

Manual de la metodología de **Rimas para Vivir**



*Taller pera empoderar a los jóvenes
a través del rap y las rimas*

Sara Alastuey Cañaveras
Màrius Intente Cardellach
Febrero de 2016

Presentación

Rimas para Vivir es un pequeño proyecto que tiene el objetivo de complementar un proyecto más amplio (Música para Vivir) que se desarrolla desde el año 2011 en el barrio René Cisneros de Managua (Nicaragua). El objetivo central de la Asociación Música para Vivir es favorecer proyectos de música en la región de Centroamérica y el Caribe que tengan una proyección en las capas más populares de la población, que utilizan la música como herramienta para el desarrollo social y personal de los miembros de la comunidad.

La idea central del proyecto Rimas para Vivir es que mediante el rap, la expresión verbal rimada y musicada, los adolescentes conozcan un recurso que les permita hablar de sus inquietudes, temores y realidades. La adolescencia es una etapa del crecimiento marcada por el cambio, por la investigación, por la pérdida. Dar a los jóvenes herramientas para que puedan canalizar las angustias, el descontento, la felicidad y de todo aquello que impregna su vida, hacer música. Lo encontramos muy interesante, tanto para el aprendizaje de nuevas técnicas musicales y de grabación, como para el crecimiento personal y colectivo que esto puede suponer para estos chicos y chicas.

Lo que se persigue es realizar un proceso creativo con los adolescentes de Música para Vivir con todas las fases que ello conlleva: introducción y sensibilización, exploración y experimentación, grabación y cierre.

La primera fase de trabajo se centrará en introducir a los y las adolescentes en el rap, sus orígenes y lo que lo caracteriza. Del mismo modo, en las primeras sesiones se hará un trabajo de introspección, de análisis personal y de su entorno para detectar de qué quieren hablar, qué quieren decir al mundo.

La segunda etapa consistirá en explorar formas de decirlo, jugar con la palabra y el sonido para descubrir las infinitas posibilidades que hay a la hora de crear algo y disfrutar del proceso de experimentación.

Finalmente, una vez se considere que el trabajo está finalizado se procederá a la grabación tanto de sonido como de imagen, mostrándoles diferentes técnicas y recursos existentes para hacerlo.

Cuando las grabaciones estén terminadas se pensará una forma de cerrar el taller. Por un lado hacer una conclusión con los participantes haciendo un repaso de todo lo aprendido y revisando el proceso colectivo de creación. Por otra parte, siempre que los participantes quieran, se ha pensado hacer una muestra del material creado para compartir con todo el barrio lo aprendido y de esta manera implicar a pequeños o grandes que no han podido participar del taller, y quizás, despertar inquietudes. Además también serviría para inspirar a la gente del barrio, demostrando que se puede trabajar en colectivo y que con pocos recursos llegar a hacer todo lo que te propones. Sin embargo, debe quedar claro que en todo momento se pondrá por delante el crecimiento individual y colectivo adquirido mediante el proceso creativo y no el resultado final del mismo.

Objetivos

- Introducir a los jóvenes en el mundo de la rima, el ritmo y la música rap, tanto de forma teórica como práctica, aprovechando que es un estilo musical muy popular entre los jóvenes.
- Potenciar la faceta más constructiva y cohesionadora de este estilo de música, desmitificando su carácter violento, competitivo y machista.
- Proporcionar un espacio alegre, sano y positivo donde los chicos y chicas se sientan acogidos y respetados.
- Trabajar la expresión y gestión de los propios problemas, sentimientos y miedos a través de las letras de la canción y de esta manera trabajar y fortalecer la autoestima, la empatía y el respeto.
- Potenciar la crítica hacia los problemas sociales, económicos, etc. que puedan sufrir en el barrio, así como la propuesta de alternativas.

Primera etapa
¿QUÉ QUEREMOS DECIRLE AL MUNDO?

Sesión 1: Conocer quiénes somos, qué sentimos y qué queremos expresar

El **objetivo** de esta sesión es, básicamente, empezar a perder la timidez y que el grupo se vaya cohesionando poco a poco, como una primera fase de conocimiento general (sobre todo si los integrantes del grupo no se conocen de antes). Por último, una dinámica donde los jóvenes vayan proyectando cuáles son las inquietudes personales que tienen sobre ellos mismos y su entorno.

