

Manual de la metodologia de **Rimes per Viure**



Taller per empoderar els joves a través del rap i les rimes

Sara Alastuey Cañaveras
Màrius Intente Cardellach
Febrer de 2016

Presentació

Rimes per Viure és un petit projecte que té l'objectiu de complementar un projecte més ampli (Música per Viure) que es desenvolupa des de l'any 2011 al barri René Cisneros de Managua (Nicaragua). L'objectiu central de l'Associació Música per Viure Judit Ribas és afavorir projectes de música a la regió de Centreamèrica i el Carib que tinguin una projecció en les capes més populars de la població, que facin servir la música com a eina pel desenvolupament social i personal dels membres de la comunitat.

La idea central del projecte Rimes per Viure és que mitjançant el rap, l'expressió verbal rimada i musicada, els adolescents coneguin un recurs que els permeti parlar de les seves inquietuds, temors i realitats. L'adolescència és una etapa del creixement marcada pel canvi, per la recerca, per la pèrdua. Donar als i les joves eines perquè puguin transformar les angoixes, els descontent o bé la felicitat de tenir una colla d'amics, i de tot això que impregna la seva vida, fer-ne música. Ho trobem molt interessant, tant per l'aprenentatge de noves tècniques musicals i d'enregistrament, com per al creixement personal i col·lectiu que això pot suposar per aquestes noies i noies.

El que es persegueix és realitzar un procés creatiu amb els adolescents de Música per Viure amb totes les fases que això comporta: **introducció i sensibilització, exploració i experimentació, gravació i tancament.**

La primera fase de treball es centrarà a introduir als i les adolescents en el rap, els seus orígens i es què el caracteritza. De la mateixa manera, en les primeres sessions es farà un treball d'introspecció, d'anàlisi personal i del seu entorn per a detectar de què volen parlar, què volen dir al món.

La segona etapa consistirà a explorar formes de dir-ho, jugar amb la paraula i el so per tal de descobrir les infinites possibilitats que hi ha a l'hora de crear alguna cosa i gaudir del procés d'experimentació que implica.

Finalment, un cop es consideri que el treball està finalitzat es procedirà a l'enregistrament tant de so com d'imatge, mostrant-los diferents tècniques i recursos existents per a fer-ho.

Arribats al punt de tenir les gravacions acabades es pensarà una forma de tancar el taller. Per una banda fer una conclusió amb els participants fent un repàs d'allò que han après i revisant el procés col·lectiu de creació. Per altra banda, sempre que els participants vulguin, s'ha pensat de fer una mostra del material creat per tal de compartir amb tot el barri allò que han après i d'aquesta manera implicar a petits o grans que no han pogut participar del taller, i qui sap, si despertar inquietuds. A més també serviria per inspirar la gent del barri, demostrant que es pot treballar en col·lectiu i amb pocs recursos arribar a fer tot el que et proposes. Tanmateix, ha de quedar clar que en tot moment es posarà per davant el creixement individual i col·lectiu adquirint mitjançant el procés creatiu i no pas el resultat final d'aquest.

Objectius

- Introduir els joves en el món de la rima, el ritme i la música rap, tant de forma teòrica com pràctica, aprofitant que és un estil musical molt popular entre els joves.
- Potenciar la faceta més constructiva i cohesionadora d'aquest estil de música, desmitificant el seu caràcter violent, competitiu i masclista.
- Proporcionar un espai alegre, sa i positiu on els nois i noies se sentin acollits i respectats.
- Treballar l'expressió i gestió dels propis problemes, sentiments i pors a través de les lletres de la cançó i d'aquesta manera treballar i enfortir l'autoestima, l'empatia i el respecte.
- Potenciar la crítica cap als problemes socials i econòmics que puguin patir al barri, així com la proposta d'alternatives.

Taula de sessions

Primera etapa: Què volem dir al món?

Sessió 1: Començar a conèixer qui som, què sentim i què volem expressar

Sessió 2: Orígens del rap: com entenem el rap i com entenem fer art en comú

Sessió 3: Què és el gènere? Com ens afecta en les nostres vides?

Sessió 4: Dismuntant l'amor romàntic, reflexionem sobre relacions amoroses sanes

Sessió 5: Juguem per reflexionar sobre les desigualtats econòmiques i racials

Sessió 6: Pensant el tema de la nostra cançó

Segona etapa: Com ho direm això?

Sessions 7, 8 i 9: Confeccionem les nostres lletres

Tercera Etapa: Posem-hi música i fem-ho realitat

Sessions 10 i 11: Creem la nostra base instrumental

Sessió 12: Gravem les nostres veus

Sessions 13, 14, 15 i 16: Pensant i enregistrant el videoclip

Últimes sessions: Revisió i projecció de la feina feta

Primera etapa
QUÈ VOLEM DIR AL MÓN?

Sessió 1: Començar a conèixer qui som, què sentim i què volem expressar

L'objectiu d'aquesta sessió és, bàsicament, començar a perdre vergonyes i que el grup es vagi cohesionant a poc a poc, com també una primera fase de coneixença general (per si els integrants del grup no es coneixen d'abans). Per últim, una dinàmica on els joves vagin projectant quines són les inquietuds personals que tenen sobre ells mateixos i el seu entorn.

1) Comencem la sessió amb un vídeo de presentació

En el nostre cas vam escollir el videoclip de Gabylyonia, «Abuso de poder», ja que era una connexió entre Catalunya i Llatinoamèrica. Pot servir per fer entendre que qualsevol cançó que contingui missatge, parla sobre diversos temes. En aquest cas: abús policial, violència, injustícia social, etc. Que els nois i noies comencin a pensar sobre el que diuen les lletres i a analitzar les temàtiques.

Durada: 5 minuts

2) Dinàmica de coneixença: rapegem els nostres noms

En rotllana fem un ritme que es vagi repetint infinitament, com per exemple el ritme base del rap:



Sobre aquest ritme anem fent una roda de noms. «Hola, què tal? Sóc en Pep» mentre tot el grup respon «Hola Pep, què tal, com estàs?»

Durada: 5 minuts

3) Jocs de coneixença: el pistoler i el pèndol

La coneixença de tots els membres del grup és molt important per poder desenvolupar les següents fases del projecte. Per això ens donem molt de temps per jugar i gaudir coneixent-nos.

