

## PROGRAMA DE MÚSICA



## UNA VISIÓN DE LA SEXUALIDAD

Música para una sexualidad más consciente

Estudiante: Isabella Santos

Tutora: Mayra Franco

Cali, 2023

## Resumen

Este proyecto de grado se desarrollará a partir de la construcción del concepto de sexualidad. Propone identificar una nueva narrativa sobre esta desde una exploración individual. Esto con el fin de proyectar la construcción a través de un recorrido musical que permite un paso a paso a la construcción de una sexualidad. Descubriremos cómo el erotismo y la estesis nos permiten desarrollar un aprendizaje hacia la profundidad de nuestra sexualidad y cómo estos se desglosan en conceptos como vulnerabilidad, placer y deseo, energía sexual y conexión. De igual forma el sentido erótico permitirá la composición de los 4 temas fonográficos en torno a la narrativa y la estesis justificará nuestra elección del género musical, reggae. Analizaremos detalladamente el proceso de composición y cómo las frases tuvieron su sustento en los conceptos desarrollados. También, brevemente, explicaremos el proceso de grabación de los temas musicales. Concluimos que la sexualidad es un concepto muy amplio que requiere de mucha exploración individual y que se necesitan más diálogos al respecto en la música para no caer en la percepción colectiva. También se cumplió con el objetivo de plasmar los conceptos analizados a través de la música en función de un recorrido o camino hacia una sexualidad.

## Índice

<b>Introducción</b>	<b>5</b>
<b>Justificación</b>	<b>6</b>
<b>Finalidades</b>	<b>8</b>
Objeto de creación	8
Objetivo de indagación	8
Objetivos específicos	9
<b>Marco conceptual</b>	<b>10</b>
<b>Metodología</b>	<b>25</b>
Etapa de investigación:	26
Primer acercamiento:	26
Segundo acercamiento:	26
Tercer acercamiento; musical:	27
Pre-producción:	27
Composición por temas:	28
Vulnerabilidad	28
Placer y deseo	32
Energía sexual	34
Conexión	37
Arreglos musicales:	41
Vulnerabilidad	41
Placer y deseo	42
Energía sexual	43
Conexión	43
Producción	44
Grabación instrumental	44
Batería y percu	44
Bajo eléctrico	45
Teclados	45
Guitarras eléctricas	46
Percusión menor	47
Vientos	50
Voz principal	50
Coros	51
Postproducción	51
Mezcla	51
<b>Conclusiones</b>	<b>51</b>
<b>Referencias</b>	<b>52</b>
<b>Anexos</b>	<b>56</b>

Partituras	56
Vulnerabilidad	56
Placer y deseo	59
Energía sexual	61
Conexión	64

## Introducción

La sexualidad ha sido un concepto que a través de los años se ha concebido como tabú<sup>1</sup>. Por esta misma situación su visión ha sido poco abordada o discutida.

En este proyecto de grado nos encargaremos de construir una narrativa que invite al oyente a cuestionar y a experimentar sobre su sexualidad a través de un camino auditivo que permitirá, posiblemente, hablar sobre nuevas narrativas sexuales, sumergiendo al individuo en un universo de una mujer blanca y heterosexual que está en la búsqueda de su sexualidad de forma consciente. Esta trayectoria se narrará a través de la música reggae y a partir de la construcción de conceptos como vulnerabilidad, placer y deseo, energía sexual y conexión. La conexión entre estos últimos conceptos se desenvuelve o juega con la concepción que le otorgaremos al erotismo que, dentro de las canciones, se escudriña en las frases poéticas y expresiones musicales. Utilizaremos y describiremos de base la importancia de la música para aprender y captar una idea debido a lo que se conoce como estesis. Describiremos también el proceso de composición, arreglos, producción y posproducción de los fonogramas profundizando en el sentido de las frases o párrafos utilizados en las canciones para dar sentido a los conceptos seleccionados. Descubre el poder que fluye por tu cuerpo a través de este proyecto.

---

<sup>1</sup> A pesar de los cambios que ha tenido la sexualidad, aún prevalecen prejuicios y tabúes que inhiben al ser sexuado, asociándose a las enseñanzas en el hogar, criterios personales y factores culturales. (Ordoñez, Chevez y Gordillo, 2021)

## Justificación

El sexo hace parte natural de la vida humana, pero se ha enmarcado en un significado negativo y poco agradable.

Lamentablemente, sus frutos, conocidos como “falsas ”creencias,“tabúes” y “represión”, siguen muy presentes en el inconsciente colectivo de la sociedad actual.

Por exceso o por defecto, esta herencia afecta directamente a nuestra manera de vivir, sentir y comprender el sexo, que a menudo permanece prisionero en la cárcel de nuestra mente y queda relegado a la categoría de actividad rutinaria. (Orce, 2010).

El sexo, extrayendo la idea del párrafo anterior, se mantiene en la prisión de tabúes mentales que se impregnan a la vez por la poca educación. Consideramos que la industria musical no se queda atrás en su aporte a falsas creencias y falsa educación. Esto es así, puesto que ella ha sido una de las principales responsables en la utilización del concepto de sexo como mecanismo para comerciar y no como un mecanismo informativo para desarrollar una visión responsable e integral de la amplia palabra “sexualidad”. “Es lógico” si sabemos que la música, ha supuesto y puede suponer un instrumento valioso de control y consumo” (Quero, 2011). Por esta razón hablar sobre sexualidad a partir de la construcción de un concepto que permita la experimentación corporal, sensorial y mental de una forma consciente, se vuelve de vital importancia para contemplar otros puntos de vista dentro de la industria musical que se refugia muchas veces en el concepto de un imaginario social.<sup>2</sup> La sexualidad consciente entonces se vuelve un concepto educativo que permite la exploración

---

<sup>2</sup> Los imaginarios de sexualidad, terminan siendo constructos abstractos relacionados con lo fantástico, lo mítico, las ensoñaciones y la memoria colectiva, que reflejan las visiones del mundo y los supuestos culturales épocales, que determinan la forma como las personas imaginan y viven su sexualidad dentro de una sociedad. (Zambrano, Rodríguez y López, 2018)

de la sexualidad desde un punto de vista personal y crítico y este proyecto nos ayudará posiblemente a entender esa razón.

Este proyecto se centrará en la búsqueda de la sexualidad consciente, a través de un recorrido musical que movilice al oyente a contemplar la idea desarrollada por la artista en las obras fonográficas. El recorrido hablará de vulnerabilidad, deseo y placer, energía sexual y conexión de pareja. Dentro de la búsqueda conceptual, abordaremos investigaciones y entrevistas que nos ayuden a definir la estesis y el erotismo, puesto que se consideran conceptos de vital importancia para conectar con las emociones, con el cuerpo y en consecuencia, con los deseos cotidianos. Desarrollar estos dos conceptos (erotismo y estesis) nos permitirá justificar por qué la música es un medio idóneo de enseñanza (sobre todo de enseñanza para la sexualidad). El concepto de sexualidad se construirá a partir del desarrollo de los conceptos mencionados y se abordarán investigaciones que hayan abordado el concepto de sexualidad consciente con el fin de debatir ideas, conectar con algunas y llegar a un análisis personal del concepto. Aunque se buscará desarrollar un trabajo de sexualidad personal (desde la visión de una mujer cisgénero) se considera que el oyente encontrará en el recorrido una narrativa que podría aportar a su pensamiento crítico sobre su sexualidad. “La comunicación en todas sus manifestaciones, es la herramienta fundamental para lograr una adecuada educación sexual a cualquier nivel.” (Álvarez de la Cruz, 2010)

En este sentido, para la narración coherente del concepto en construcción se hará uso del género musical reggae puesto que este se presenta como una opción idónea para explorar la sexualidad consciente. Así lo han demostrado algunos exponentes como lo es el grupo Cultura Profética que, dentro de su propuesta, narra de forma pasiva y amorosa la visión de la sexualidad (como su canción “La complicidad”). Y es que este género se compone de un ritmo pausado, una armonía sencilla y una melodía minimalista que concuerda con la narrativa conceptual que el presente trabajo quisiera transmitir sobre la sexualidad.

Por otro lado, es un género que incita al amor desde sus inicios, a un amor consciente y desinteresado, o eso es lo que transmitía uno de sus mayores exponentes, Bob Marley “You satisfy my soul, every little action, theres a reaction, oh, can't you see what you've done for me, oh, yeah...”

La esencia de la sexualidad consciente, en pocas palabras, exige una mente insaciablemente abierta y una curiosidad inquebrantable hacia el enigmático laberinto que es la sexualidad humana; la exploración sin complejos del cuerpo y la mente sin un manto de culpa o vergüenza; respeto por uno mismo, respeto mutuo; ver la sexualidad no simplemente como un acto físico sino como una sinfonía emocional y sensorial. Profundizar en conceptos como estesis y erotismo es captar una comprensión más rica de lo que implica la sexualidad, comprendiendo así por qué debe abordarse conscientemente.

## **Finalidades**

### **Objeto de creación**

Fonograma con 4 obras inéditas de reggae que movilicen al oyente a la percepción de un concepto de sexualidad consciente.

### **Objetivo de indagación**

Indagar sobre el concepto de sexualidad consciente con el fin de construir una visión alternativa de la sexualidad, narrada a través de la música reggae, en artículos, música, documentales y entrevistas.

## **Objetivos específicos**

1. Identificar los conceptos relacionados con la sexualidad consciente a partir de la revisión bibliográfica y documental de estudios y teorías sobre el tema para interpretarlos.
2. Interpretar los conceptos identificados, desde la perspectiva de una mujer heterosexual blanca, con el fin de construir un concepto personal de sexualidad consciente a través de la discusión crítica de la investigación consultada en el objetivo anterior.
3. Articular cuatro temas relevantes sobre sexualidad consciente: vulnerabilidad, placer y deseos, poder sexual y conexión, con el fin de establecer un hilo narrativo coherente para la creación de las obras fonográficas de reggae a través de la composición.
4. Producir las cuatro obras fonográficas mencionadas utilizando técnicas y herramientas de producción de alta calidad (arreglos, grabación y mezcla) para plasmar auditivamente el concepto desarrollado.

## Marco conceptual

Inicialmente vamos a definir a lo que se conoce como sexo (la acción) o como comportamiento sexual. Según un artículo titulado prácticas y conductas sexuales de riesgo en jóvenes: una perspectiva de género, *el comportamiento sexual* se considera una práctica por el hecho de ser construido y compartido socialmente, lo que remite a la elaboración de las imágenes, sentidos y significados atribuidos al ejercicio de la sexualidad. En este sentido, *las prácticas sexuales* se definen como “patrones de actividad sexual presentados por individuos o comunidades con suficiente consistencia para ser predecibles” (Lanantuoni, 2008, p. 48 como se citó en Bahamón, Vianchá y Tobos, 2012). Paraphraseando al artículo Comportamiento Sexual y factores asociados en Estudiantes de Odontología, definimos también al comportamiento sexual una expresión conductual de la sexualidad personal, donde el componente erótico es el más evidente. A partir de esto podemos entonces concluir que el comportamiento sexual se refiere a las prácticas y conductas relacionadas con la sexualidad de un individuo, y está influenciado por factores biológicos, psicológicos y sociales.

Como segundo punto entonces es necesario analizar el concepto de sexualidad. La sexualidad es el que engloba el comportamiento sexual. Tiene un carácter cultural puesto que se aprende y se conoce a partir de la comunidad. La RAE define la sexualidad como "conjunto de condiciones anatómicas y fisiológicas que caracterizan a cada sexo" y "apetito sexual, propensión al placer carnal"(RAE). Esta definición se centra principalmente en los aspectos biológicos y fisiológicos de la sexualidad. En el artículo educación de la expresión de la sexualidad humana la definen como

una dimensión de la personalidad impregnada desde la concepción por las mismas características biopsicosociales y espirituales de la persona. Nace y evoluciona con ella y se expresa en la relación de la persona consigo misma y en la convivencia con

las otras personas a través de los vínculos emocionales, del papel sexual, de la respuesta sexual, del erotismo y de la reproducción. (Carballo, 2002)

Según el artículo ciencia, sociedad y sexualidad es

un fenómeno pluridimensional que comprende aspectos biológicos, psicosociales, conductuales, clínicos, morales y culturales; ninguna dimensión de la sexualidad, tomada aisladamente, tiene validez universal. Las normas sociales que rigen la expresión de la sexualidad varían con el tiempo, la cultura y las circunstancias. Sin embargo, es conveniente aclarar que en la sexualidad no existen normas, sino formas diferentes de expresarla. (González, Rodríguez, Fajardo, Melián y Barbeito)

A partir de esto entonces podemos ir relacionando que la sexualidad se desarrolla y se aprende por diferentes factores y que es un universo que abarca características físicas y espirituales.