1) Empezamos la sesión con un video de presentación

En nuestro caso escogimos el videoclip de Gabyronia, «Abuso de poder», ya que era una conexión entre Cataluña y Latinoamérica. Puede servir para hacer entender que cualquier canción que contenga mensaje, habla sobre diversos temas. En este caso: abuso policial, violencia, injusticia social, etc. Vamos a pensar juntos sobre lo que dicen las letras y a analizar las temáticas.

Duración: 5 minutos

2) Dinámica para conocerse: rapeando nuestros nombres

Nos ponemos en círculo y hacemos un ritmo que se vaya repitiendo infinitamente, como por ejemplo el ritmo base del rap:



Sobre este ritmo vamos haciendo una rueda de nombres. «Hola, ¿qué tal? Soy Pepe »mientras todo el grupo responde «Hola Pepe, ¿qué tal?, ¿cómo estás? »

Duración: 5 minutos

3) Juegos para conocerse: el pistolero y el péndulo

Es importante que todos los miembros del grupo se conozcan y se sientan en confianza entre ellos para poder desarrollar las siguientes fases del proyecto. Por eso nos damos mucho tiempo para jugar y disfrutar conociéndonos.

El pistolero es un juego que se juega en círculo. Uno de los participantes está en medio de la rueda y da vueltas hasta señalar alguien del círculo. El que ha sido señalado debe agacharse rápidamente y entonces las dos personas que han quedado a ambos lados del mismo, hacen un «duelo a muerte» diciendo el nombre del otro. El más lento muere y se sienta en el suelo.

El péndulo es una dinámica para perder el miedo y confiar en los demás miembros del grupo. Nos dividimos en pequeños grupos de 6 o 8 personas y hacemos un círculo muy cerrado. Una persona se pone en medio y cierra los ojos. El objetivo es que esta persona, de forma rígida, caiga hacia los lados y el resto del grupo la vaya volviendo a la posición central. El que está en medio debe mantenerse rígido como un palo y sin abrir los ojos, confiando en el resto del grupo.

Duración: 30 minutos

4) Dinámica sobre inquietudes personales

Volvemos a encontrar la calma después de estos juegos y explicamos la penúltima dinámica de la sesión. Se trata de una hoja que debe llenar cada uno de los integrantes. En esta hoja deberán reflexionar sobre qué cosas buenas y malas encuentran en su entorno más inmediato, así como en ellos/as mismas.

La hoja está dividida en dos, por la mitad. Las jóvenes tienen 25-30 minutos para reflexionar sobre los elementos planteados y escribirlos en la hoja. En una mitad de la hoja escriben las cosas positivas y en la otra mitad las cosas negativas.



Luego se dividen en grupos de 3 y tratan de encontrar similitudes en las inquietudes que han apuntado. Cosas positivas o negativas que compartan (por ejemplo, los 3 jóvenes creen que en el barrio hay muchas peleas por culpa de la droga). De esta forma empezamos a encontrar temáticas comunes de donde pueden surgir letras, canciones, etc. Empezamos a tener una base de donde partir.

Duración: 40 minutos

5) Dinámica de cierre. ¿Qué es el rap para vosotros?

Antes de irnos cerramos la sesión con una dinámica muy rápida: las jóvenes deben apuntar en una hoja en blanco 4 palabras, conceptos, ideas (lo que sea!) que les aparecen en su mente cuando decimos la palabra «rap».

Servirá para empezar a desmontar mitos construidos en torno este estilo de música en la siguiente sesión.

Duración: 5 minutos

Sesión 2: Orígenes del rap: qué es el rap y cómo se hace arte en común

El **objetivo** es dar a conocer los orígenes del rap, enmarcándolo dentro el nacimiento de la cultura Hip Hop en un contexto socioeconómico concreto en los barrios marginales de Nueva York. Por otra parte, se pretende trabajar la cohesión de grupo partiendo de dinámicas grupales y llegar a definir unos acuerdos básicos que permitan realizar las sesiones en un ambiente sano y constructivo. El primer elemento (orígenes del rap) nos puede ayudar en la segunda parte de la sesión, ya que los inicios de esta música tenían un fuerte componente de cooperación y grupo.

1) Dinámica para conocerse: rapeando nuestros nombres

En círculo hacemos un ritmo que se vaya repitiendo infinitamente, como por ejemplo el ritmo base del rap:



Sobre este ritmo vamos haciendo una rueda de nombres. «Hola, ¿qué tal? Soy Pepe »mientras todo el grupo responde «Hola Pepe, ¿qué tal?, ¿cómo estás? »

Duración: 5 minutos

2) Recorrido histórico del rap

Partiendo de diversos materiales audiovisuales explicó que el rap nace con una mezcla de Funk y de la música Disco. (*Ejemplos utilizados: James Brown - I Feel Good, The Sugarhill Gang - Apache*).