El pistoler és un joc que es juga en rotllana. Un dels participants està al mig de la rotllana i dóna voltes fins a senyalar algú de la rotllana. El que ha estat assenyalat s'ha d'ajupir ràpidament i llavors les dues persones que han quedat a banda i banda d'aquest, fan un «duel a mort» dient el nom de l'altre. Qui va més lent mor i també s'asseu a terra.

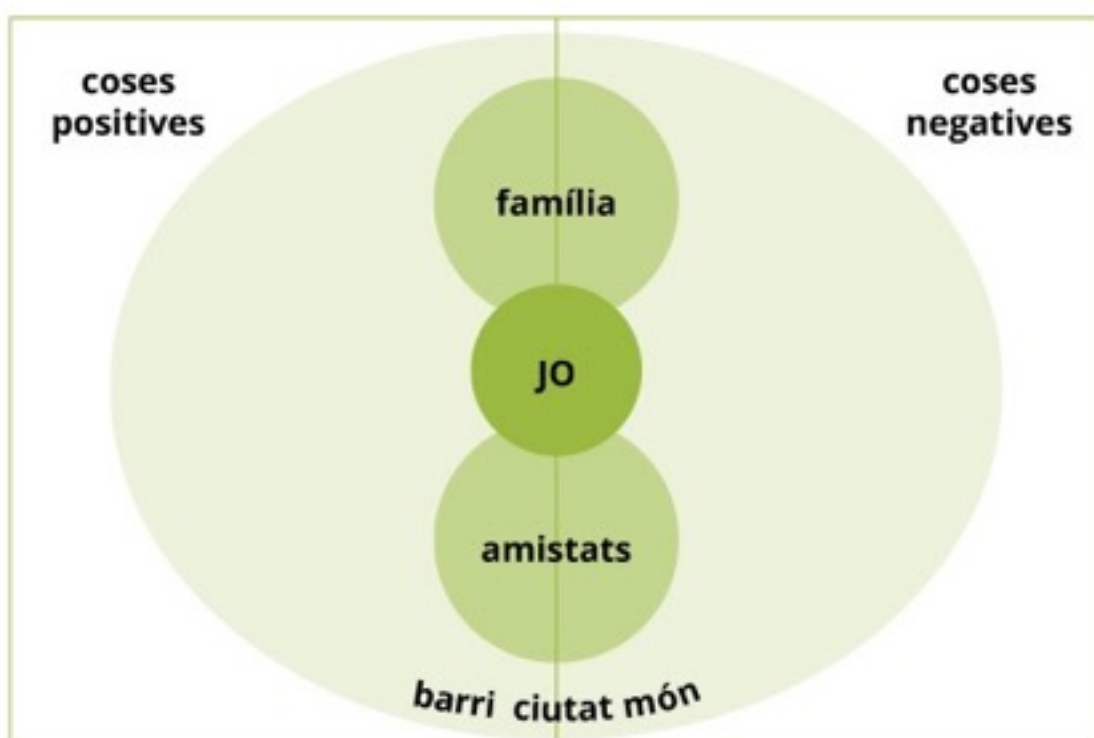
El pèndol és una dinàmica per perdre la por i confiar en els altres membres del grup. Ens dividim en petits grups (6-8 persones) i fem una rotllana molt tancada. Una persona es posa al mig i tanca els ulls. L'objectiu és que aquesta persona, de forma rígida, caigui cap als cantons i la resta del grup la vagi tornant a la posició central. El que està al mig ha de mantenir-se rígid com un pal i sense obrir els ulls, confiant en la resta del grup.

Durada: 30 minuts

4) Dinàmica sobre inquietuds personals

Retrobem la calma després d'aquests jocs i expliquem la penúltima dinàmica. Es tracta d'un full que ha d'omplir cada un dels integrants. En aquest full hauran de reflexionar sobre quines coses bones i dolentes troben en el seu entorn més immediat, com també en ells/es mateixes.

El full està dividit en dos, per la meitat. Les joves tenen 25-30 minuts per pensar sobre els elements plantejats i escriure'ls al full. En una meitat del full escriuen les coses positives i a l'altra meitat les coses negatives.



Després es divideixen en grups de 3 i intenten trobar similituds en les inquietuds que han apuntat. Coses positives o negatives que comparteixin (per exemple, els 3 joves creuen que al barri hi ha moltes baralles per culpa de la droga). D'aquesta forma comencem a trobar temàtiques comunes d'on poden sorgir lletres, cançons, etc. Comencem a tenir una base d'on partir.

Durada: 40 minuts

5) Dinàmica de tancament. Què és el rap per a vosaltres?

Abans de marxar, tanquem la sessió amb una dinàmica molt ràpida: les joves han d'apuntar en un full en blanc 4 paraules, conceptes, idees (el que sigui!) que els hi apareixen en la seva ment quan diem la paraula «rap».

Servirà per començar a desmuntar mites construïts entorn aquest estil de música en la següent sessió.

Durada: 5 minuts

Sessió 2: Orígens del rap: com entenem el rap i com entenem fer art en comú

L'objectiu és donar a conèixer els orígens del rap, emmarcant-lo dins el naixement de la cultura Hip Hop en un context socioeconòmic concret en els barris marginals de Nova York. Per altra banda, es pretén treballar la cohesió de grup partint de dinàmiques grupals i arribar a definir uns acords bàsics que permetin realitzar les sessions en un ambient sa i constructiu. El primer element (orígens del rap) ens pot ajudar a la segona part de la sessió, ja que els inicis d'aquesta música tenien un fort component de cooperació i grup.

1) Dinàmica de coneixença: rapegem els nostres noms

En rotllana fem un ritme que es vagi repetint infinitament, com per exemple el ritme base del rap:



Sobre aquest ritme anem fent una roda de noms. «Hola, què tal? Sóc en Pep» mentre tot el grup respon «Hola Pep, què tal, com estàs?»

Durada: 5 minuts

2) Recorregut històric del rap

Partint de diversos materials audiovisuals explicar que el rap neix amb una barreja de *Funk* i de la música Disco. (Exemples utilitzats: *James Brown - I Feel Good*, *The Sugarhill Gang - Apache*).