Ahora bien, entremos a analizar brevemente el concepto ya discutido de sexualidad consciente. En este caso traeremos a colación a Gerard Catelló Duran (2020), terapeuta sexual, con su artículo “como el sexo con alma me salvo la vida”. Para este autor la sexualidad consciente, o cómo la describe en el libro el “sexo sagrado”, es la forma en la que el ser humano es capaz de vivir su sexualidad sin apuros, que nace del cariño, el afecto y la confianza. Esta sexualidad, según Gerard, se intensifica a la medida en que nosotros empezamos a involucrarla o normalizarla en nuestra vida y experimentamos el sexo desde el descubrimiento personal. Para él una sexualidad consciente requiere de honestidad y continua comunicación puesto que de esta forma es que logrará ser una práctica liberadora.

En este mismo orden, Gerard (2020) hace énfasis también en que los órganos principales de la sexualidad no deben ser la mente o el enfoque total en los genitales (puesto que estos últimos llegan con el afán de querer llegar únicamente a un orgasmo apresurado) sino que el órgano principal para este descubrimiento es el cuerpo. En este sentido, Gerard

(2020) plantea tres métodos para llegar a la sexualidad consciente; respiración (la forma de conectar con uno mismo y desprender ataduras mentales y liberar el estrés). Lo describe como la recarga de energía, el movimiento (la forma de transmitir esa energía que, según este autor, se hace necesario llevarla al cuerpo para que todo el ejercicio anterior cobre sentido). Esta liberación puede hacerse a través de movimientos que inviten también a la respiración, (como el yoga) y el sonido (teniendo esta energía en el cuerpo debe expresarse a través de un sonido. Transmitir estas frecuencias genera que toda sensación sea más intensa).

Así podemos concluir que para este autor la sexualidad consciente se basa en escuchar y entender el cuerpo y apagar la mente puesto que para él “Quizás el cuerpo nos habla de lentitud, confianza y relax, más que de morbo, excitación por tensión o cazadora y cazador” (Castelló, 2020). En un sentido más poético narra que la sexualidad debe basarse en la siguiente frase “Que placer el roce del cuerpo, aunque más intenso es el roce del corazón... y, sin embargo, nada iguala en intensidad y placer al roce del alma” (Castelló, 2020).

Acordando ya estos conceptos pasamos a decir que la sexualidad consciente que se desarrollará en este proyecto concuerda con la definición global de sexualidad en cuanto que es un acto cultural personal y en comunidad pero también con los temas ya tratados sobre sexualidad consciente en donde se debe hacer énfasis en la forma en que se vive esta desde la confianza, el afecto y como se debe desarrollar una tranquilidad y escucha corporal, un aprendizaje crítico y personal. La sexualidad entonces no es solo el acto sexual (sexo) si no que es un aprendizaje consciente que se construye a partir de la cotidianidad y se desenvuelve en distintos aspectos de la vida, ya sea en una conversación, en una comida, en una decisión, (abordaremos esto con mayor profundidad más adelante). Entonces, siguiendo la narrativa que intentaremos desarrollar para la construcción de nuestra sexualidad consciente, pasaremos a hablar de nuestro primer concepto, primordial para la construcción y descubrimiento de la narrativa consciente sobre sexualidad: El erotismo:

Vivir conscientemente, de una manera más “encarnada”, y así, en un mundo bastante sensitivo, recuperar la sensibilidad; en un mundo erotizado e individual, más bien disfrutar de lo erótico y vivirlo como agapé solidario; y en un mundo globalizado donde las personas se mimetizan y se pierden entre el ruido y la imagen, recuperar la intimidad, la posibilidad de escucharse, de sentirse, de reconocerse como únicos y especiales, de vivir en comunión, “para que todos sean uno. (Sierra, 2009)

El erotismo, parafraseando a López Peralta (2013) en su libro “El erotismo infinito”, se refiere a una respuesta emocional y física que experimenta una persona en relación con la excitación sexual. El erotismo implica no sólo una conexión física, sino también una conexión emocional y psicológica. Esta respuesta puede ser causada por la estimulación directa o indirecta de los sentidos y puede manifestarse de diferentes formas, desde el coqueteo y la insinuación hasta la exploración sexual. El erotismo es una fuerza poderosa en la vida humana que puede inspirar la creatividad, la pasión y la conexión interpersonal, pero también puede dar lugar a conflictos y controversias.

En el erotismo deseamos perecer, ser continuos con el otro, fusionarnos con el amado, agredir la ferocidad de la discontinuidad esencial. Erotismo que se acerca a las fronteras distantes del amor, aproximándose tanto al objeto del erotismo como al objeto del amor, ambos igualmente evanescentes, a la manera de lo que ocurre con el objeto del deseo. (Sierra, 2009)

En este sentido nos acercamos al concepto como una palabra que requiere de la carnalidad, del cuerpo humano, dando nos cuenta que sin él, el erotismo no existe, “creo en el placer y en el erotismo, creo en la posibilidad de sentirme vivo” (Sierra, 2009). Así lo

expresa Bataille en su escrito sobre el erotismo, asociando a este con la muerte<sup>3</sup>, en relación a que es un concepto retador, consumidor, que se incorpora en la vida trazando la discontinuidad<sup>4</sup> de los seres humanos.

Según la RAE el erotismo es “Cualidad de ciertos hechos y situaciones que estimulan la sensualidad” que desde un sentido más intrínseco podemos relacionarlo por su origen, por la palabra eros, que citando a Ángela María Sierra, a través de su cita,

Entonces Eros acaba naciendo en nosotros con sus múltiples rostros, con sus danzas diversas, con sus vinos y tragos, con sus manjares y sacrificios. Erótico son los dedos en el piano queriendo sacar melodía, eróticas son las palabras que piden cariño, eróticas las formas de los cuerpos que invitan a encontrarse, eróticos la comida y la bebida que me invitan a pensar en los que no tienen. (Gebara, Ivone, 2001 como se citó en Sierra, 2009)

comprendemos que desde los aspectos más simples de la vida, vive y nace el sentido erótico (con esto vamos recordando cuando nos referimos a que la sexualidad se encuentra en lo más cotidiano).

Siguiendo esta línea, es necesario para este proyecto relacionar un concepto de erotismo que se destaque a partir del verbo, de la escritura, así como lo detalla la cita anterior,

---

<sup>3</sup> “Erotismo y muerte se convierten en las aristas de una misma figura, en la cual se debate el sujeto con sus emociones, sus pasiones y sus grandes temores frente a la finitud, con todo y lo fascinante que pueda parecerle.”(Bataille como se citó en Muldwarf, 1973)

<sup>4</sup> “Cada ser es distinto de todos los demás. Su nacimiento, su muerte y los acontecimientos de su vida pueden tener para los demás algún interés, pero solo él está interesado en todo eso. Sólo él nace. Sólo él muere. Entre un ser y otro hay un abismo, hay una discontinuidad” (Muldwarf, 1973 citando a Bataille, 1997, p. 16 – 17).

encontrando en lo más simple y cotidiano de la vida el erotismo intrínseco. Un erotismo que vive en el concepto de la vida carnal y el significado de la muerte. Un erotismo que nos vuelve discontinuos, únicos, en la sociedad. Un erotismo que nos permite salir de un mito unificado a un mito<sup>5</sup> personal desarrollado por nuestros deseos.

En síntesis, el erotismo es el impulso que nos lleva a la búsqueda del placer y la satisfacción sexual. Es una expresión de la sensualidad y la pasión que nos conecta con nuestra propia sexualidad y con la de los demás. El erotismo puede manifestarse en muchas formas, desde lo sutil y sugerente hasta lo explícito y desinhibido, y es una parte fundamental de la experiencia humana.

Para completar el análisis del concepto de erotismo buscaremos darle significado a uno de los términos que el presente trabajo encuentra indispensable para el análisis de una sexualidad consciente. Tomando el cuerpo como un centro erótico pasamos a la búsqueda de la estesis. Según Natalia Solano (2018) “la estesis es la forma de sentir el mundo a través del cuerpo” (Solano, 2018), en este sentido consideramos que la sexualidad, como fue explicada en el erotismo, tiene un instrumento principal que es el cuerpo y es por medio de la interacción y a través de su reconocimiento que llegaremos a complementar el concepto de sexualidad consciente y que aprenderemos a desarrollar una sexualidad personal puesto que la estesis permite: “aprender a través de ser consciente de que su cuerpo se afecta con lo que experimenta” (Solano, 2018).

---

<sup>5</sup> Y es por eso que para el Psicoanálisis en cada sujeto habita el mito, que posteriormente va a construir y permitir la interacción social, siendo ésta el lugar donde ocurre el establecimiento de lazos amorosos en el cual participan activamente las memorias o recuerdos mnémicos que el inconsciente atesora como la base de indagación puesta al servicio de elegir y encontrar su objeto de deseo, a través de manifestaciones sexuales, amorosas y eróticas.”(Muldworf, 1973)

La estesis entonces requiere de una exposición hacia la vida, de estar dispuesto a interactuar y sentir esa interacción de forma corporal. Dentro del texto de Natalia Solano se argumenta que “la acción, el movimiento, de la experiencia en el cuerpo, como uno de los componentes fundamentales de la percepción,” (Solano, 2018). En este sentido, pasar a través de la música por la percepción del individuo a través de un tempo lento como el reggae, con una letra clara y descriptiva, ayudará a que las obras fonográficas se sientan en el cuerpo.

La estesis requiere de “la sensibilidad” que en conciencia es uno de los actos más poderosos y centrales del desarrollo psicopedagógico, del trabajo corporal, del juego y de la vida misma, sin ella no podría haber medida del sentir, del dolor, de la falta o la ganancia, del otro y de la interacción con el otro, no habría introspección o aprendizaje, ya que, el termómetro más preciso de ese estar bien, es la manera en que la persona se siente. (Solano, 2018)

En conclusión, la estesis se vuelve un componente principal para el aprendizaje o en este caso para el desarrollo de un concepto de sexualidad puesto que permite a la persona estar en el mundo y percibir su entorno, aprendiendo de él y de las experiencias que lo rodean. ¿Y qué mejor herramienta para sensibilizar al cuerpo que la música?

