

---

## Música para recordar

Por: Yaima Cabezas / CubaSi

28/04/2023



La música nos transporta. Basta escuchar un acorde y enseguida nos devuelve al pasado, nos permite ubicarnos en tiempo y espacio. Y esto no es extraño, está muy conectado con nuestra educación emocional. Así lo asegura la comunidad científica que le ha dedicado tiempo a su estudio para entender lo que ocurre en nuestras mentes en esos momentos de nostalgia.

Por eso, que haya música que nunca borramos de nuestro play list, aunque pasen cien años, tiene sentido. Y quizás la que escuchábamos de adolescentes, no la tengamos presentes todo el tiempo, pero nos mueve cada vez que suena y nos acompaña durante toda la vida con la misma intensidad. Incluso las personas con los gustos más variados quedaron marcadas por lo que escuchaban a los 15 años y un poco más.

Para la psicología este comportamiento tiene nombre: “choque de reminiscencia”. Según he leído, es la respuesta que le dan los entendidos a esa tendencia que tenemos de recordar lo ocurrido durante la adolescencia y la primera juventud.

Este fenómeno psicológico prioriza poder reconocer con mucha facilidad las canciones que nos acompañaron durante los primeros años de vida. Esto también nos sucede con otros contenidos, pueden ser audiovisuales, literarios, incluso olores y personas mediáticas que tuvieron su esplendor mientras fuimos adolescentes o muy jóvenes.

De acuerdo con los estudios, es durante esa etapa cuando nuestros cerebros poseen toda su capacidad y cuentan con los sistemas de memoria más eficientes, y además prestamos mucha más atención a todo (lo poco) que nos concierne, que, además, resulta casi siempre novedoso; ya luego se comienza a complicar nuestro archivo mental por el exceso de información, las repeticiones, y las responsabilidades cotidianas.

Es lógico que nos ocurra lo mismo con todas las primeras experiencias, que por lo general se viven por esa época. Por eso en grupos de amigos y familiares solemos escuchar juntos la misma música y hacemos los mismos cuentos que nos unen y nos marcaron porque, en definitiva, somos seres de nostalgias.

También guarda estrecha relación con que, generalmente, durante los primeros años de vida, hasta la primera juventud, es cuando hacemos amistades que permanecen con los años, compartimos más con la familia, y se establece nuestra psiquis e identidad; y la música que escuchábamos entonces, nos llevará en el futuro a esos momentos importantes en nuestra formación social y personal, e indudablemente a los instantes felices, que es cuando casi siempre preferimos acompañamiento musical.

Ya sea porque estaba de moda o porque la heredamos de la familia, la música está estrechamente vinculada a nuestras emociones, queda para siempre incrustada en los recuerdos; es refugio, inspiración, y compañía.

---