A continuación, mostrar el origen de la cultura Hip Hop, deesmontando la idea del rap comercial. Darles a conocer que **el rap aparece como algo colectivo y como protesta social**. Las primeras fiestas donde aparece esta música se desarrollan en un contexto socioeconómico muy específico (los barrios más marginales de la ciudad de Nueva York, en los años 70), convirtiéndose en una música crítica con el sistema clasista y racista de los Estados Unidos de aquella época .

Posteriormente, mostramos un videoclip del rap popular actual y enfatizamos las diferencias con las letras y los objetivos de las canciones mostradas antes. (*50 ciento - Candy Shop*).

Finalmente, se muestra un ejemplo de La Llama, colectivo de rap de Barcelona que surgió como fruto de un taller de rap como el que los chicos y chicas están realizando. Esto permite que vean un ejemplo real de cómo hombres y mujeres que nunca habían hecho rap hacen una canción y crean un videoclip. (*Colectivo La Llama - Voces Mudas*).

Duración: 30 minutos

3) El rap es...

Partiendo de la información de la última dinámica realizada la primera sesión, **¿Qué es el rap para vosotros?**, se ha elaborado una cartulina. Con la información obtenida de los orígenes del rap y con su forma de entenderlo nos quedamos con conceptos e ideas que definan el rap para nosotros como grupo.

Por ejemplo: si los jóvenes pusieron que el rap era música donde se exaltaba la riqueza material, ahora pensaremos si nosotros queremos hacer rap en esta dirección o no. O bien, si el rap contiene poesía, decidir si nos quedamos este atributo o no.

Duración: 15 minutos

4) Juegos de cohesión de grupo y cooperación

El muro consiste en fijar una cuerda atravesada más elevada que la altura de los participantes del taller. Entonces se les plantea que el objetivo es que todas las personas del grupo lleguen a pasar al otro lado del muro. Juntos tienen que decidir cómo lo conseguirán y buscar maneras de ayudarse unos a otros a pasar al otro lado de la cuerda. Trabaja tanto la comunicación del grupo como la cohesión y la autoayuda.

La naranja y la piel es un juego para demostrar lo importante que es la buena comunicación a la hora de resolver un conflicto (para este juego vamos a necesitar una naranja). Se divide el grupo en dos. El primer grupo tiene el objetivo de conseguir la piel de la naranja y tiene que hacer lo que sea para obtenerla. El segundo grupo tiene que conseguir la parte de dentro de la naranja. Cada grupo sólo tiene conocimiento de su misión, pero a priori desconocen el

objetivo del grupo adversario. Situamos los grupos en extremos opuestos del espacio y la naranja queda en medio. Contamos hasta tres y tienen que salir a buscar lo que necesitan. Normalmente se lanzarán hacia la naranja, se perseguirán e iniciarán una disputa. Dejamos pasar un máximo de tres minutos y paramos el juego. Preguntamos a cada grupo qué era lo que necesitaban. Comentamos con todos los participantes qué ha pasado, porqué la naranja ha terminado desmenuzada, etc. Se darán cuenta que si hubieran negociado con el adversario todos hubieran podido conseguir su objetivo.

En un buen equipo ... / En un mal equipo ... Poniendo en común los aprendizajes adquiridos en las dinámicas anteriores se hablará de qué características tiene un buen equipo y cuáles no. Esta actividad ayuda a ir definiendo una dinámica positiva en el grupo que les servirá más adelante cuando tengan que crear conjuntamente una letra de rap.

Duración: 45 minutos

5) Crear los Acuerdos del grupo

Se trata de pensar conjuntamente qué mínimos son necesarios para que las sesiones del taller sean productivas y que haya un buen ambiente. Dejar cinco minutos para pensar, y que al final cada uno proponga uno. Por ejemplo: llegar puntuales, no hacer uso de los teléfonos móviles, respetarse y escucharse, etc.

Duración: 15 minutos



Sesión 3: ¿Qué es el género? ¿Como nos afecta en nuestras vidas?