Conozcamos ahora la relación y el concepto de placer y deseo que hace parte de la conexión que desarrollamos anteriormente del cuerpo, conocer que nos gusta y que deseamos. Desde un punto de vista fenomenológico, el deseo puede ser visto como un antecedente y el placer como un consecuente de ese deseo si se completa su intención. En este sentido aclaramos que para sentir placer es necesario conocer los objetos de deseo. ¿Y cómo sabemos el funcionamiento de ese deseo? Según Perucho Mejía (2017) en su artículo para la revista de Bellas Artes, cuerpo y música, un registro complejo de nuestro yo placentero, el deseo debe acompañarse de las imágenes, sin éstas el deseo no cobra vida. En cuanto a este deseo que nace de una imagen, aclara que esa imagen o pensamiento de

referencia es acompañada de un sentimiento erótico y que éstos están estrechamente relacionados. Esas imágenes en el deseo se vuelven tan potentes porque según este autor se hacen cuerpo a través del pensamiento y es por eso que están llenas de vida y rememoración. Es entonces cuando nos damos cuenta que la mente con el sentimiento erótico, da vida a la imagen y este conjunto de situaciones es lo que podemos conocer como deseo. En este sentido gráfico confirmamos que el deseo se recrea por una conexión corporal, algo vivido que da la sensación de querer rememorar o revivir la sensación, de sentir el placer o imaginar cómo se sentiría en ese momento. Ahora el placer, para este autor, “no puede esbozar la relación del gozo ni puede establecer la activación de señales necesarias para enviar los impulsos que participan en los propósitos del deseo” sin “una necesidad incorporada, encarnada, dotada de imaginación” (Mejía, 2017). El placer entonces, podemos decir que seduce e incorpora en el cuerpo el mecanismo de la sexualidad. Perucho también recalca que el cuerpo es un objeto de catexis “una cosa para gozarla”, “un instrumento de placer” (Cf. p.131. como se citó en Mejía, 2017), confirmando como lo vimos en el erotismo y en la estesis, como el instrumento principal de la sexualidad, para experimentar cualquier sensación o idea que ésta transmita, es el cuerpo. Por esto también el placer cobra vida a través del cuerpo, como parte de una sensación o meta, al abordar ese deseo que el individuo ya objetivo, a través de sus experiencias y vivencias. En síntesis es necesario que el individuo reconozca sus deseos, los haga imagen, para sentir verdaderamente un placer personal y no determinado por imaginarios colectivos que lo inhiben de sentir a su cuerpo como un centro de catexis.

En concordancia con el discurso consciente del cuerpo pasemos a conocer el concepto que permitirá adentrarnos en nuestra mente, entendiendo nuestros deseos y disgustos, placeres e inconformidades y también lo que nos permitirá estar en conexión con otra persona; la vulnerabilidad. “Nuestra voluntad de reconocer y conectar con nuestra

vulnerabilidad determina la fuerza de nuestro valor y la claridad de nuestro propósito”

(Brown, 2016)

La vulnerabilidad según Brené Brown es una cualidad que tenemos los seres humanos para sentirnos vivos. Sin la vulnerabilidad no sentiríamos amor profundo, felicidad, paz, tampoco sentiríamos tristeza o incertidumbre. Para Brené las personas que desarrollan la capacidad de ser vulnerables, sin miedo, que asumen su poder, las considera personas genuinas, personas llenas de valor para afrontar la vida. Brené defiende esta frase “Pensar menos. Sentir más” (Brené, 2016) puesto que la emoción va en concordancia con lo que tu cuerpo verdaderamente quiere decir, y esto permitirá que poco a poco construyas tu personalidad genuina y vulnerable. Vivir genuinamente supone implicarnos en nuestra vida con dignidad.

“Significa cultivar el coraje, la compasión y la conexión para que al levantarnos por la mañana pensemos: «No importa todo lo que voy a hacer hoy ni lo que quedará por hacer, “soy suficiente”». Significa acostarnos por la noche y pensar: «Sí, soy imperfecta y vulnerable y a veces tengo miedo, pero eso no cambia la verdad de que también soy valiente y digna de ser amada y de sentirme integrada».” (Brown, 2016).

Brené también aclara que hay ciertos mitos sobre la vulnerabilidad en los que no hay que caer, de ellos rescataré uno que me parece de mayor relevancia para el desarrollo del proyecto y este es el ser vulnerable o contar todo a cualquier persona. Para Brené (2016) la vulnerabilidad no se basa en entregar los sentimientos o pensamientos profundos a todos, hay ciertas personas que pueden enseñarte que no puedes confiar en ellas y por tanto debes protegerte y no invertir tanto en ellas. Pero, así como hay este tipo de personas también en su libro *El poder de ser vulnerable* defiende que cuando hay personas que respetan tus secretos, que te cuidan y son leales y sinceros debemos retribuirles y seguir invirtiendo en la relación sin descuidar el valor personal.

En este camino de vulnerabilidad que permite soltarnos de ataduras mentales y encontrarnos con nosotros mismos, con nuestras emociones, con nuestros miedos, y con el reconocimiento de nuestro valor, y con la previa introducción sobre el valor de las relaciones, Brené Brown nos habla de la conexión como un aspecto fundamental para vivir genuinamente. “La conexión es la razón por la que estamos aquí. Hemos sido diseñados para estar en contacto con otras personas; es lo que da propósito y sentido a nuestra vida, y sufrimos cuando carecemos de ese contacto.” (Brown, 2016)

Cuando hablamos de conexión intrínsecamente hablamos de otra persona de otro ser con el que sensorialmente puedes conectar. Desde una conexión humana entonces hablamos que “hace parte de la expresión de emociones que tiene cada miembro de la pareja, con este diálogo se puede concretar los temas que tiene relevancia para la pareja en este caso el desarrollo de la intimidad” (Quiroga, 2021). Acá ya pasamos a desarrollar un concepto de intimidad o vulnerabilidad que no depende únicamente de nosotros si no también de otro ser, de cómo nos permitimos tener confianza para mostrarnos y compartir a través de la comunicación nuestra intimidad.

La comunicación, según la psicóloga Leidy Quiroga (2021), es la que nos permite conocer al otro y que el otro nos conozca a través de la exposición de los límites y derechos de cada individuo como ser sexuado. El construir espacios en los que se permita manifestar, expresar y entender las necesidades del otro es lo que permite crear una relación sana y enriquecedora. “Cada individuo es el que decide para que desarrolle el acto sexual” (Quiroga, 2021) y no necesariamente se desarrolla a través de una pareja estable puesto que son necesidades humanas que puede complementar con cualquier ser humano que cumpla con los factores de una conexión sana.

Hernández (2014), como se citó en Quiroga (2021), por otro lado expresa que hay dos tipos de comunicación: una verbal (oral o escrita) y otra no verbal (por expresión corporal). Con ambas se debe trabajar para que la conexión sexual sea consciente y sana puesto que “se entrena en el terreno de la sexualidad, se aplican estos principios para transmitir qué se necesita en la intimidad, cuáles son las vías para lograrlo y así tratar de lograr el placer al máximo de forma sana” (Quiroga, 2021).

Profundizando más en la comunicación verbal y no verbal hablamos que a través de verbalizar podemos “disfrutar la sexualidad plenamente, es tu derecho” (Quiroga, 2021) y con la no verbal podemos tener un encuentro energético que va más allá de lo material, pasa a un área sensitiva. Así lo expresa cultura profética en su canción la complicidad “La complicidad es tanta que nuestras vibraciones se complementan”. Esta vibración o conexión que sentimos por otra persona que va más allá de lo terrenal es uno de los principales enfoques que este trabajo resaltaré en el momento de la composición.

Cabe destacar que la comunicación asertiva permite expresar los sentimientos y pensamientos que se tiene por la otra persona en variedad de situaciones que se viven especialmente en la vida de pareja; la cual se compone de sexualidad e intimidad de los individuos. Para esto es necesario saber comunicar lo que se desea y lo que no se desea en ella, lo que quiere decir que habrá, en la mayoría de relaciones que se quiera construir una relación sana, conversaciones incómodas.

Como último concepto para el desarrollo de una sexualidad consciente abordaremos la energía sexual. Este concepto poderoso también conocido como Kundalini o Libido es la expresión sensorial que tiene el individuo como ser sexuado. Para el psicoanálisis de Sigmund Freud “aquella fuerza y tendencia de perseguir algo que produjo placer en cuanto a

satisfacción originaria; un objeto concreto que relaciona el deseo con algo que tiende al placer”(Freud parafraseado por García, 2013). Por otro lado, para el yoga el Kundalini “representa la energía cósmica de la creación, que en la sabiduría india también se denomina Shakti o la manifestación femenina de dios. Este aspecto activo del ser divino provoca todas las manifestaciones de la creación.”(Shar&dom y Baginsky, 1989)

La energía sexual es una energía creativa puesto que “la creatividad está asociada a múltiples ámbitos de la persona y, de la misma manera que nuestro instinto musical puede inspirarnos para estimular la imaginación, la energía sexual puede abrirnos todo un universo de inventiva y creación” (Rodríguez, 2021, como se citó en Callejo, 2021). Por esta razón consideramos que la energía sexual se podría experimentar dentro del proceso creativo de la música.

Como resumen, entonces la energía sexual es aquella que crea y genera una sensación de poder para perseguir un objeto de placer, que hace parte de todos. Se siente, se puede expandir<sup>6</sup> y es necesario liberarla para sentir más allá del plano terrenal.

---

<sup>6</sup> En la unión sexual, el flujo energético a lo largo del canal principal, del Sushumna, se excita e intensifica fuertemente. El flujo energético del segundo chakra aumenta enormemente y, cuando no existen bloqueos en el sistema de chakras, éste sobrante de energía carga todos los demás chakras. Aquí la energía sexual, que representa una forma determinada de prana, se transforma en las frecuencias de los chakras restantes. A partir de los chakras, y a través de los nadis, irradia en el cuerpo físico y hacia el cuerpo energético, y los llena de fuerza vital multiplicada. En el clímax de esta unión se produce una violenta descarga mutua de energía a través de los siete chakras y una fusión en todos los planos, representados por los chakras. Ambos miembros de la pareja se sienten vivificados hasta lo más profundo de su ser y al mismo tiempo totalmente relajados; sienten una unión íntima y un amor que va más allá de la voluntad personal de poseer. (Shar&dom y Baginsky, 1989)

Definidos los conceptos que dibujan la guía para la construcción de una sexualidad en consciencia, pasamos a investigar la forma en la que los temas musicales cobran vida y se integrarán en un mismo significado. Pero antes de abordar el concepto desde el ámbito musical quiero que retrocedamos en el tiempo para analizar cómo a través del arte se abordó la sexualidad. Cuando hablamos de sexualidad en el arte hay un carácter inherente con el erotismo, “el erotismo se despliega en la sociedad; está transfigurado por la imaginación: rito, teatro, etcétera.” (Lugones y Quintana 1998). Según Lugones y Quintana (1998) estos artistas primitivos iban en función de “dador de vida” puesto que la obra “no era su belleza o su parecido con la realidad, sino su potencia mágica, su posesión de vida independiente y su influencia sobre el mundo circundante”(Lugones y Quintana 1998). La relación entonces que encontramos de la energía sexual con la creación comienza a cobrar sentido ahora con el arte también en relación a que ambos entonces comienzan a interactuar también bajo un mismo lenguaje (dar vida). Pero bueno sin desviarnos del objetivo de este párrafo, las primeras figuras artísticas que expresan sexualidad, según Lugones y Quintana (1998), es en la edad de piedra dónde este concepto se movía por el “interés por las apremiantes necesidades humanas y más en particular por la preservación de la vida. Todo el arte sexual de esta etapa era un arte mágico” (Lugones y Quinones, 1998). Encontramos que estos artistas, según Lugones y Quinones (1998), esculpían símbolos sexuales (que mayormente hacían referencia a órganos sexuales) que podían ser utilizados como amuletos o fetiches. Acá también se destacan unas mujeres que se esculpían de forma voluptuosa posiblemente para incentivar la fertilidad.