Tot seguit, mostrar l'origen de la cultura Hip Hop, desconstruint la idea del rap comercial. Donar-los a conèixer que el rap apareix com **quelcom col·lectiu i com a protesta social**. Les primeres festes on apareix aquesta música es desenvolupen en un context socioeconòmic molt específic (els barris més marginals de la ciutat de Nova York, durant els anys 70), esdevenint una música crítica amb el sistema classista i racista dels Estats Units d'aquella època.

Posteriorment, mostrar un videoclip del rap popular actual i emfatitzar les diferències amb les

lletres i els objectius de les cançons mostrades abans. (*50 Cent - Candy Shop*).

Finalment, es mostra un exemple de La Llama, col·lectiu de rap de Barcelona que apareix fruit d'un taller de rap com el que els nois i noies estan realitzant. Això permet que vegin un exemple real de com nois i noies que mai havien fet rap fan una cançó i creen un videoclip. (*Colectivo La Llama - Voces Mudas*).

Durada: 30 minuts

3) El rap és...

Partint de la informació de l'última dinàmica realitzada la primera sessió, **Què és el rap per vosaltres?**, s'ha elaborat una cartolina. Amb la informació obtinguda dels orígens del rap i amb la seva forma d'entendre'l ens quedem amb conceptes i idees que defineixin el rap per a nosaltres com a grup.

Per exemple: si els joves van posar que el rap era música on s'exaltava la riquesa material, ara pensarem si nosaltres volem fer rap en aquesta direcció o no. O bé, si el rap conté poesia, decidir si ens quedem aquest atribut o no.

Durada: 15 minuts

4) Jocs de cohesió de grup i cooperació

El mur consisteix en fixar una corda travessada més elevada que l'altura dels participants del taller. Aleshores els hi heu de dir que l'objectiu és que totes les persones del grup arribin a passar a l'altra banda del mur. Junts han de decidir com ho faran i buscar maneres d'ajudar-se els uns als altres a passar a l'altre costat de la corda. Treballa la comunicació del grup com també la cohesió i autoajuda.

La taronja i la pell és un joc per a demostrar com n'és d'important la bona comunicació a l'hora de resoldre un conflicte (per a aquest joc necessitarem una taronja). Es divideix el grup en dos. Donem una missió secreta a cada grup: el primer grup té l'objectiu d'aconseguir la pell de la taronja i el segon grup ha d'arribar a obtenir la part de dins de la taronja. Cada grup només coneix la seva missió, però no la del grup adversari. Situem cada grup en extrems oposats de l'aula i la taronja just al mig. Comptem fins a de tres i han de sortir a buscar el que necessiten. Habitualment es llençaran cap a la taronja, es perseguiran i iniciaran una disputa. Deixem passar un màxim tres minuts i aturem el joc. Preguntem a cada grup què era el que

necessitaven. Comentem amb tots els participants què ha passat, perquè la taronja ha acabat esmicolada, etc. S'adonaran que si haguessin negociat amb el grup contrari tothom hagués aconseguit el que necessitava.

En un bon equip.../ En un mal equip... Tot posant en comú els aprenentatges adquirits en les dinàmiques anteriors es parlarà de quines característiques té un bon equip i quines no. Aquesta activitat ajudarà a anar definint una dinàmica positiva dins el grup que més endavant els serà útil per crear conjuntament una lletra de rap.

Durada: 45 minuts

5) Crear els Acord del grup

Es tracta de pensar conjuntament quins mínims són necessaris per a que les sessions del taller siguin productives i hi hagi un bon ambient. Deixar cinc minuts per pensar, que cadascú en proposi un. Per exemple: arribar puntuals, no fer ús dels telèfons mòbils, respectar-se i escoltar-se, etc.

Durada: 15 minuts



Sessió 3: Què és el gènere? Com ens afecta en les nostres vides?

L'objectiu d'aquesta sessió és realitzar un petit taller de gènere. Nicaragua és un país on encara hi ha uns índexs altíssims de violència cap a la dona: maltracte psicològic i verbal, intimidacions i femicidis. Culturalment també hi ha una visió més retrògrada del gènere, mantenint la postura de la dona com a responsable de les tasques de reproducció i cures i a l'home com a figura que porta els diners a la família. Per aquests motius, i per actituds observades durant la realització de les primeres sessions, els educadors van veure que era molt necessari fer un taller de gènere.

L'objectiu és reflexionar entorn la dicotomia home-dona, els estereotips i rols de gènere. A través de jocs i dinàmiques, parlar de les diferències culturalment assenyalades i normalitzades i qüestionar si són reals i encertades. De la mateixa manera, reflexionar en com ens impacten els estereotips de què vol dir ser home o ser dona i com afecten la nostra autoestima i salut emocional.

Amb les dinàmiques presentades a continuació es pretenia que els joves reflexionessin sobre els conceptes de gènere i les conseqüències d'aquesta dualitat home-dona, com també de la discriminació i desigualtat que es genera en aquest binomi.

1) Dinàmica de coneixença: rapegem els nostres noms

En rotllana fem un ritme que es vagi repetint infinitament. Pot ser el ritme base del rap:



Sobre aquest ritme anem fent una roda de noms. «Hola, què tal? Sóc en Pep» mentre tot el grup respon «Hola Pep, què tal, com estàs?»

Durada: 5 minuts

2) Coses positives-negatives de ser home o dona

Fer un quadre com el que es presenta a continuació i demanar als participants que l'omplin aportant les seves opinions. Un cop tothom hagi dit alguna cosa i el quadre estigui omplert, es debatran les idees aportades. Estem tots d'acord amb tot? Hi ha discrepàncies?

	Home	Dona
Positiu		
Negatiu		

Durada: 10 minuts

3) Cultural versus innat

Els participants es posen en una fila d'un. Se'ls dóna la indicació que una passa a la dreta és innat, és a dir, que som així d'ençà que naixem. Una passa a l'esquerra vol dir que és cultural i social, ho hem après. Es van dient frases com les que es presenten a continuació:

- Les dones ploren més.
- Els homes condueixen millor.
- Les nenes són més tranquil·les, netes i endreçades.
- Els homes són més bons en les coses de construcció.
- Les dones han de ser mares i cuidar dels seus fills.
- Els homes són més forts.