El **objetivo** de esta sesión es realizar un pequeño taller de género. Nicaragua es un país donde todavía hay unos índices altísimos de violencia hacia la mujer: maltrato psicológico y verbal, intimidaciones y feminicidios. Culturalmente también hay una visión más retrógrada del género, manteniendo la postura de la mujer como responsable de las tareas de reproducción y cuidados, y al hombre como figura que lleva el dinero a la familia. Por estos motivos, y por actitudes observadas durante la realización de las primeras sesiones, los educadores vieron que era muy necesario incluir este taller de género.

El objetivo es reflexionar en torno a la dicotomía hombre-mujer, los estereotipos y roles de género. A través de juegos y dinámicas, hablar de las diferencias culturalmente señaladas y normalizadas y cuestionar si son reales y acertadas. Del mismo modo, reflexionar en cómo nos impactan los estereotipos de lo que significa ser hombre o ser mujer y cómo afectan a nuestra autoestima y salud emocional.

Con las dinámicas presentadas a continuación se pretende que los jóvenes reflexionen sobre los conceptos de género y las consecuencias de esta dualidad hombre-mujer, así como de la discriminación y desigualdad que se genera en este binomio.

1) Dinámica para conocerse: rapeando nuestros nombres

En círculo hacemos un ritmo que se vaya repitiendo infinitamente, como por ejemplo el ritmo base del rap:



Sobre este ritmo vamos haciendo una rueda de nombres. «Hola, ¿qué tal? Soy Pepe »mientras todo el grupo responde «Hola Pepe, ¿qué tal?, ¿cómo estás? »

Duración: 5 minutos

2) Cosas positivas y negativas de ser hombre o mujer

Hacer un cuadro como el que se presenta a continuación y pedir a los participantes que lo llenen aportando sus opiniones. Una vez todos hayan dicho algo y se haya rellenado el cuadro, se debatirán las ideas aportadas. ¿Estamos todos de acuerdo con todo? ¿Hay discrepancias?

	Hombre	Mujer
Positivo		
Negativo		

Duración: 10 minutos

3) Cultural versus innato

Los participantes se ponen en una fila de uno. Se les da la instrucción que un paso a la derecha es innato, es decir, que somos así desde que nacemos. Un paso a la izquierda significa que es cultural y social, lo hemos aprendido. Se van diciendo frases como las que se presentan a continuación:

- Las mujeres lloran más.
- Los hombres conducen mejor.
- Las niñas son más tranquilas, limpias y ordenadas.
- Los hombres son mejores en las cosas de construcción.
- Las mujeres deben ser madres y cuidar de sus hijos.
- Los hombres son más fuertes.

Enunciamos la frase y cada uno de los participantes se tiene que posicionar hacia el lado que crea que corresponde a la frase: a la izquierda si cree que es cultural o a la derecha si cree que es innato. Así se forman dos bandos. A partir de ahí los de cada bando debaten porqué se han posicionado donde lo han hecho. Volvemos a la posición inicial y hacemos lo mismo con otra frase.

Duración: 15 minutos

4) Vídeos

Cortometraje: Minoría Oprimida

Cortometraje: «Correr como una niña»

Después de ver los cortometrajes, y con el que se ha ido hablando con las actividades anteriores, vamos a reflexionar sobre la diferencia que existe entre hombres y mujeres, tratar de pensar que no sólo hay una construcción de una diferencia, sino que además, está construida sobre una discriminación donde la diferencia se marca por ser mujer y es ella quien recibe la opresión.

Duración: 20 minutos

5) La percepción de nuestro cuerpo

Hacemos una dinámica para fortalecer la autoestima. Se puede llevar a cabo en grupos mixtos de hombres y mujeres, o bien en grupos separados, dependiendo del grado de confianza de los participantes. En nuestro caso, para que todo el mundo se sintiera en un ambiente de confianza, se dividió el grupo en dos: los chicos por un lado y las chicas por otro. Aunque trabajaron por separado, los dos grupos hicieron exactamente la misma actividad. Consiste en que cada uno se enganche una pegatina con cara triste en una parte de su cuerpo que no les guste y una pegatina con cara contenta en una parte que les guste. Después las compañeras deben engancharse entre ellas. Entonces vamos a hablar de los motivos que hacen que haya partes del cuerpo que queramos cambiar, de cómo nos influye la publicidad, los cañones de belleza y la presión estética. Vamos a hablar de cómo nos centramos más en el cuerpo físico y no hablamos de otras virtudes personales que tenemos que nos gustan o bien las carencias que valdría la pena mejorar.