En los inicios de las civilizaciones griega y romana, según Lugone y Quintana (1998), el arte y el teatro incorporan la sexualidad. Se podían observar en algunos personajes desarrollados de la época excitación sexual desde el cuerpo masculino y sensualidad animal (cómo en fauno y fauna). Se esculpieron muchas ninfas y figuras de mujeres en distintos

espacios para complacer el deseo del hombre. En parte estas figuras también permitían la excitación de los poetas para su arte. Lugones y Quintana (1998) nos cuentan que el arte griego en el periodo helenístico se basó mucho en el arte erótico (sobre todo en el desarrollo artístico de la figura de mujeres). Estos autores también describen que en la era medieval la marginalización de la sexualidad llegó a su máximo esplendor, “En esta etapa los temas sexuales en raras ocasiones entraron al arte sin sanción cristiana y cuando tenían que mostrarse cuerpos desnudos, como en las escenas de la caída de Adán y Eva o de El Juicio Final, se esquematizaban para quitarles cualquier matiz de sexualidad” (Lugones y Quiñones, 1998). En el renacimiento se retoman imágenes de mujeres en su desnudez como lo es la Venus de Botticelli, la Venus de Giorgione, la Leda de Miguel Ángel, la Io de Correggio entre otras. El arte erótico perdió fama en la época del arte moderno y abstracto. Según estos autores, con el surgimiento del cine el arte erótico resurge en las pantallas. Podemos resumir que todo el arte erótico a través de la historia ha tenido una significativa connotación en la figura de la mujer y en su característica concebida como objeto de deseo. Lugones y Quiñones también reafirman esto en el aspecto musical “Una de las grandes figuras de la música de todos los tiempos”, *Federico Chopin*, tiene presente en toda su obra a la mujer. El gran compositor *Franz Liszt* se inspira en la campesina *Alfonsina Plessi*, así como en la otra figura femenina, la princesa rusa; serían ambas las creadoras de esas bellas páginas melódicas. La figura de *Clara Wieck* inspira la obra de *Schumann*, que no es capaz de triunfar hasta que logra su matrimonio. También en la obra de *Wagner* retrata en su *Isolda del Tristán*, a *Matilde Weessendock*. Más tarde, ya viudo, se casa con *Cosima Liszt*, la hija del gran compositor y de ahí nace *El Anillo de los Nibelungos*.” (Lugones y Quiñones, 1998).

En contraposición, en un arte más contemporáneo podemos encontrar mujeres (no muchas) que se alinean más al objetivo de este proyecto de grado como por ejemplo, la francesa Orlan que, a través del arte crítica el catolicismo por la concepción que éste tiene

sobre la sexualidad. “Orlan concibe su cuerpo como una obra, pues es un soporte que puede ser transformado a su antojo. Es así como propone un “Arte Carnal” que, a modo de autorretrato, usa la tecnología y los descubrimientos científicos para su realización” (Ramos, 2018). Si pasamos al aspecto musical podemos encontrar exponentes como Bjork que retratan la sexualidad desde un arte erótico, permitiendo a través de la música y su concepto visual la concepción de sexualidad desde un punto espiritual y carnal (como se ve en *arisen my senses*, *mouth mantra*, *all is full of love*, *venus as a boy*, entre otras varias).

Ahora bien, se debe encontrar un género idóneo que permita reflejar el mensaje consciente de la sexualidad desde su groove, su historia y su percepción en la sociedad. Con esta idea llegamos al reggae. Según Mauricio Osorio y Sergio Santana es un género musical originado en Jamaica por el ghetto jamaicano en los años 60. Es un género que desde su inicio habla sobre temas rebeldes, temas conflictivos para la sociedad. Según Andrea Davis (2016) en entrevista con Catherine Jewel (2016), el reggae se caracteriza por su ritmo, que se asemeja al latido del corazón, y por sus letras, que hablan de amor, redención y una vida natural. El blog bilingual (2023) declara que el reggae se ha dado a conocer en todo el mundo gracias a artistas como Bob Marley y Peter Tosh. También bilingual (2023) comenta que el reggae se ha convertido en un símbolo de la cultura rastafari, que promueve la igualdad social y la paz. Por otro lado, en 2018, el reggae fue declarado Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO.

Cultura Profética es una banda de reggae de Puerto Rico que se ha destacado por su estilo musical y sus letras, que abordan temas sociales y políticos. La banda ha sido influenciada por el reggae jamaicano y ha logrado consolidarse como una de las bandas más importantes del reggae latinoamericano. En su álbum "La Dulzura", Cultura Profética aborda directamente el tema de la sexualidad consciente en canciones como "La Complicidad" y "La Espera". Estas canciones exploran la idea de perder el control y entregarse al placer, tanto en

el contexto de la intimidad sexual como en otras áreas de la vida. Según el líder de la banda, en su entrevista con el programa France 24 Español, Willy Rodríguez (2022), "tener la capacidad de perder el control es fundamental para experimentar una sexualidad consciente. Siempre estamos controlando todo, simplemente estamos controlando nuestra energía. Y si no se es orgásmico en otras cosas, no se es orgásmico en el Sexo". En esta misma entrevista uno de los integrantes del grupo comparte un factor importante de enfoque para la composición de sus canciones, "hay que aprender a desaprender" intensificando las razones por las cuales el reggae es uno de los géneros ideales para un aprendizaje de temas tabúes. El reggae moderno, representado por bandas como Cultura Profética, ha llevado la sexualidad consciente a un nuevo nivel, utilizando la música y las letras para desafiar las normas sociales y promover la liberación sexual. A través de su música, Cultura Profética y otros artistas de reggae moderno han logrado crear un espacio seguro y acogedor para que las personas exploren su sexualidad de una manera consciente y empoderada.

El reggae es un género musical que se presta para hablar sobre temas sociales y políticos, temas "rebeldes". El reggae ha sido utilizado como una herramienta para promover la igualdad social y la paz, y también puede ser utilizado para hablar sobre la importancia de la sexualidad consciente y responsable. En resumen, el reggae es un género musical que se presta para hablar sobre temas sociales y políticos, así como para abordar la sexualidad consciente de una manera positiva y constructiva.

### **Metodología**

Para realizar este proyecto dividimos el proceso en las siguientes etapas, una de investigación y otra de desarrollo del fonograma.

## **Etapa de investigación:**

### Primer acercamiento:

Desglosar el concepto de sexualidad consciente que se identificó a partir de artículos que permitieron encontrar que era para nosotros una sexualidad consciente. Dentro de estas investigaciones encontramos que la estesis es uno de los principales conceptos para el desarrollo de una sexualidad puesto que es la que permite aprender a través del cuerpo según resaltamos anteriormente con ayuda de la psicóloga Natalia Solano. Cuando entendemos entonces la metodología de aprendizaje del cuerpo a través de la estesis también comprendemos que este aprendizaje corporal de la sexualidad va acompañado del componente erótico de todo este concepto que se impregna y desenvuelve en la sexualidad. Como anteriormente lo desarrolló Ángela María Sierra, este concepto se identifica con la sensualidad física y corporal y puede expresarse de manera poética y explícita recreando la sensación erótica en los oyentes que sentirán y percibirán la música a través del cuerpo (estesis) reconociendo el concepto de sexualidad que construimos en el marco teórico. Entonces, a partir de estos dos conceptos surge la segunda etapa de investigación para el proyecto.

### Segundo acercamiento:

Con este primer acercamiento entonces desglosamos algunos conceptos a partir de artículos, revistas y libros que forjan el autoconocimiento corporal y físico; vulnerabilidad, placer, deseo, energía sexual y conexión. Estos conceptos son los que logramos identificar, puesto que permiten hacer conciencia de una sexualidad crítica, ya que al reconocer cómo manejo mis emociones, al conocer mis gustos y cómo a partir de éstas dos, nos podemos desenvolver en una energía sexual y por tanto en una relación de pareja, surge una sexualidad

única y diferenciada en cada ser humano. La guía planteada en este marco conceptual termina siendo una línea de aprendizaje para que la sexualidad se pueda desarrollar desde la individualidad.

Tercer acercamiento; musical:

Estableciendo las metas claras de indagación sobre los conceptos a tratar y sobre la base en la identificación de una esencia consciente entonces pasamos a identificar el género musical idóneo para el desarrollo del camino fonográfico a seguir. En este sentido, iniciamos a escuchar reggae puesto que había un conocimiento previo de cómo esta música tenía el acercamiento a la sexualidad desde un punto de vista no tan comercial (ejemplo claro de esto; Cultura Profética). El reggae entonces a través de exponentes como Bob Marley, Rawayana, Cultura Profética, entre otros, demostró ser un género musical con composiciones conscientes y música que incita a la relajación y al amor. Por otra parte, como se mencionó en el marco teórico, desde sus inicios tuvo una influencia revolucionaria por hablar de temas tabúes. Se escogieron como canciones guías entonces solo un eco, un deseo y complicidad. Se escucharon también artistas como hiatus kaiyote para temas melódicos y armónicos y a Yebba para temas melódicos.

### **Pre-producción:**

A partir de esta primera escucha y la investigación desarrollada sobre la sexualidad consciente, abordaremos los temas principales destacados en el proceso de composición para realizar una guía auditiva.

Composición por temas:

### Vulnerabilidad

En la composición de este tema se le pidió a Daniela Arbelaez, psicóloga de la universidad San Buenaventura, realizar un poema con el significado de vulnerabilidad. Se le explicó que este primer encuentro musical debía ser un autoconocimiento hacia miedos, inseguridades, traumas, etc. y que dentro de este se debía tener claro cómo abordar la vulnerabilidad de forma sana según lo conceptualizado. Trayendo a colación a Brené Brown se le comunicó que el ser vulnerable es una cualidad que permite tener seres humanos genuinos. El coraje y la valentía de sentir es lo que nos permite ser humanos y aceptarnos para mantenernos en salud emocional. En este sentido Daniela escribió lo siguiente:

*Déjame acercarme, solo un poco*

*Te prometo que no pasaré tus límites*

*Te prometo no abusar*

*En ti encontré esa risa de niña tierna*

*Esos ojos gigantes llenos de luz y preguntas*

*Pero también, hay una mujer que no brilla tan constante pero lucha  
por florecer*

*Piensa y verás,*

*Cómo el miedo de verte me paraliza lentamente*

*Encontrarte de frente es la justificación de la imaginación para  
afrontar el que no quiera verte*

*Conmigo choqué de frente, y será imposible parar*

*Tendré que aceptar lo que veo acá*

*Abrazaré todo aquello que viaja dentro de mi y me habla de ti*

*Resisto a verlo, pero me sentaría a buscar ese lugar donde mi voz se  
junta con la suya*

*Déjame acercarme, solo un poco*

*Te prometo que no pasaré tus límites*

*Te prometo no abusar (Arbelaez, 2023)*

Seguido a este paso, se organizaron sesiones con el guitarrista, compositor y productor, Juan Daniel Montenegro que, al comentarle sobre el recorrido, la intención de la canción y mostrarle la canción rimas para seducir de Cultura Profética como inspiración armónica, sugirió una serie de acordes con la que empezamos a improvisar hasta encontrar la estructura de lo que sería vulnerabilidad. Esta metodología de improvisar se tomó en cuenta por que es necesario para nosotros en este trabajo resaltar la conexión humana desde la expresión musical y cómo este lenguaje si se maneja en libertad puede generar una energía creadora, pero abordaremos este punto más adelante. Entonces la melodía fluyó, los acordes fluyeron, se destacó la conexión desde la sensación de vulnerabilidad y en cuestión de dos sesiones en donde se mantuvo la improvisación, en una nota de audio, surgió vulnerable. A partir de esta estructura, el poema se comenzó a trabajar y se modificaron algunas palabras o frases que permitían buscar más el significado de vulnerabilidad y seguir el ritmo por frase conservando las rimas. Este fue el resultado:

*Quiero verte, déjame cuidarte*

*Descifrar tus barreras*

*No abusar en tu esfera*

La canción tiene la intención de una conversación personal, como si una persona se mirara al espejo y hablara de esa vulnerabilidad que está sintiendo. En este sentido esta

primera frase es la invitación a ver la vulnerabilidad interior a percibir las emociones y dejarlas entrar, encontrarnos con nosotros mismos como dice Brené Brown.

*En ti encontré, risas tiernas*

*Las preguntas te aquejan*

*Pero luchas por florecer*

*Piensa y verás*

*Que no puedes más*

*¿Qué quieres buscar?*

*No puedes escapar del dolor*

*Puedo abrazarte La voz,*

*respaldar tu emoción.*

En este párrafo se buscaba resaltar como no hay forma de luchar o de escapar de ser quien eres, de tus emociones o sentimientos puesto como nos lo dijo Brené, es lo que nos hace humanos. El párrafo hace la invitación a aceptar esas molestias emocionales puesto que no son algo malo y éstas deben ser aceptadas y recibidas con amor para no traicionarse como nos nombró Brené, ser leales a esa expresión que con tanto esfuerzo se libera.