Enunciem la frase i cadascun dels participants s'ha de posicionar cap al costat que cregui que correspon a la frase: cap a l'esquerra si creu que és cultural o cap a la dreta si creu que és innat. Així es formen dos bàndols. A partir d'aquí els dos bàndols debaten perquè s'han posionat allà on ho han fet. Tornem a la posició en fila i fem el mateix amb una altra frase.

Durada: 15 minuts

4) Vídeos

Curtmetratge: *Minoria Oprimida*

Curtmetratge: «Correr como una niña»

Un cop vistos i amb el que s'ha anat parlant amb les activitats anteriors reflexionar sobre la diferència que existeix entre homes i dones, mirar de pensar que no tan sols hi ha una construcció d'una diferència, sinó que a més, aquesta es troba construïda sobre una

discriminació on la diferència es marca per ser dona i és ella qui rep l'opressió.

Durada: 20 minuts

5) La percepció del nostre cos

Fem una dinàmica per enfortir l'autoestima. Es pot dur a terme en grups mixts de nois i noies, o bé en grups separats, depenent del grau de confiança dels participants. En el nostre cas, perquè tothom se sentís en un ambient de confiança, es va dividir el grup en dos: els nois per una banda i les noies per una altra. Tot i que van treballar per separat, els dos grups van fer exactament la mateixa activitat. Consisteix a posar un adhesiu amb cara trista en una part del seu cos que no els agradi i una cara contenta en una part que els hi agradi. Després les companyes han d'enganxar-s'ho entre elles. Parlar dels motius que fan que hi hagi parts del cos que vulguem canviar, de com ens influeixen la publicitat, els canons de bellesa i la pressió estètica. Com ens centrem més en el cos físic i no parlem de les virtuts personals que tenim que ens agraden o bé les mancances que valdria la pena millorar.

La segona part d'aquest espai íntim consisteix a pensar l'home ideal per a les noies i la dona ideal per als homes. Reflexionar en la posada en comú el fet que cap ideal de bellesa podrà ser aplicat a la vida real, fent entendre la pressió estètica que patim tots per culpa d'aquests ideals.

Durada: 30 minuts



6) Tancament conjunt

Passar el vídeo «Qué parte de tu cuerpo cambiarías». Compartir com l'home o la dona «ideal» que ens venen en la publicitat és irreal i redueix la bellesa que hi ha en la diversitat i la imperfecció.

Durada: 5 minuts

Sessió 4: Desmuntant l'amor romàntic, reflexionem sobre relacions amoroses sanes

L'objectiu és pensar la forma d'amor que ens mostren les pel·lícules, els llibres, les cançons més escoltades i revisar si realment és amor, si realment ens fa ser respectuosos amb la nostra parella o si ens fa patir més que gaudir de l'acte d'estimar. Proposar formes on poder estimar sense posseir l'altre, dominar-la, d'igual a igual.

1) Introducció

Sense explicar res es llença la pregunta als participants: Què és per vosaltres l'amor? o Què és estar enamorat?

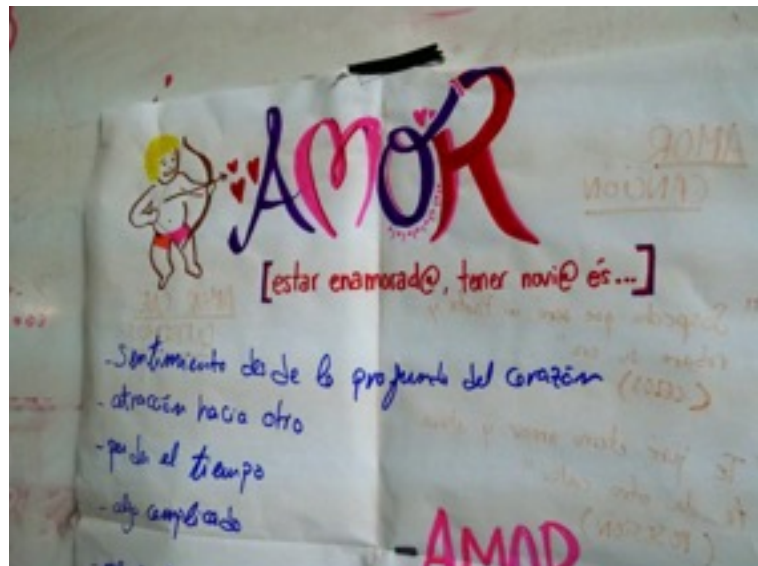
Anotar en una cartolina totes les frases que van dient. Un cop tancat el torn de paraules mirar-les i dir quantes podrien ser lletres de cançons o títols de pel·lícules romàntiques. Explicar què s'entén per amor romàntic i sota quines grans idees se sosté. Les hem dividit en tres blocs d'idees per a simplificar aquest complex tema, ja que tan sols és un taller d'introducció. Primer bloc: Parella monògama, exclusivitat i possessió de l'un a l'altre que porta a la gelosia. Segon bloc: La idea de l'amor etern i que sense aquella persona estàs incompleta. Tercer bloc: Creure que per amor has de patir, renunciar, sacrificar-te.

Durada: 10 minuts

2) Analitzar tres cançons d'amor

Partint dels tres blocs explicats mirar les lletres i reconèixer aquestes idees. El nostre cas vam escollir "Eres mía- Romeo Santos", "Celoso- Maná" i "Nicky Jam- El perdón".

