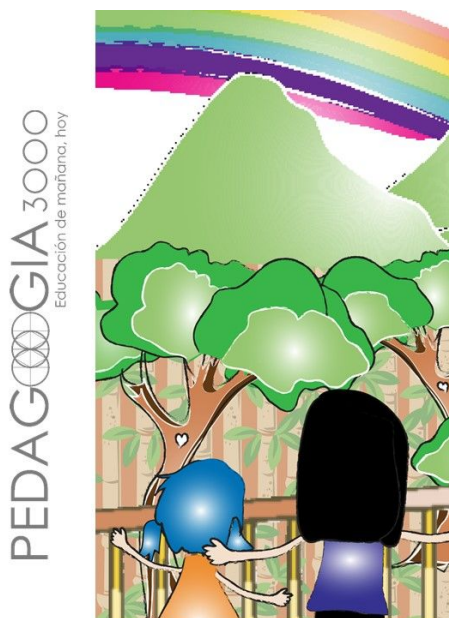
Invitamos así, a generar cambios educativos con consciencia a todo nivel y en todo el Planeta, empezando por uno mismo/a. A la fecha, estamos en enlace con 53 países.

Ver más información en los siguientes enlaces:

www.pedagoogia3000.info (Página web en español)

www.educatiooon3000.info (Página web en inglés)

www.pooortal.info (all languages)



Para los niños/as de hoy y
de mañana
Tejiendo un nuevo Planeta
Abriendo nuestra Mente y
nuestro Corazón
Co-creando una nueva
Educación
Ahora

Anexos

Sonidos y salud

Extractos de <http://www.fundacion-soliris.eu/bioresonancia.html>

Por Marysol González Sterling

Con la nueva teoría unificadora de la física sobre las cuerdas que representa al universo como una sinfonía musical de cuerdas diminutas vibrando, miremos con claridad que tienen de sanación el sonido, la música, la luz y los colores.

El dolor es la falta de movimiento o movimiento errático de las células, por ello con diapasones con su tallo vibrando en contacto con la piel en el cuerpo, ayuda a erradicar el dolor porque armoniza el movimiento.

También es bien conocido que el cerebro necesita de ultrasonido para ayudar a las conexiones velocísimas ínter neuronales y que es dañino la falta de ultrasonido en las ciudades ya que los ruidos de motores, entre otros muchos, los ahogan y/o los anulan. Sabemos que los pájaros y los grillos en sus armónicos altos llegan al ultrasonido. Debido que el ARN escanea lo que tiene que replicar del ADN con ultrasonido, y al no recibir este estímulo del exterior las trenzas del ADN se aprietan para hacer este sonido y por tanto se acortan y van dejando pares de aminoácidos afuera, resultando en envejecimiento. Se ha llegado a probar que el ultrasonido de los delfines nos ayuda para el proceso de replicación del ADN, y que la música rock nos envejece, mientras

que la música de Cantos Gregorianos nos rejuvenece por ayudar a no perder pares genéticos en la doble hélice del ADN.

Los sonidos graves masajean todo nuestro organismo y los agudos estimulan al sistema nervioso.

El ultrasonido que viene de los pájaros y grillos son necesarios para la réplica de sí mismo del ADN y para la comunicación neuronal cerebral. El sonido podría aumentar la telepatía, y la percepción del ultrasonido. La piel y las células oyen el sonido, sus armónicos y el ultrasonido.