*Te quería cambiar*

*No podía aceptar*

*La verdad tu verdad*

*Quiero descubrir*

*Lo que hay en ti*

*Mirarte y respirar*

*Amarte de verdad*

En este párrafo traemos a colación como en ocasiones los seres humanos podemos no aceptarnos como somos; cómo sentimos, cómo expresamos, cómo nos enfrentamos a situaciones difíciles, e intentamos transformarnos o distraernos para ignorar nuestra esencia. Entonces se habla acá de poder escuchar lo que sentimos, escuchar nuestra verdad mirarnos, aceptarnos y amarnos para llegar a la construcción, como hemos estado hablando, de personas genuinas.

*Genuinamente brillarás*

*Re-vivirás tu verdad*

*Grita si quieres gritar*

*Lucha por tu libertad*

*Tu paz*

*Quiero ser*

*Ya veo mi piel*

*Estoy entera*

*Y no soy perfecta*

*Escucho mi voz*

*Respeto mi intuición*

*Quiero Contemplar*

*Lo que es amar*

Este último párrafo es ya después del mensaje un poco en sentido catártico, llegar a reconocermme y aceptarme, a verme y saber que ningún ser humano sabe como sentir o cómo actuar perfectamente, trayendo a colación a Brené repetimos este párrafo que lo expresa muy claramente «No importa todo lo que voy a hacer hoy ni lo que quedará por hacer, “soy suficiente”». Significa acostarnos por la noche y pensar: «Sí, soy imperfecta y vulnerable y a veces tengo miedo, pero eso no cambia la verdad de que también soy valiente y digna de ser amada y de sentirme integrada».” (Brown, 2016). Así termina nuestro primer recorrido musical hacia la búsqueda de una sexualidad personal y consciente.

### Placer y deseo

La composición del tema número dos se comenzó a trabajar con una lista de gustos, disgustos y formas de placer individuales. Esto se trató así puesto que Perucho nos habló en su texto que era necesario que el deseo se acompañe de imágenes que cobran cuerpo en el pensamiento. Era necesario, como hablamos en nuestro marco teórico, recordar esos deseos para traer las sensaciones y emociones que nos produce. A partir de esta lista llena de vida, se trabajó la composición en colaboración con el cantante, pianista y compositor Santiago Patiño. Para la composición de la letra se utilizó la lista previamente hecha y el juego de comparar un gusto personal (tomar vino, caminar descalza) y un gusto necesario para el placer de la sexualidad individual. Esto fue así porque pensar en esos deseos permite que cobren vida a través del placer cuando se realiza el acto o está la posibilidad. El reconocer eso que nos gusta y deseamos, ya sea en cosas externas al sexo, nos permite entonces sentir placer en el momento de realizar la acción. Así la canción se fue construyendo en dos sesiones donde se mantuvo la premisa de disfrutar el momento y conectar con nuestros gustos sin apresurar.

*Me atrevo a desear  
Que sea un arte para explorar*

*Reconociendo quién soy yo*

Con lo siguiente la intención es retar al oyente a explorar eso que le gusta, que comience a pensar y a disfrutar y ser un poco más conscientes de lo que su cuerpo le pide para comenzar a reconocerse. Que sea un arte para explorar, que sea algo divertido y de cierta forma erótico puesto que es el placer, como dice Perucho, es el que seduce e incorpora en nosotros la sexualidad.

*Disfruto mi café  
Los dedos suaves sobre mi piel  
Voy descubriendo mi placer*

Acá se van generando las imágenes deseadas que hablamos de las cuales se va construyendo el sentido del placer. Por esto terminamos con la frase descubriendo mi placer, descubriendo a través de los deseos con que cosas me generan placer.

*Quiero ser cómo el susurro de un atardecer  
Besarme con mis brazos y encontrar  
Los secretos de quererme*

*Y despertar la sensibilidad al caminar  
sentir hasta mis huellas y pensar  
en los aromas de mi libertad.*

Acá seguimos recreando imágenes, seguimos proyectando esos deseos para ir descubriendo e incorporando el sentido de sexualidad.

*mm  
con un sorbito e vino  
me desnudo con cariño  
Acariciar mi cuerpo lento  
y sola  
Paseo en mis almohadas  
calentando las ganas  
de sentirme viva con mí placer*

*Quiero ser cómo el susurro de un atardecer  
Besarme con mis brazos y encontrar*

*Los secretos de quererme*

*Y despertar la sensibilidad al caminar  
sentir hasta mis huellas y pensar  
en los aromas de mi libertad.*

*Y aquí estoy buscando en mí  
-Lo que quiero conocer  
Y aquí estoy para sentir  
- los anhelos de mi piel  
Y aquí estoy buscando en mí  
-Mi más íntimo placer  
Y aquí estoy para sentir  
-el amor de conocerme*

En esta última sección recalamos la importancia de buscar y encontrar esos objetos de deseo para comenzar a conocernos y saber nuestros placeres. La invitación entonces en esta canción es explorar y reconocer para poder disfrutarlos en su máximo esplendor a través de la sexualidad y es por esto que el recorrido continúa con energía sexual.

Energía sexual

Para este proceso de composición se requería compartir con otra mujer blanca hetero sexual que comprendiera el sentido musical de lo que significa el poder creativo como lo es la energía sexual. En este sentido invitamos a participar de la composición a la cantante y productora musical Alison Zuluaga con el fin de interactuar a través del concepto de energía sexual. A Alison se le mostró la investigación previamente hecha y a partir de este inicio programamos las reuniones creativas. La premisa del concepto entonces surgió con el fin de sentir o perseguir ese placer de una forma personal, como se menciona en el psicoanálisis de Freud, la energía sexual es la fuerza que permite perseguir ese placer. También se le mencionó que para el Kundalini es una energía femenina creadora y que por esta razón se debía resaltar en la música como algo poderoso creado por mujeres que disfrutaban de su sexualidad. Se reservó un salón y se empezaron a soltar ideas melódicas a partir de unos

acordes. Para esta creación de acordes y melodías traje a colación a Rodríguez que es citado por Callejo explicando que la energía sexual al igual que la música es un universo de inventiva y creación, tiene una relación muy estrecha con el arte puesto que ambos manejan el concepto creativo. Poco a poco fue fluyendo la estructura y surgieron algunas palabras en ese primer encuentro. Después de esto en concordancia con la investigación del marco conceptual el escrito surgió de la siguiente forma:

*Voy recorriendo mi sensualidad  
Y en esta tempestad  
Cada poro de mi cuerpo pide libertad*

En este párrafo ya estamos hablando de que el oyente ya está en el punto de empezar el disfrute o goce personal puesto que ya reconoce quién es y cuáles son sus deseos entonces pasa a darle energía y poder a esos placeres. Se intensifica la tensión y pasamos a explorar como lo hablamos en el marco conceptual como el erotismo se interpone en las palabras del verso y recrea la sensación excitante en “en esta tempestad” (en esta tensión sexual) “cada poro de mi cuerpo pide libertad” (liberar esa energía conservada y construida a través del placer).

*Voy destilando toda esta sensación  
Que crece en mi interior  
Complaciendo lento cada rincón*

Esta última oración “complaciendo lento cada rincón” es reconocer que aunque es muy intensa esta energía creadora que quiere ser liberada a través del placer es necesario también respirarla puesto que también al ser una energía que el kundalini reconoce como divina debe ser tomada con calma y de una forma espiritual. Complacerme escuchando y respetando mi cuerpo, reconociendo lo que aprendí a través de la estesis y reconocí con la introspectiva de mi vulnerabilidad y mis deseos.

*Despierta mi cuerpo  
Recoge mi energía*

*Suelta sus miedos  
Por que de adentro adentro quiero expresar  
En soledad yo puedo disfrutar*

*Caricias, respiran  
Se multiplican  
Sus voces me gritan  
Relájate vamos a disfrutar*

Al ser una energía creadora y como toda energía es transformadora si nos permitimos sentirla entonces nos ayudará a soltar los tabúes sexuales tan impregnados en la sociedad y está es la intención de estos dos párrafos, comenzar a soltar culpas y miedos impregnados y disfrutar de la belleza que trae intrínseca el sentir la energía creadora que nos permite disfrutar al máximo de nuestra sexualidad. Comenzamos entonces a hablar de como el disfrute personal puede llegar a ser tan intenso en el acto sexual, como si lo compartiéramos con otro ser humano, mis caricias van respirando y se van multiplicando a medida que voy intensificando mis ganas de sentir el placer, poco a poco sentir las voces que gritan para exclamar a través del orgasmo lo que la energía sexual estaba conservando. Volvemos acá a recrear imágenes eróticas que permiten entonces al oyente percibir el deseo.

*Ahh ahh ah ah  
Con mi voz  
mi corazón  
celebro yo  
Grito mi amor  
Siento mi voz y fluye mi pasión*

*Busco la suavidad de complacer mi piel  
Delirando por saber  
Los rincones más intensos que tengo por conocer*

*Recibo el aire de crear pasión  
Crear con mi voz  
Crear con mi cuerpo una excitante composición.*

En este párrafo resaltamos que la energía sexual es una energía creadora que tiene una estrecha relación con el arte puesto que, como lo dice Rodríguez, interactúan en un mismo universo. Entonces comenzamos a nombrar como a través de la voz, en este caso el canto, puedo crear y cómo entonces también a través del cuerpo, experimentó y creó, formas de recibir y dar placer o en este caso de darnos placer con el cuerpo. Pasamos a darle protagonismo, como lo nombramos en el marco conceptual, al cuerpo puesto que es este el instrumento principal de la sexualidad y debe tener la importancia para poder gozarla al máximo (pensar menos, sentir más).

*Despierta mi cuerpo  
Recoge mi energía  
Suelta sus miedos  
Por que de adentro adentro quiero expresar  
En soledad yo puedo disfrutar*

*Caricias, palpitan  
Se multiplican  
Sus voces me gritan  
Entrégame toda tu intensidad  
Relájate, vamos a disfrutar*

### Conexión

Esta composición comenzó con una referencia previa de complicidad de Cultura Profética, puesto que esta referencia toca el concepto que hemos desarrollado previamente sobre este tema. En este sentido se realizó una sesión de composición con Juan Daniel Montenegro, que ya hemos nombrado, en la cual propuso primeramente unos acordes que permitían la sensación de sensualidad y energía. Encima de estos acordes se realizaron una melodía y a partir de esta introducción comenzamos a improvisar y construir la melodía y armonía de conexión. Esta forma de composición se realizó debido a que queríamos que la conexión entre dos músicos fluyera de manera natural y no se forzara ningún proceso puesto

que, como se habló previamente, la conexión se genera a partir de una comunicación verbal y no verbal que va muy de la mano con el proceso de improvisación. Después de esta primera sesión se hizo una reunión junto con Juan David Martínez con el cual la idea era generar un espacio donde la conexión fluyera en pareja y poder hacer una lista de lo que significa una conexión entre una pareja que establece una relación heterosexual monogama. En esta sesión se realizó una lista de las emociones que sentía cada individuo en la relación y como cada uno sentía la conexión con el otro. Este método tenía el fin de comunicar la percepción de cada individuo dentro de la relación para desarrollar la intimidad en pareja de las que nos mencionó Quiroga. En esta lista resaltó una conexión sensorial que en ocasiones no puede tener una descripción clara pero son sensaciones que se pueden sentir en un beso, en un abrazo o en un detalle o acción que realiza la pareja por el otro. Trayendo nuevamente la frase de Cultura Profética “La complicidad es tanta que nuestras vibraciones se complementan” comenzamos a construir y a conectar con el significado planteado de conexión. De igual forma resaltaron palabras de la importancia de la escucha y de hablar sobre las vulnerabilidades de cada individuo (miedos, inseguridades, traumas etc.). Trayendo a colación una frase del marco conceptual donde decíamos que el construir espacios en los que se permita manifestar, expresar y entender las necesidades del otro es lo que permite crear una relación sana y enriquecedora. “Cada individuo es el que decide para que desarrolle el acto sexual” (Quiroga, 2021), justificamos entonces nuestra metodología. De estas principales, entonces, fueron surgiendo las palabras que darían vida a la canción. La composición entonces quedó de la siguiente manera.