Durada: 20 minuts



3) Representació d'escenes de parella

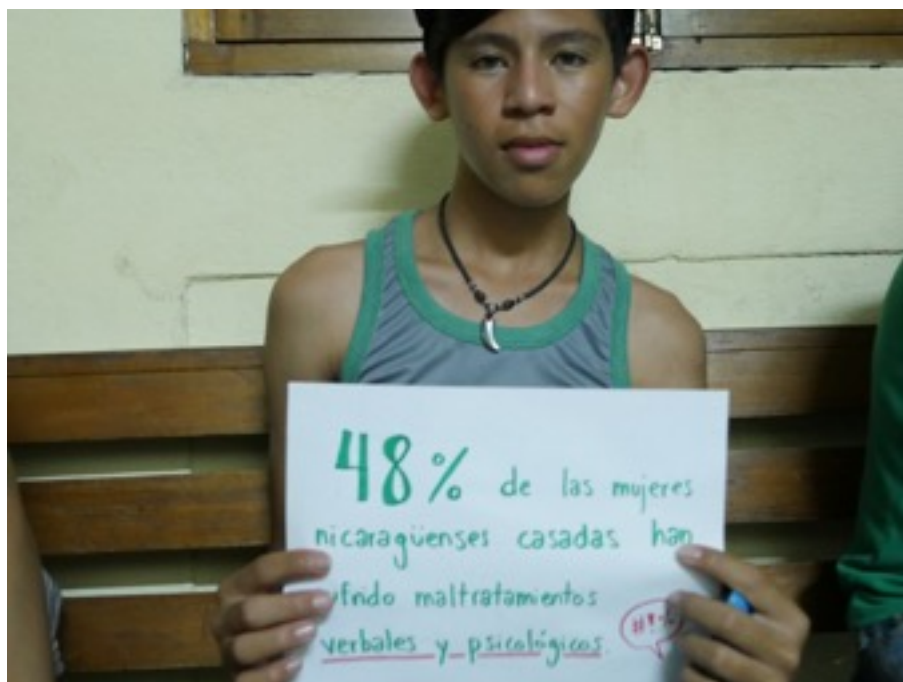
S'han pensat escenes quotidianes on es produeixen micro-violències com el control, la manipulació, el xantatge emocional. Després de representar-les, mirar què canviariem per fer que la relació fos sana emocionalment.

Durada: 30 minuts

4) Relacions sexo-afectives sanes

Per tancar la sessió fem una petita reflexió conjunta sobre les relacions que volem... dir quines conductes s'han de donar per tal de tenir una relació de parella sana. Per tal de conscienciar sobre la gran problemàtica de la violència masclista repartim una sèrie de dades globals i nicaragüenques sobre mortalitat, violacions, denúncies, etc.

Durada: 10 minuts



Sessió 5: Juguem per reflexionar sobre les desigualtats econòmiques i racials

L'objectiu d'aquesta cinquena sessió és poder reflexionar, a través d'un joc de rol, sobre les desigualtats econòmiques i racials que es perpetuen a tot el món, i també en concret a Nicaragua i al barri René Cisneros. L'eina emprada per despertar la reflexió amb els joves és el **joc de rol**: és un joc que es basa en la descripció d'una situació fictícia i on els jugadors poden canviar els esdeveniments de la narració pel fet que controlen les accions conscients d'alguns dels personatges del joc.

Aquest joc de rol es basava en 3 famílies. Dividir el grup en 3 petits grups que comencen amb una sèrie de condicions prefabricades pels educadors: la descripció de qui són.

Els tres grups formats van ser: una família adinerada, una família d'immigrants (amb color de pell diferent de la resta dels "autòctons" del país) i una família amb poca capacitat econòmica (pobra). Se'ls hi atorgava una quantitat diferent a cada família de diners falsos. També se'ls hi atorgava els "papers": passaports familiars que tenien les dues famílies, menys la d'immigrants.

A través d'aquesta primera descripció es trobaven amb 4 moments vitals d'aquestes famílies on havien de prendre decisions i veure com evolucionaven.

- 1) **Buscar un lloc on fer-se la casa.** Els diversos terrenys tenien diversos preus, i la família sense passaport no podia comprar-se cap casa i havia d'anar a viure en un barri de "xavoles".
- 2) **Escolaritzar els fills.** Hi havia dues opcions, l'escola pública i la privada. Una tenia una quota d'entrada molt elevada però uns resultats acadèmics i una projecció de futur molt gran. L'altre tenia una quota gairebé simbòlica però uns resultats acadèmics més baixos.
- 3) **Trobar feina després de l'escola.** A través dels "diplomes" que havien aconseguit de l'escola havien d'anar a fer entrevistes de feina. Hi havia 3 feines: advocat, policia o escombriaire.
- 4) **Escapar del país per una guerra.** Les fronteres estaven tancades per als que no tenien papers i havien de pagar molts diners per escapar del país en una "suposada guerra civil".

A partir de les diverses situacions creades es passa a una reflexió final. Aquesta reflexió la vam ajudar amb diverses preguntes:

- Qui éreu? Què us ha passat al llarg del joc? Com us heu sentit en cada moment?
- Quines desigualtats podíem observar al principi del joc? I al final? Havien augmentat o disminuït?
- En quins aspectes s'assemblava a la vida real? Al vostre barri hi ha desigualtats o situacions semblants?

Durada: 120 minuts

Sessió 6: Pensant el tema de la nostra cançó

L'objectiu d'aquesta última sessió de la primera fase és trobar el tema (o temes). Al llarg de les primeres sessions hem estat intentant que els joves exploressin les seves inquietuds, reflexionessin sobre injustícies que apareixen en els seus entorns més quotidians i veiessin que el rap és un canal per criticar aquestes injustícies.

- 1) **Pluja d'idees.** El primer pas de la sessió és fer una pluja de conceptes sobre tot allò que hem estat parlant i ordenar-los a una pissarra. En el nostre cas van sortir molts i molts conceptes que podien estar més o menys en relació.
- 2) **Votació.** Posteriorment vam donar una part de "votació individual" on podien escriure en un paper els 3 temes que més els hi interessava parlar en el projecte de cançó. A la posada en comú d'aquesta "votació" es veuen els temes que més acceptació tenen dins del grup.
- 3) **Reflexió.** En petits grups creats a l'atzar (tants com els temes més votats) es fa reflexionar sobre la possibilitat de realitzar una lletra entorn aquell tema amb diverses preguntes:
 - Quina és la vostra opinió sobre el tema? Què podríeu dir sobre ell?
 - Sabeu moltes coses entorn aquest tema? Us hauríeu d'informar més?
 - Us sentiu còmodes parlant d'aquest tema?
 - Hi ha molta música i lletres que parlin d'aquest tema? És original?

Al final, fem una posada en comú d'aquestes qüestions i escollim. El procés de tria serà més o menys difícil, depenent del grup, el nivell de concentració, etc.

Durada: 75 minuts

Segona etapa
COM HO DIREM AIXÒ?

Sessions 7, 8 i 9: Confeccionem les nostres lletres

L'objectiu d'aquestes sessions és transformar totes les inquietuds i idees treballades anteriorment en una lletra de rap, tot explicant certs conceptes sobre la rima, figures retòriques, estructura de la rima, etc.