La segunda parte de este espacio íntimo consiste en pensar el hombre ideal para las chicas y la mujer ideal para los hombres. Reflexionar en la puesta en común el hecho de que ningún ideal de belleza podrá ser aplicado a la vida real, haciendo entender la presión estética que sufrimos todos por culpa de estos ideales.

Duración: 30 minutos



6) Cierre conjunto

Pasar el vídeo «Qué parte de tu cuerpo cambiarías». Compartir como el hombre o la mujer "ideal" que nos venden en la publicidad es irreal y reduce la belleza que hay en la diversidad y la imperfección.

Duración: 5 minutos

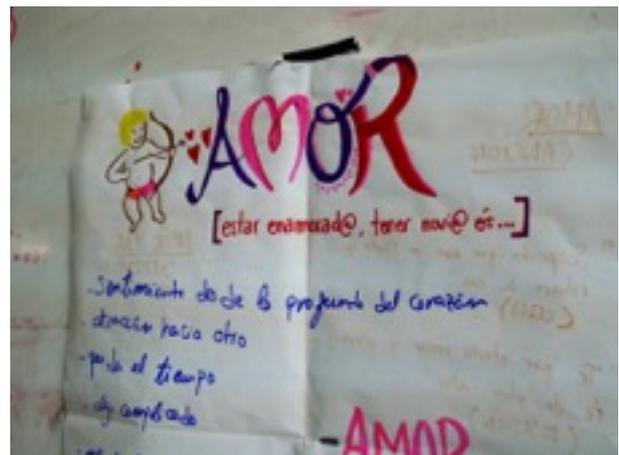
Sesión 4: Desmontando el amor romántico, pensar en relaciones amorosas sanas

El **objetivo** es pensar la forma de amor que nos muestran las películas, los libros, las canciones más escuchadas y revisar si realmente es amor, si realmente nos hace ser respetuosos con nuestra pareja o si nos hace sufrir más que disfrutar del acto de amar. Proponer formas donde poder amar sin poseer al otro, sin dominarla, tratarse de igual a igual.

1) Introducción

Sin explicar nada se tira la pregunta a los participantes: ¿Qué es para vosotros el amor? o ¿Qué es estar enamorado?

Anotar en una cartulina todas las frases que van diciendo. Una vez cerrados los turnos de palabra, mirar las cartulinas y decir cuántas podrían ser letras de canciones o títulos de películas románticas. Explicar qué se entiende por amor romántico y bajo qué grandes ideas se sostiene. Las hemos dividido en tres bloques de ideas para simplificar este complejo tema, ya que tan sólo es un taller de introducción. Primer bloque: Pareja monógama, exclusividad y posesión del uno al otro que lleva a los celos. Segundo bloque: La idea del amor eterno y que sin esa persona estás incompleta. Tercer bloque: Creer que por amor tienes que sufrir, renunciar, sacrificarte.



Duración: 10 minutos

2) Analizar tres canciones de amor

Partiendo de los tres bloques explicados, miraremos las letras y reconocemos estas ideas de tres canciones diferentes. En nuestro taller escogimos "Eras mía - Romeo Santos", "Celoso - Maná" y "Nicky Jam - el perdón".

Duración: 20 minutos

3) Representación de escenas de pareja

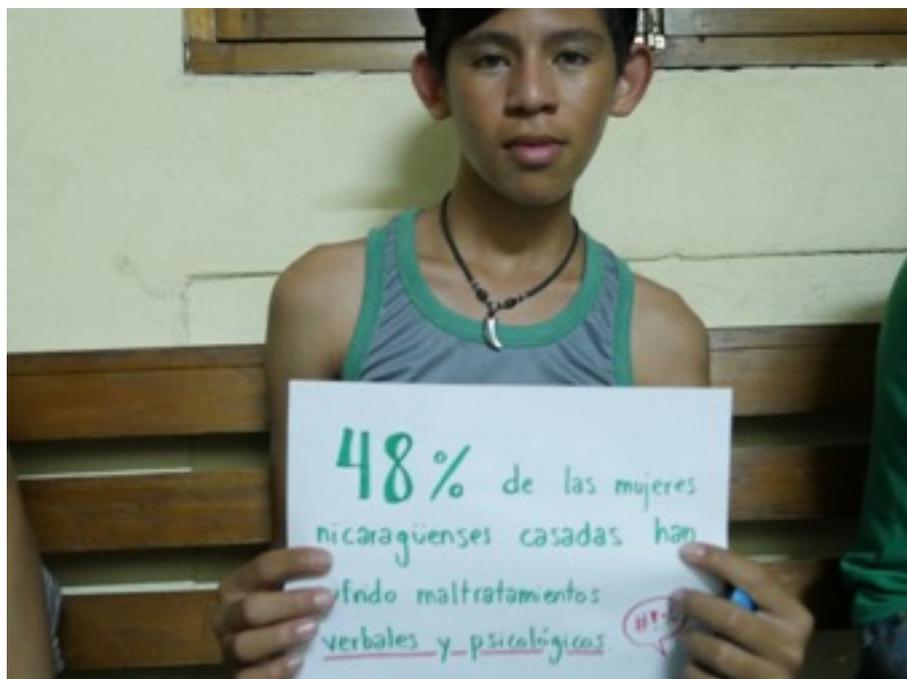
Se han pensado escenas cotidianas donde se producen micro-violencias como el control, la manipulación, el chantaje emocional. Después de representarlas, mirar qué cambiaríamos para hacer que la relación fuera sana emocionalmente.