*Tus ojos me ven  
y las miradas no se escapan  
se sumergen en mi desnudez*

Acá hacemos énfasis en una conexión energética no verbal de la cual también como hemos hablado se siente la conexión de pareja.

*Comienza el baile entre las manos  
calentando fuerte mi corazón*

Retomamos de la lista esas acciones afectivas que sensibilizan el cuerpo a través de una energía que en ocasiones no es posible manifestar con palabras.

*Las lenguas desprenden el encanto  
Va ascendiendo la conexión*

Acá hacemos referencia a cómo vamos comunicándonos de una manera sensual (trayendo el concepto de erotismo en “las lenguas desprenden el encanto” del cual haría parte importante de nuestras composiciones) fluida, escuchando y recibiendo lo que el otro me quiere ofrecer para que la conexión se eleve.

*Rebobinemos vamos lento  
Escucha el sentimiento.*

Nos referimos a que no hay afán por llegar a un acto sexual sino que poco a poco va a ir surgiendo la conexión y con paciencia podemos comprender nuestros sentimientos e ir acercándonos a ese otro desde la libertad para en algún punto confiar y llegar a un acto sexual.

*Descubramonos con precisión*

*Que quisieras construir  
No tengo miedo a explorar  
yo nací para vivir  
Con amor, podemos caminar*

En este verso del coro quería expresar la idea de estar abiertos a escuchar, analizar y saber eso que quisiéramos en una relación entre individuos. Cada parte debe ser escuchada y reconocida desde sus límites y capacidades físicas y emocionales. Al final hacemos énfasis en que a través del amor podemos permitir que esta construcción surja de manera positiva.

*Ven acércate a mí  
tu mente quiero acariciar  
No tengo miedo a sentir  
Con los cuerpos vamos a bailar*

Tu mente quiero acariciar, se refiere a esa intriga por conocer al otro y respetar esa intimidad y vulnerabilidad para llegar al punto de confianza y que el otro no se sienta traicionado en algún momento (de lo que hablamos cuando desarrollamos el concepto de vulnerabilidad, permitir la genialidad del otro para no traicionarlo porque perderás su confianza).

*Que quiere que quieres  
Qué deseas, qué es lo que más te dá placer  
Lo que tu mente recrea  
Para saborear el lujo de tu piel*

Escuchar las necesidades del otro y las propias para poder complacerlo.

*Háblame háblame  
para encontrar la confianza  
Bésame, revuélcame  
Nuestro erotismo recarga*

*Mi cuerpo es un laberinto infinito  
por descubrir  
tu cuerpo entero y el mío decidieron invertir*

*Que quisieras construir  
No tengo miedo a explorar  
yo nací para vivir  
Con amor, podemos caminar*

*Ven acércate a mí  
tu mente quiero acariciar  
No tengo miedo a sentir  
Con los cuerpos vamos a bailar*

Para finalizar la composición se le pidió a Danilo Erazo realizar un poema con el tema conexión, con la intención de estar hablando a otra persona, de forma personal e íntima. Surgió lo siguiente:

*Mientras te recorro, escribo los versos de nuestra topografía.*

*El calor de tus nudillos sobre mi piel une los puntos,*

*somos dos, somos uno.*

*Las torsiones y la fuerza de tu cuerpo*

*sobre las extensiones y suavidad del mío*

*dibujan las ondas de nuestro deseo.*

*Me entrego a los fonemas que pronunciaremos*

*mientras seamos cuerpo contra cuerpo. (Erazo, 2023).*

Arreglos musicales:

Los arreglos musicales para estos temas se fueron construyendo a partir de algunas referencias puesto que en este punto decidimos trabajar en colaboración con algunos músicos

Vulnerabilidad

Para los arreglos de vulnerabilidad utilizamos la referencia de Molases de Hiatus Kaiyote y para esto solicité la ayuda y colaboración de Diego Palacios, productor musical. En una sesión de 5 horas teníamos una maqueta completa. Se mantuvo para este arreglo la sensación de amor y transparencia a través de la tranquilidad de su pequeña intro, primera y segunda estrofa. En la sección que continúa entra el bajo, la batería con el groove de reggae acompañado de un Rhodes haciendo acompañamiento rítmico melódico y vientos. Luego sigue un re-intro que mantiene la dinámica de la sección anterior. En la estrofa siguiente volvemos al primer ambiente tranquilo para retomar en la siguiente sección el groove de reggae. A

través de esta sección con ayuda de los vientos, el piano y la batería vamos aumentando la intensidad para llegar a un supuesto clímax que desemboca en un interludio. Este interludio, debido a la progresión armónica (Dmaj7, Gm6, C#m7, Cm, C#m7, Cm, Dm, Gm6) y los acordes fuera de la tonalidad (resaltados en la progresión anterior), se siente como si nos hubiéramos transportado a otro territorio un poco desconocido. Esta decisión se toma debido a que se quiere vivificar la emoción de confusión y lucha por aceptar las emociones e imperfecciones. El groove de esta sección se tomó la decisión de que fuera afro con el fin de que se lograra una sonoridad natural pero a la vez extraña. Esta resolución que se escucha en la sección final de la canción, que suena muy parecida a la atmósfera musical de la estrofa N1, se arregló con fin de acompañar musicalmente el resultado de aceptación de la vulnerabilidad del último párrafo. Los instrumentos utilizados fueron, bajo, batería, conga y bongó, percusión menor (palo de lluvia) un rodes haciendo melodía y armonía, guitarras rítmicas y melódicas, cuerda americana, un synth ambiental que acompaña la atmósfera tranquila de los versos y un synth de vibráfono que apoya las melodías.

### Placer y deseo

Los arreglos de este fonograma se realizaron en colaboración con el productor, guitarrista, arreglista y compositor Santiago Guerrero. Para este fonograma tuvimos como referencia Para mí de Cultura Profética. De esta forma se compartió la composición con guitarra y voz a Santiago Guerrero y él construyó una canción pop reggae donde destacaron, en el momento como maqueta, las guitarras eléctricas. La sonoridad no termina siendo totalmente reggae y su groove (es una sensación musical generada por los instrumentos base (rítmicos) de una canción) puede ser un poco más swing<sup>7</sup> (es un feeling, no hay un consenso

---

<sup>7</sup> Puede parecer incorrecto pensar en una cualidad sensual e inefable como el *swing* en términos tan secamente matemáticos. Ciertamente, hay más en el swing que la simple sincronización de los inicios de las notas o los

universal teórico pero se refiere a alargar un poco más la primera corchea pensándola casi como un tresillo y la segunda corchea más corta. Esto da la sensación de que se realenta el Groove). Esta característica swing comienza a reflejar la sensualidad a la que tratamos de aludir para caracterizar el ambiente de los fonogramas. Esta primera canción conserva intimidad y amor debido a su progresión armónica y a que no tiene mucho movimiento de ambientes como la canción anterior, se mantiene constante y plana armónica e instrumentalmente. Los instrumentos utilizados fueron bajo, batería, percusión (conga, bongos), percusión menor (campana, jam block, shekere, agogó y palmas) piano melódico armónico, órgano en función de la armonía, guitarras eléctricas; rítmicas armónicas y melódicas, cuerda americana y synths.

### Energía sexual

Esté arreglo comenzó con la premisa de que debía ser un entorno de disfrute sensual, totalmente erótico. Esta premisa se la compartí al arreglista, trombonista y productor Camilo Reyes, con el fin de que lograra plasmar la energía sexual en un entorno musical en donde los instrumentos debían sentirse libres y sensuales, como lo estaba haciendo la voz en el coro. Los vientos estuvieron con poco movimiento en esta canción y el swing surgió de manera más evidente puesto que es una canción que requería de más sensualidad. La percusión se planteó entre versos que el bongó hiciera repiques, puesto que nos pareció que tenía una sonoridad más sensual para esta parte y ya en los coros abrir a conga y bongo. Fué necesario también en este tema de buscar la sensualidad, añadir percusión menor que complementara el ambiente como; palo de lluvia, quijada de burro, shekere y shaker. El piano se planteó más

---

golpes de batería. Depende también de la duración de las notas o golpes, de su volumen y de su articulación. Sin embargo, es fascinante comprobar cómo el simple hecho de cambiar la sincronización de cada inicio de nota en pequeñas cantidades tiene un efecto tan profundo en cómo sentimos la música (Hein, 2021).

como acompañamiento melódico armónico, el órgano rítmico y pads con synth. Las guitarras se pusieron como pads realizando unas con distorsión que dieran fuerza al coro (power cords) y también unas con una sonoridad de calma. Los vientos al final toman protagonismo y surgen con un sueño emotivo, acompañando al saxo que se desenvuelve en un solo que representa totalmente el poder creativo y hace alusión a la energía sexual que se mueve en esta misma intención.

### Conexión

En esta canción Camilo Reyes también realizó los arreglos. Se le pidió que fueran por la misma intención de la canción anterior. A través de esto, entonces el arreglo quedó de igual forma, un reggae más swing y en el primer pre coro se transforma a un groove jazz, para ya desembocar en el coro otra vez en el reggae swing. En el último coro retomamos una atmósfera distinta para generar el ambiente del poema. Los vientos se quedan haciendo pregones hasta el final acompañando el poema. La instrumentación quedó de la siguiente forma, bajo, batería y guitarra rítmica como groove principal, piano, guitarra pads, synth y un órgano como armonía, cuerda americana, guitarra eléctrica melódica, coros y voz lead cómo leads de la canción.

### Producción

#### Grabación instrumental

Para los tres temas utilizamos los estudios de la universidad Icesi con el fin de conseguir un resultado de alta calidad. En este sentido fue necesario hacer reservas de los espacios y gestionar la disponibilidad de éstos y de los músicos seleccionados para la grabación. De esta forma grabamos instrumentos así.

## Batería y percu

Utilizamos los preamps de la consola Api 2448 del estudio A de la Universidad Icesi. Estos se grabaron en bloque uno en el live room del estudio y otro en el Isobooth del A. A los micros del kick in, redo top y redo bottom se les puso distressor. Las técnicas estereo utilizadas para la grabación de batería fueron; Blumlein con AMB L y R y un royer más entre estos dos como un AMB central (AMB C en la tabla). Una técnica AB para los OH. La asistencia y dirección de está grabación estuvo a cargo de Germán Rodriguez y Santiago Guerrero. Los músicos involucrados fueron Santiago Torres en la percusión y Alejandro Gamboa en la batería.

#	INSTRUMENTO	MIC	PRE	PANEL
1	K IN	Beta 52	API # 1	
2	KICK OUT	U 47	API # 2	
3	SN T	SM 57 (#1)	API # 3	
4	SN ARO	SM 81	API # 4	
5	SN B	SM 57 (#2)	API # 5	
6	HH	SM 81	API # 6	
7	T1	MD 421 (#1)	API # 7	
8	T2	MD 421 (#2)	API # 8	
9	T3	D112 (#1)	API # 9	
10	OH L	MANLEY REF CARD (#1)	API # 11	-
11	OH R	MANLEY REF CARD (#2)	API # 12	
12	AMB C	ROYER LABS r121 (#3)		
13	AMB L	ROYER LABS r121 (#1)	API # 13	
14	AMB R	ROYER LABS r121(#2)	API # 14	
15	BONGOES	M80	API # 15	
16	BONGOES SUB	M80	API # 16	
17	TUMBA	MD421	API # 17	
18	REQUINTO	RE 20	API # 18	
19	CONGA LOW	D112 (#3)	API # 19	

## Bajo eléctrico

El Bajo se mandó a grabar con el arreglista y bajista Felipe Varela. Él utilizó la sonoridad que más se acoplara al género y grabó la línea de su instrumento a partir de las guías que se le habían enviado previamente de los temas.