Ens basarem en exemples senzills per tal que els nois i noies puguin entendre com confeccionar un paràgraf rimat on puguin exposar la idea o idees desitjades.

1) La rima. Què li dóna força?

Parlem en primer lloc del concepte bàsic de rima. La rima és la repetició de sons dins dels versos per crear un efecte de musicalitat. Hi ha molts tipus de rima diferents, entre ells la rima assonant i la rima consonant. A la rima assonant coincideixen els sons vocàlics dels versos a partir de l'última síl·laba tònica (meló, somio, temor, mandrós) i a la rima consonant coincideixen totalment els fonemes de les últimes lletres a partir de la vocal accentuada (mar, remar, cantar). Amb els joves ens centrarem sobretot en explorar la rima consonant, ja que dóna més energia als versos. També parlarem de les característiques rítmiques del rap. Normalment el compàs és 4/4 i és molt important fer caure les rimes sobre els temps forts (bombo). Per tal que la nostra lletra tingui més potència és bàsic treballar aquest aspecte: no perdre mai el tempo respecte a la base instrumental i "ballar" sobre d'ella.

2) Estructures bàsiques de la rima

Exposem 4 estructures bàsiques per confeccionar un paràgraf amb 4 línies rimades (4 compassos de música). La primera és **A-A-B-B**:

*"Esto es un ejemplo de rima
Cantando encima la tarima,
Mira como mueven sus cuellos
Escuchando sonidos tan bellos"*

Segona estructura bàsica: **A-B-A-B**

*"Esto es un ejemplo de rima
Mira como mueven sus cuellos
Cantando encima la tarima
Escuchando sonidos tan bellos"*

També podem basar tot un paràgraf en una mateixa rima:

*"Taller de rap René Cisneros
El respeto es lo primero
Queremos sonar en el mundo entero
Pero lo importante es hacerlo sincero"*

Acabem, però, exposant la idea més important de totes: **l'estructura lliure**. El rap no es pot emmanillar en estructures predeterminades, la rima a vegades apareix en diverses ocasions dins de la mateixa línia, o es perd durant una estona per tornar més tard. És en aquesta estructura lliure o multirima on els joves han de trobar la seva forma de rapejar, ja que li dóna molta més profunditat i professionalitat a les paraules rimades.

*"Que exploti la prima de risc si visc en primavera
Trist? No! Me'n ric de les meves penes.
Amb sort m'acompanya lluna plena
I el risc de despullar el meu inconscient entra en escena."*
Intentex - A cada pal

*"Suave como una nube voy a ser vapor
Un ave que sube y sube sin motor"*
Kase O - Cantando

3) El silenci i la respiració

Els hi expliquem també la importància del silenci i les respiracions per tal de formar el nostre "flow", la forma de ballar amb les síl·labes per sobre de la base instrumental. Com a truc a l'hora d'escriure és important marcar amb barres (*És un exemple / d'on agafar aire*) els punts on respirarem i tallarem la frase. La forma de respirar, allà on posem el nostre silenci o la nostra força dóna estil a la lletra rapejada.

4) Algunes figures retòriques bàsiques

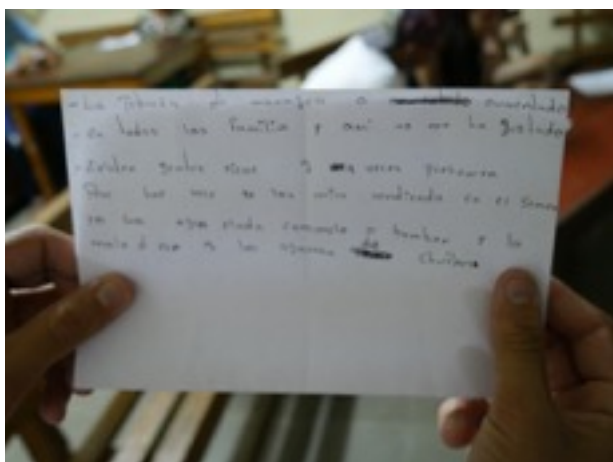
La **metàfora** i la **comparació** ens seran de gran ajuda a l'hora de compondre lletres. Expliquem que hi ha moltes figures retòriques que ens poden ajudar a donar bellesa o formes noves a les idees que escrivim.

5) De la idea a la rima: escrivim les nostres lletres

És el moment més esperat i més especial del taller. Amb l'ajuda d'una instrumental que anem repetint a través dels altaveus, els joves comencen a escriure les seves pròpies rimes. Hi haurà de tot: nois i noies que tinguin les idees molt clares i gran facilitat en rimar, joves que mai hagin escrit o rimat i els hi costi horrors trobar les paraules per a expressar les seves idees.. la funció dels talleristes aquí és anar adaptant-se a cada situació personal, posant més atenció a aquelles que els hi costi més, intentant donar-los eines i consells per a que puguin explotar tota la seva creativitat.

Alguns consells per a l'escriptura:

- **Tenir clara la idea a transmetre.** Si comencem a escriure sense saber què volem dir no aconseguirem transmetre cap missatge, només buscarem fer frases que rimin entre si sense sentit.
- **Escriure sempre amb la base de fons.** Ens servirà per situar-nos, no perdre el ritme ni el tempo. L'important del rap és que les rimes caiguin en els moments que el bombo està colpejant (els temps forts del compàs).
- **No frustrar-nos.** Començar és difícil i a vegades sembla impossible que aparegui alguna rima que ens agradi. No passa res, seguim lluitant contra el full en blanc.
- **Pensar paraules que rimin i apuntar-les al costat del full.** D'aquesta forma tindrem prou material per a construir frases senceres, quan tinguem parelles de paraules que rimin. És una eina més que pot ajudar, no ha de ser la forma bàsica d'escriure.



Tercera Etapa
Posem-hi música i fem-ho realitat

Sessions 10 i 11: Creem la nostra base instrumental

L'objectiu d'aquestes dues sessions és investigar sobre els ritmes i les formes melòdiques que acostumen a formar part del rap o el hip-hop. Tractem alguns temes de teoria per llavors posar totes les nostres energies en enregistrar una base instrumental per a la nostra cançó. Amb els joves només enregistrarem la part de la percussió, i posteriorment en un estudi de gravació enregistrarem el baix i la guitarra que acabaran de completar la nostra base instrumental.

1) Els ritmes bàsics del rap

Comencem la sessió exposant alguns temes instrumentals perquè vegin els patrons rítmics que es repeteixen en el rap. Es tracta, però, d'observar que no hi ha uns límits establerts i que podem crear qualsevol ritme per tal que la nostra lletra camini sobre d'ell. El que recuperem de totes les instrumentals és la necessitat d'uns sons greus (Bombos, Bums) i uns sons més aguts (Caixes, Claps) per tal de crear una energia potent en la base instrumental.

Instrumentals proposades per l'ocasió:

- The Roots - Duck Down
- Nujabes - Lady Brown
- Mr.Green - Children Sing
- Gramatik - Muy Tranquilo

Durada: 15 minuts

2) Juguem amb els ritmes

Amb les explicacions "teòriques" enteses, dividim el grup en 3 subgrups i proposem que juguin fent ritmes amb els seus cossos per tal de trobar un ritme sobre el qual poguessin rapejar. En la posada en comú, intentem trobar els elements que més ens han agradat d'aquells ritmes per tal de crear la nostra propia base rítmica.

Durada: 15 minuts



3) Passar el ritme escollit als instruments reciclats

El ritme "guanyador" ha d'estar traduït del cos als instruments reciclats dels quals disposa el projecte (tambors fets amb cubells de pintura i membrana del tambor feta amb cinta adhesiva ben tibada). Es practica la base rítmica en grup, tocant cadascú la seva part amb el seu instrument. S'assaja molt bé per estar preparats per la gravació.

Durada: 30 minuts

4) Enregistrem el nostre ritme

Amb el software Logic Audio i dos micròfons unidireccionals connectats a una taula de so passem a la part d'enregistrament de la instrumental. Cadascun dels joves va passant en una sala "més o menys" insonoritzada on, gràcies a la claqueta que podem activar, van gravant un per un la seva part. Primer graven els bombos més greus que fan de base, i després graven els tambors (més aguts), la caixa xinesa, les maraques i els bongos.

Durada: 60 minuts



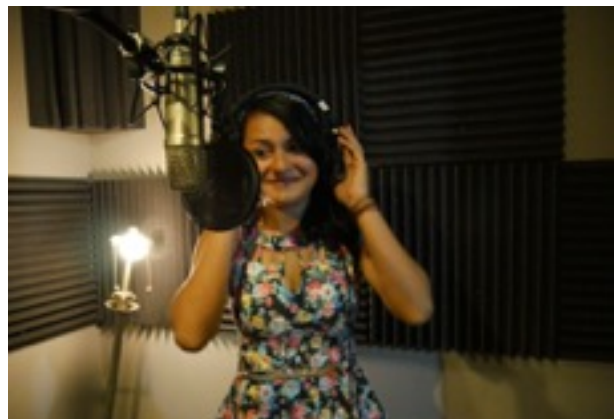
Sessió 12: Gravem les nostres veus

Amb la percussió de la base instrumental ja gravada, el pròxim pas en el procés creatiu era enregistrar la part melòdica: guitarra, baix i veus. Aquesta sessió havia d'estar, inicialment, realitzada directament a l'escola de música. Volíem llogar material tècnic per a enregistrar les veus de forma "casolana", però vam acabar optant per una opció un pèl més cara però molt més enriquidora pels nois i noies: anar a un estudi de gravació professional.

L'estudi es diu La Gotera, i és un dels més importants de Managua. Per allà han passat grans grups de la música nicaragüenca. Tot i això, el tracte amb el productor i enginyer musical va ser molt proper i afable, procurant que els joves es trobessin sempre molt a gust mentre feien l'enregistrament.

La primera part va servir per enregistrar els instruments: guitarra i baix.

Ara que ja teníem la base instrumental gravada, només faltaven les veus. Van anar entrant els joves en grups de 4, per passar a la cabina d'enregistrament (la peixera) on es quedaven "sols davant del perill". En aquest moment és important que estiguin tranquils i molt concentrats per no perdre el tempo, per poder cavalcar la seva rima a sobre del ritme de la forma més naturalment possible. Molts ho van haver de repetir diverses vegades, pels nervis i l'emoció del moment, però tots i totes se'n van sortir molt bé.



Sessions 13, 14, 15 i 16: Pensant i enregistrant el videoclip

L'objectiu d'aquestes sessions era crear la idea i la realització material del que havia de ser el nostre videoclip. Amb el tema ja enregistrat i masteritzat per part de l'estudi de gravació només quedava dotar-lo d'imatges.

La primera sessió es va pensar per tal que els nois i noies coneguessin diversos tipus de videoclips i reflexionessin sobre les tècniques que fan servir.

Introducció al llenguatge del videoclip

Amb la primera dinàmica els hi vam passar 4 exemples de diversos videoclips de rap. Preteníem destacar aspectes del llenguatge audiovisual dels videoclips i diverses formes d'entendre'ls. Els videoclips seleccionats van ser:

- Atversaris - No fear (feat. Invincible)
- Guts - Wide Open
- Nach - Chico Problemético
- Kase O - Hardcore Funk

Els aspectes que volíem destacar del llenguatge audiovisual eren:

- 1) **Utilització d'un ritme d'edició molt elevat.** Els plans canvien de forma dinàmica seguint el ritme de la música, d'una forma molt més ràpida del que ho fan en les pel·lícules.
- 2) **Presència (en molts casos) del cantant o cantants.** Per posar-li imatge a un tema musical no seria necessari que apareguessin els cantants, però en el rap hi ha una cultura molt arrelada de que apareguin en el videoclip rapejant.
- 3) **Possible utilització d'imatges d'arxiu (Atversaris- No fear).** És un recurs que pot servir per a enfortir la idea que pretén ressaltar la cançó.
- 4) **Possible interacció de les imatges amb altres elements visuals com poden ser text.** En el cas de "Guts- Wide Open" es veu molt clar com s'utilitza. El videoclip ressalta aspectes de la lletra de la cançó gràcies al text que apareix de forma estètica.
- 5) **Possible utilització d'una ficció per a ressaltar les idees de la lletra.** En el cas de "Nach- Chico problemático" és un recurs que s'utilitza. Fan servir un actor que interpreta el paper del noi que apareix a la lletra de la cançó, i que li van passant les coses que narra aquesta lletra.