## Teclados

Para la grabación de los teclados se utilizaron dos cajas directas para grabar lado izquierdo y derecho balanceados del teclado Nord en la primera sesión de grabación en los estudios de la universidad Icesi. En esta grabación nos enfocamos en un solo sonido de el Nord imitando a un piano rhodes y en un órgano. En la segunda sesión grabamos vulnerabilidad utilizando el teclado montaje con el que grabamos un sonido de piano, un synth de vibráfono y unos pads tranquilos que acompañaban al tema de vulnerabilidad. de igual forma grabamos línea balanceada pero sin cajas directas.

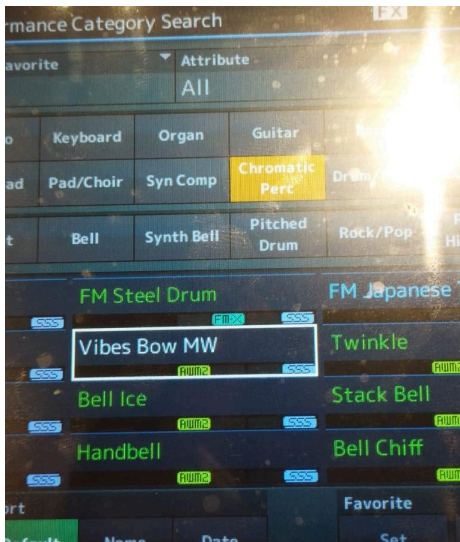


Imagen N 1 synth de vibráfono.

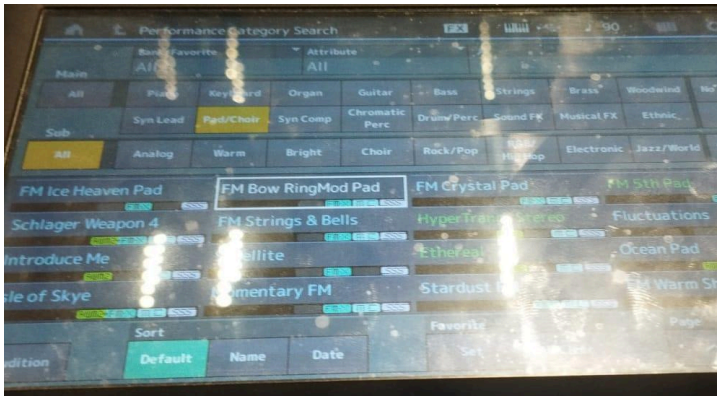


Imagen N 2 Pads tranquilos

### Guitarras eléctricas

Las guitarras eléctricas las grabamos en dos sesiones. En la primera sesión nos ubicamos en el estudio C de la Universidad Icesi y grabamos la línea de la guitarra que salía por un pedal mono. Utilizamos un plugin como amplificador de guitarra. En la segunda sesión nos ubicamos en el salón 105 del edificio M en la Universidad Icesi y grabamos la línea directa de los temas energía y placer y deseo. Utilizamos en esta, otro plugin que se llama Neural DSP para simular un Tim Henson (amplificador). El instrumentista seleccionado para las guitarras fue Luis McCormick.

### Percusión menor

Para esta grabación utilizamos un palo de lluvia, un shekere, un Shaker, un jamblock, una campana, un agogó y palmas. Para esto utilizamos; Sm58 para la campana y agogó, un sm57 para el jamblock y un u47 para los demás instrumentos nombrados en la lista (incluyendo las palmas). En esta sesión Santiago Torres fue el músico escogido para grabar y se unió el baterista John David Ruiz en las palmas.



Imágen N1, grabación toys



Imágen N2, grabación toys.

## Vientos

Para la grabación de vientos utilizamos; trombón y trompeta en Bb un micro RE20 y para el saxo un U87 Fet. Se grabaron trombón y trompeta juntos en un mismo isobooth (en este caso en el estudio B) y por temas de horarios se grabó a el saxo otro día en el isobooth del estudio C (ambos en la universidad Icesi).

## Voz principal

En esta grabación tuve la asistencia para escoger la sonoridad y los micrófonos de Jorge Diaz. Se utilizó un Manley reference y un U87. Los compresores utilizados fueron los de la api 2448 y se utilizó el distressor con un aporte de armónicos. Al final se escogió la captura del Manley para los fonogramas.



Imagen configuración utilizada en el distressor para la voz principal.

## Coros

Para esta grabación se utilizaron dos u47 para las cantantes Jeniffer Restrepo y Alison Zuluaga y u87 para Manuela Acevedo. Esta grabación se realizó en bloque debido a la conexión interpretativa que se buscaba.

## **Postproducción**

### Mezcla

La mezcla la realizó Nicolás Pérez, productor. Se eligió a Nicolás por su experiencia en la mezcla de otros temas musicales que se mueven en lo que se conoce como música comercial. También por su percepción del espacio sonoro puesto que logra captar la intención del artista y mantener la atmósfera que se creó.

## **Conclusiones**

Para concluir este trabajo de grado podemos decir que; en primer lugar se retrató la sexualidad planteada desde el marco conceptual en los fonogramas, desde su composición hasta su producción.

En segundo lugar también podemos concluir que la sexualidad es un aprendizaje continuo y este trabajo es solo un primer paso para crear consciencia de las múltiples e individuales visiones que existen.

Los temas tratados en este proyecto de grado pueden generar incomodidad debido a que no han habido suficientes diálogos en la sociedad al respecto. Se hace por tanto de vital importancia seguirlos hablando y discutiendo.

La composición y la grabación a partir del fiel desarrollo del concepto fue una dificultad. Por ejemplo, el proceso planteado para vulnerabilidad, en la composición, pretendía desarrollar un entorno muy íntimo y libre (a partir de una improvisación musical) y esto en un inicio dio como resultado una composición demasiado abstracta con dificultades para volver a interpretar, musicalmente, de la misma forma. Para el adecuado desenvolvimiento fue necesario salirse de este pensamiento abstracto y aplicar una estructura, teóricamente musical, más estable.

De igual forma en las grabaciones tuvimos este mismo inconveniente. Se deseaba que en energía sexual los participantes pudieran explorar libremente esa energía creativa a partir de la música, pero debido a la importancia de conservar la estructura del arreglo y la fría localidad del espacio (los estudios de grabación de la universidad Icesi) fue muy difícil que este objetivo se lograra en su totalidad. Recogiendo todo lo anterior, se mantuvo igualmente un buen balance entre el objetivo de ser fiel a los conceptos desarrollados y el mantener una estructura musicalmente estable y coherente.

Por último, es un aporte fundamental para la visión de una mujer que ha sido hipersexualizada puesto que este proyecto se construyó justamente para demostrar ese poder sexual que muchas desconocen.

### Referencias

- Álvarez de la Cruz, C. (Junio, 2010). Comunicación y sexualidad. *Enfermería Global*, (19).  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412010000200018](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412010000200018)
- Bahamón, M. J., Vianchá, M. A., & Tobos, A. R. (2012, Julio 4). prácticas y conductas sexuales de riesgo en jóvenes: una perspectiva de género. *Psicología desde el caribe*, 31. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v31n2/v31n2a08.pdf>
- Brown, B. (2016). *Frágil: ¿Qué te atreverías a hacer si el miedo no te paralizara?* Urano.
- Carballo, S. (2002, Abril 9). educación de la expresión de la sexualidad humana. *Revista educación*, 26. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44026104.pdf>
- Castelló, G. (2020). *Cómo el sexo con alma me salvó la vida*.  
<https://www.gerardcastelloduran.com/ebook>
- Díaz, A., Arrieta, K., & Gonzales, F. (2010, Junio). Comportamiento Sexual y factores asociados en Estudiantes de Odontología. *Revista Clínica de medicina familiar*, 3.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2010000200002&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2010000200002&script=sci_arttext)

- Fdez, M. (2011, December 30). *Música y género: estereotipos sexuales a través de la música*. Recursos TIC.  
<http://recursostic.educacion.es/artes/rem/web/index.php/curriculo-musical/item/360-m%C3%BAsica-y-g%C3%A9nero-estereotipos-sexuales-a-trav%C3%A9s-de-la-m%C3%BAsica>
- FRANCE 24 Español & Gómez, J. (2022, October 2). *Cultura Profética: "Tenemos el poder de la toma de decisiones, pero nos tomó mucho llegar hasta acá"*. Youtube / FRANCE 24 Español. <https://www.youtube.com/watch?v=Zm0ZJdZH9ZQ&t=25s>
- García, F. J. (2013). Análisis del concepto de deseo en Platón, Freud y Lacan frente a la crisis del sujeto contemporáneo. *Universitat de Barcelona*.  
<https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/50508>
- González, M. C., Rodríguez, R., Fajardo, J., Melián, A. I., & Barbeito, I. (n.d.). *Ciencia, sociedad y sexualidad*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6143808.pdf>
- Jewell, C. (2016, Junio). *El reggae: el regalo de Jamaica al mundo*. WIPO. Retrieved September 19, 2023, from [https://www.wipo.int/wipo\\_magazine/es/2016/03/article\\_0004.html](https://www.wipo.int/wipo_magazine/es/2016/03/article_0004.html)
- Lopez Peralta, E. (2023). *El erotismo infinito*. Grupo Sin Fronteras SAS.
- Lugones, M., & Quintana, T. (1998, Marzo-Abril). Eros, arte y creación. *Revista cubana de medicina general integral*, 14(2).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21251998000200016&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21251998000200016&script=sci_arttext)
- Luz, V. (n.d.). *La influencia cultural de la música reggae en el mundo*. Bilingual. Retrieved September 19, 2023, from <https://bilingual-app.com/blog/la-influencia-cultural-de-la-musica-reggae-en-el-mundo/>

Marley, B. (2018, December 12). *Satisfy My Soul*. YouTube.

<https://music.youtube.com/watch?v=jAdBJu7qWwQ>

Mejía, P. (2017). Cuerpo y música. *Revista Antonio María Valencia*, (4).

Mora, A. C. (2021, April 7). *La energía sexual no desaparece, se transforma*. CuidatePlus.

<https://cuidateplus.marca.com/sexualidad/pareja/2021/04/05/energia-sexual-desaparece-se-transforma-177501.html>

Muldworf, B. (1973). Erotismo, deseo y placer.

<https://portalacademico.cch.unam.mx/repositorio-de-sitios/experimentales/psicologia2/pscII/MD2/MD2-L/ERO/erotismo,%20deseo%20y%20placer.pdf>

Orce, I. (2010, September 26). *Sexo consciente - Metamorfosis*. Blogs.

<https://blogs.lavanguardia.com/metamorfosis/sexo-consciente>

Ordoñez, R. G., Chevez, N. I., & Gordillo, M. I. (2021). Los tabúes y prejuicios de la sexualidad en la población urbana y rural. *Revista Cumbres*, 8(N1), 12.

[https://www.google.com/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0CDcQw7AJahcKEwjglefg67eBAxUAAAAAHQAAAAAQAw&url=https://dialnet.unirioja.es/?download=8635036&psig=AOvVaw3TUtD5RVkEseU2zUMHpKzB&ust=1695253015951170&oeq=ADKAAQAAQAw](https://www.google.com/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0CDcQw7AJahcKEwjglefg67eBAxUAAAAAHQAAAAAQAw&url=https://dialnet.unirioja.es/?download=8635036&psig=AOvVaw3TUtD5RVkEseU2zUMHpKzB&ust=1695253015951170&oeq=ADKAAQAAQAw&url=https://dialnet.unirioja.es/?download=8635036&psig=AOvVaw3TUtD5RVkEseU2zUMHpKzB&ust=1695253015951170&oeq=ADKAAQAAQAw)

Osorio, M., & Santana, S. (2021, August 21). *La Historia del Reggae en Ritmos y Géneros*.

ProteccionSA. <https://www.youtube.com/watch?v=Zf4SSIEkQeA>

Quiroga, L. L. (2021). Sexualidad y comunicación en la pareja. *Universidad Antonio Nariño, Facultad de psicología*.