Vistos aquests aspectes audiovisuals, etc. passàvem a fer una petita reflexió amb els joves. El videoclip ha d'acomplir una missió molt clara: dotar de significat visual les idees que apareixen en la lletra de la cançó. Per tant, totes les imatges que posem en el videoclip hauran de ser coherents amb el que volem transmetre, amb el missatge de la cançó.

Passat aquest punt vam dividir el grup en 4 subgrups. Cada un d'aquests havia de fer una llista d'idees i conceptes que volien que apareguessin en el videoclip. Llavors es faria una posada en comú i es debatria quines idees ens quedaríem i quines no utilitzaríem.

La llista definitiva va ser la següent:

- Imatges de pobresa del barri
- Imatges de l'enregistrament a l'estudi
- Imatges realitzades pel barri, cantant i mirant a càmera
- Imatges de la realització del taller de rap, sobretot les primeres sessions
- Imatges que simbolitzessin felicitat en el barri

Amb aquests conceptes vam tancar la sessió. Els talleristes vam preparar les 3 sessions següents en base a aquestes idees. Serien sessions diferents, on juntament amb els joves es mourien pel barri amb l'equip audiovisual per enregistrar les imatges que faltaven pel videoclip.

Enregistrant el videoclip

Es poden escollir milions de plans diferents, localitzacions, moviments de càmera, etc. per a portar una idea a la seva realització com a imatge. Vam voler que els joves escollissin les localitzacions i els talleristes ens encarregàvem de la càmera, per pur pragmatisme, ja que sinó haguéssim passat molta estona decidint entre tots i totes cadascun dels plans.

Es va dividir el grup en 3 petits grups, relacionats amb l'estructura de la cançó. Cada un d'aquests grups aniria a enregistrar certes imatges a localitzacions diferents del barri i de la ciutat de Managua. En tres tandes diferents es van enregistrar diferents plans dels joves cantant sobre de la cançó ja enregistrada. Va ser un pel difícil que els joves aconseguissin cantar amb el mateix ritme exacte que havien cantat a l'estudi, i algunes de les imatges no van quedar del tot sincronitzades amb el tempo de la cançó real, però aquestes petites detalls es van intentar reduir durant l'edició del vídeo.

L'edició del videoclip la vam realitzar els talleristes ja que disposàvem de poc temps per ensenyar aquestes tècniques tan complexes a un grup de 16 nois i noies.

Últimes sessions: Revisió i projecció de la feina feta

Les dues últimes sessions d'aquest taller han estat dedicades a fer una revisió amb els nois i noies, com també ensenyar els resultats obtinguts al llarg d'aquests mesos de feina amb la projecció pública del videoclip i una presentació on expliquessin quin havia estat el procés.

Revisió

La revisió la vam portar a terme durant una sessió completa. Primerament es va fer una fulla d'autorevisió, que havia d'omplir cada un dels participants de forma individual. En aquesta fulla hi havia diversos ítems a revisar: participació de cadascú, motivació, grau de satisfacció amb el procés, grau de satisfacció amb el resultat final, si li havien agradat les activitats proposades, com trobava que havia estat la relació entre els membres del grup i també amb els talleristes, etc.

Posteriorment es va passar a fer una revisió grupal, on es debatia en grup alguns d'aquests ítems, però a nivell grupal, sense centrar-nos en les individualitats de cadascú.

Projecció pública

Per acabar vam realitzar un acte de projecció pública del videoclip, on els joves van explicar com havia estat el procés complet de realitzar-lo, des de les idees inicials fins a la realització.

Es va convidar a molta gent del barri (famílies, amics, etc.) a que assistissin a l'acte per tal que fos una gran recompensa pel treball fet, veure que la gent valora allò que has estat treballant.

Creiem important la part de compartir la feina feta, per fer créixer noves inquietuds en joves que puguin veure el potencial de l'art com a mitjà de transformació personal i social. El videoclip també està penjat en les xarxes socials perquè l'impacte pugui arribar més lluny de les fronteres del barri, de Managua o de Nicaragua.

Epíleg

Aquest taller de rap es va realitzar al barri René Cisneros de Managua durant 3 mesos: de novembre de 2015 fins a febrer de 2016. Al taller hi van participar 16 adolescents d'entre 13 i 18 anys, tots ells alumnes del projecte musical comunitari Música per Viure.

A través d'aquest taller el grup de joves va fer una evolució molt positiva. Els joves es van obrir i van parlar per primera vegada dels problemes personals i socials que es viuen al seu barri. Al llarg dels tres mesos el grup es va mostrar cada cop més cohesionat i més capaç de conviure respectant les individualitats de cadascú. Van aprendre a fer lletres rimades i junts van crear una cançó final composada per les estrofes escrites per cadascun d'ells on parlen de les seves angoixes i fan una crida al canvi. El videoclip final els demostra que treballant junts, poden crear coses molt boniques.

En definitiva, creiem que el rap ha estat una bona eina per connectar amb els adolescents del barri: han pogut canalitzar les seves emocions, han reflexionat sobre ells mateixos i la societat on viuen, s'han divertit, han estat feliços i han enfortit els seus enllaços d'amistat.

Agraïments

Agraïm la col·laboració de totes aquelles persones i entitats que han fet possible aquest projecte:

- Departament de Cooperació Internacional del Ministeri d'Afers Exteriors del Govern d'Andorra.
- Mecenes que ens han patrocinat a través de la campanya de micromecenatge a la plataforma Goteo.
- Docents del projecte Música per Viure.
- Misioneras Cruzadas de la Iglesia.
- Voluntaris de la Red Latinoamericana de Juego (Relajo).

Enllaços

Web oficial de l'Associació Música per Viure Judit Ribas:

<http://www.asociacionmusicaparavivir.org/>

Videoclip de la cançó Rimes per Viure - "Rap contra la pobresa":

<https://youtu.be/FGJNBcsrNkY>

Galeria de fotos dels tallers de Rimes per Viure:

<https://flic.kr/s/aHskt4DL2x>

Pàgina de Facebook de Música per Viure a Nicaragua:

<https://www.facebook.com/MpVNicaragua/>