<http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/5712/3/2021LeidyLorenaQuirogaQuiroga.pdf>

Ramos, D. (2019, January 9). *El cuerpo como apertura a la triada: sexo, género y deseo en algunas prácticas del arte contemporáneo* | *Calle 14 revista de investigación en el*

- campo del arte*. Revistas Udistrital. Retrieved May 3, 2024, from <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/c14/article/view/14053>
- Real Academia Española. (n.d.). *erotismo* | *Definición* | *Diccionario de la lengua española* | *RAE - ASALE*. Diccionario de la lengua española. <https://dle.rae.es/erotismo>
- Shar&dom, S., & Baginski, B. J. (1989). *El gran libro de los chakras, conocimiento y técnicas para despertar la energía interior*. <http://www.manuelosses.cl/VU/Libro%20de%20los%20Chakras.pdf>
- Sierra, Á. M. (Enero-Junio, 2009). Placer, deseo y seducción, fuentes de espiritualidad: de la intimidad a la trascendencia. *Franciscanum*, *LI*(151).
- Solano, N. (2018). Reflexión del cuerpo como mediación en procesos psicopedagógicos una mirada desde la práctica de la Estesis. *Revista Académica Estesis*, 50-57. <https://doi.org/10.37127/25393995.29>
- UNESCO. (2018). *El reggae de Jamaica*. UNESCO. <https://ich.unesco.org/es/RL/el-reggae-de-jamaica-01398>
- Zambrano, G. E., Bautista, L. M., & López, V. S. (Agosto, 2018). Imaginarios de sexualidad en estudiantes universitarios. *Revista de Salud Pública*, *20*(4). [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642018000400408](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642018000400408)

# Anexos

## Partituras

### Vulnerabilidad

## Vulnerabilidad

### Lead sheet

Isabella Santos y Juan Daniel Montenegro

**♩ = 130**

**Dmaj7** **Gmaj7** **A** **Dmaj7**

Quie - ro ver - te

**Gmaj7** **Bbmaj7** **Gmaj7**

8 de - ja - me cui - dar - te de - ci - frar tus ba - rre - ras no/a - bu - sar en tu/es -

**Dmaj7** **Gmaj7**

13 fe - ra en tí en - con - tre ri - sas - tier - nas

**Bbmaj7** **Gmaj7** **Dmaj7** **B**

18 las pre - gun - tas te/a - que - jan pe - ro lu - chas por flo - re - ce - e - er Pien - sa/y

**Gmaj7** **Bdim**

23 ve - rás que no pue - des más que quie - res

**Bbmaj7** **Gmaj7**

27 bus - car no pue - des es - ca - par del do - lor

**Interludio**

**Gm6** **Dmaj7** **Gmaj7**

31 pue - do/a - bra - zar - te la voz re - pal - dar tu/e - mo - ción

**Dmaj7** **Gmaj7** **C** **Dmaj7**

38 Te que -

2

43 **D**  
rí - a cam - biar no po - dí - a / a - cep - tar la ver - dad tu ver - dad

49 **D**  
quie - ro des - cu - brir lo que hay en - tí mi - rar - te / y

54 **D**  
res - pi - rar a - mar - te de ver - dad ge - nui - na - men - te bri - lla -

58 **D**  
ra - a - as re - vi - vi - rás tu ver - dad gri - ta si quie - res gri -

62 **E**  
- tar lu - cha por tú li - ber - tad tú paz

67 **A1**  
2 **Gm6** 2 **C#m7** 2 **Cm** 2 **C#m7** 2 **Cm**

78 **A1**  
2 **Dm** 2 **Gm6** **Dmaj7** **Gmaj7**  
Quie - ro se - er ya ve - o mí pie - el

86 **Bb** **Gmaj7** **Dmaj7**  
es - toy en - te - ra y no soy per - fec - ta es - cu - chomí vo -

91 **Gmaj7** **Bbmaj7**  
- oz res - pe - to mi / in tui - ció - on quie - ro con - tem - plar

Gmaj7

96 lo que es a - ma - a - ar

# Placer y deseo

## Lead sheet

Isabella Santos y Santiago Patiño

### Intro y verso 1

C Em

Me/a-tre-vo/a de - se - ar que se-a/un ar - te  
Dis-fru-to mí ca - fé los de-dos sua-ves

### CORO

6 Dm 3 Ab 1. G 2. G C

pa-ra/ex-plo-rar re-co-no-cien - do quien soy Mí pla-ce-e - er Quie-ro ser  
so-bre mí piel voy des-cu-brien - do

12 E7 Am Am/Ab

co-mo/el su-su-rr-o de/un a - tar - de - cer be-sar-me con mis bra-zos y/en-con - tra-

16 Am/G 3 F G7 C

- ar los se - cre-tos de que-rer - me y Des - per-tar la sen-si-bi-li-

21 E7 Am Am/Ab Am/G 3 F

dad al ca-mi-nar sen-tir has-ta mis hue-llas y pen-sa - ar en los a - ro-mas de mi li-

### Reintro

26 G7 C Em Dm

- ber - ta - ad

### Verso 2

32 F Fm C Em

Con un sor - bi-to/e vi - no  
Pa-se-o/en mis al - moha-das

2

38 Dm Ab

me des-nu - do con ca - ri - ño a - ca - ri - ciar mí cuer - po  
ca - len - tan - do las ga - nas de - sen - tir - me - e vi - va

**coro**

42 G C E7

len - to/y so - la Quie - ro ser co - mo/el su - su - rro de/un a - tar - de - cer  
con mí - plac - e - er

46 Am Am/Ab Am/G F G7

be - sar - me con mis bra - zos y/en - con - tra - ar los se - cre - tos de que - rer - me y

51 C E7 Am Am/Ab

des - per - tar la sen - si - bi - li - dad al ca - mi - nar sen - tir has - ta mis hue - llas y pen - sar

**Coda**

56 Am/G F G7 F G

En los a - ro - mas de - mi li - ber - ta - ad

61 Am D7 F G Am D7

**Pregones**

67 F G Am D7

Y/a qui/es - toy bus - can - do/en mí Lo que quie - ro co - no -

71 F G Am D7

- ce - er qui/es - toy pa - ra sen - tir Los a - nhe - los de - mí pi -

# Energía sexual

Isabella Santos y Alison Zuluaga

## Estrofa

Swing  
Dm(add9)

Voy re-co-rrien-do mí sen - sua-li-dad

12 y/en-es-ta tem-pes-tad c-da po-ro de mí cuer-po pi-de

17 li-ber-tad Voy des-ti-lan-do toa/es-ta sen-sa-ción que cre-ce/en mí/in-te-rior

## Pre-coro

22 com-pla-cien-do len-to ca-da rin-cón des-peier-ta mí cuer-po  
Ca-ri-cias res-pi-ran

26 re-co-ge mí/e-ner-gí-a Suel-ta sus mie-dos por-que de/a-den-tro quie-re  
se-e mul-ti-pli-can sus vo-ces me gri-tan re-lá-ja te que va-mos

29 ex-pre-sar En so-le-dad me pue-do dis-fru-tar Ah

## Coro

33 a ju-gar Ah Con-mí

2

38 vo - o - oz B $\flat$  D Mí co - ra - zó - on Ce - le - bro

43 yo - o - o B $\flat$  D B $\flat$  Gri - tomí / a mor Si en - tomí voz y flu - ye

49 Dmaj7 Dm(add9) 2 E 2 Gm 2 B $\flat$  A7 Dm(add9) Estrofa  
 mí pa - sión Bus - co

60 E Gm la sua - vi - dad de com - pla - cer mí piel de - li - ran - do por sa - ber los rin -

65 B $\flat$  A7 Dm(add9) co - nes más in - ten - sos que ten - go por co - no - cer De - jo flu - ir lo que pue -

69 E Gm - do sen - tir Del pla - cer que des - cu - brí Voy cre -

73 B $\flat$  A7 B $\flat$  Pre - coro  
 an - do len - to u - na / e - xi - tan - te com - po - ci - sión Mí cuer - po re - co - gemi / e - ner - gí - a

77 C Dm Suel - ta sus mie - dos por - que de a - den - tro quie - ro ex - pre - sar En so - le - dad yo pue - do

C B $\flat$

81 dis-fru - tar ah Ca-ri-cias pal-pi-tan semul-ti-pli-can

C A7

85 sus vo-ces me gri-tan en-tre-ga-me to-da tu/in-ten-si - dad Re-la-ja-te va-mos a

**Coro**

A7 B $\flat$  D

89 dis-fru - tar ah Con mi

B $\flat$  D

94 vo - - oz mí co - ra-zó-on Ce-le-bro

B $\flat$  D B $\flat$

99 yo Gri-tomi/a mo - or Sien-tomí vo - oz y flu - ye

Dmaj7 **CODA**

105 mí pa - sió - on

16

# Conexión

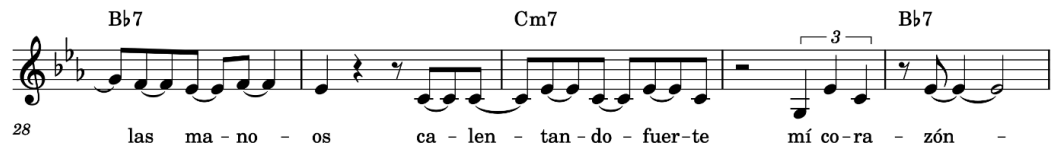
Subtítulo

Isabella Santos y Juan Daniel Montenegro

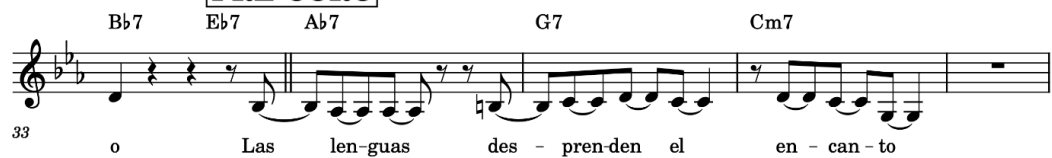


**VERSO**

Swing  
Cm7



**PRE-CORO**



2

**CORO**

G7 Cm7 Cm7 Gb7 Fm9

47 con pre - ci - sión oh Que qui sie - ras cons-tru-ir  
cer - ca - te/mí

Ab Fm9

51 No ten-go mie-do/a ex - plo-rar yo na - cí pa - ra vi-vir  
tu men-te quie-ro/a - ca - ri-ciar No ten - go mie-do/a sen-tir

1. Ab 1. G7 2. Ab

55 con a - mor po-de-mos ca-mi-nar ven a Cuer-pos  
con - los

**PUENTE**

**ESTROFA**

G7 Cm7 Bb7 Cm7 Bb7 Cm7

59 va-mos a bai-lar Que quie-res que quie-res

Bb7 Cm7

69 que de - se - as ques lo que máste da pla - cer lo que tu men - te re -

**PRE-CORO**


Bb7 Eb7(b5)/A Ab7

73 cre - a pa - ra sa - bo - rear el lu - jo de tu pie - e - el ha - bla - me ha - bla -

G7 Cm7 Adim7 Ab7

77 - me pa - ra/en con - trar la con - fian - za Bé - sa - me re - vuel - ca -

G7 Cm7 Adim7 Ab7



81 - me nues-tro/e-ro-tis-mo re - car - ga mí cuer-po/es un la - be


G7 Cm7 F Ab7



85 - rin - to in - fi - ni - to por des-cu-brir tu lin-do cuer-po y/el

G7 Cm7 Gb7 Fm9

**CORO**




89 mí - o de-ci-die-ron in - ver-tir que qui - sie - ras cons-tru-ir  
cer - ca - te/a mí

Ab Fm9




93 No ten-go mie-do a/ex-plo-rar Yo na cí pa - ra ví - vir  
tu men-te quie-ro/a ca - ri-ci-ar No ten - go mie-do/a sen-tir

1. Ab G7 2. Ab



97 con a - mor po-de-mos ca-mi-nar ven a cuer-pos  
con los


G7 Cmaj7 Bb7 Eb7



101 va - mos a bai - lar

**Coda**

6 1. 1. 2.



104