Duración: 30 minutos

4) Relaciones sexo-afectivas sanas

Para cerrar la sesión hacemos una pequeña reflexión conjunta sobre las relaciones que queremos ... decir qué conductas se deben dar para tener una relación de pareja sana. Para concienciar sobre la gran problemática de la violencia machista repartimos una serie de datos globales y datos nicaragüenses sobre mortalidad, violaciones, denuncias, etc.

Duración: 10 minutos



Sesión 5: Juegos para reflexionar sobre las desigualdades económicas y raciales

El **objetivo** de esta quinta sesión es poder reflexionar, a través de un juego de rol, sobre las desigualdades económicas y raciales que se perpetúan en todo el mundo, y también en concreto en Nicaragua y en el barrio René Cisneros. La herramienta utilizada para despertar la reflexión en los jóvenes es el juego de rol: es un juego que se basa en la descripción de una situación ficticia y donde los jugadores pueden cambiar los acontecimientos de la narración debido a que controlan las acciones conscientes de algunos de los personajes del juego.

Este juego de rol se basa en 3 familias. Dividimos el grupo en 3 pequeños grupos que comienzan con una serie de condiciones prefabricadas por los educadores: la descripción de quiénes son.

Los tres grupos formados fueron: una familia adinerada, una familia de inmigrantes (con color de piel diferente del resto de los "autóctonos" del país) y una familia con poca capacidad económica (pobre). Se les otorgaba una cantidad diferente de dinero falso a cada familia. También se les otorgaban los "papeles": pasaportes familiares que tenían las dos familias, menos la de inmigrantes.

Luego las familias se encontraban con 4 momentos vitales donde debían tomar decisiones y ver cómo evolucionaban.

- 1) **Buscar un lugar donde hacerse la casa.** Los diversos terrenos tenían varios precios, y la familia sin pasaporte no podía comprarse ninguna casa y tenía que ir a vivir en un barrio de "chabolas".
- 2) **Escolarizar a los hijos.** Había dos opciones, la escuela pública y la privada. Una tenía una cuota de entrada muy elevada pero unos resultados académicos y una proyección de futuro muy grande. La otra tenía una cuota casi simbólica pero unos resultados académicos más bajos.
- 3) **Encontrar trabajo después de la escuela.** A través de los "diplomas" que habían conseguido de la escuela tenían que ir a hacer entrevistas de trabajo. Había 3 trabajos: abogado, policía o basurero.
- 4) **Escapar del país por una guerra.** Las fronteras estaban cerradas para los "sin papeles" y tenían que pagar mucho dinero para escapar del país en una "supuesta guerra civil".

A partir de las diferentes situaciones creadas se pasa a una reflexión final. Esta reflexión la ayudamos con varias preguntas:

- ¿Quién erais? ¿Qué os ha pasado a lo largo del juego? ¿Cómo os habéis sentido en cada momento?
- ¿Qué desigualdades podíamos observar al principio del juego? Y al final, ¿Habían aumentado o disminuido?
- ¿En qué aspectos se parecía a la vida real? ¿En tu barrio hay desigualdades o situaciones similares?

Duración: 120 minutos

Sesión 6: Pensando el tema de nuestra canción

El **objetivo** de esta última sesión de la primera fase es encontrar el tema o los temas que les interesan para su canción de rap. A lo largo de las primeras sesiones hemos intentado que los jóvenes exploraran sus inquietudes, reflexionaran sobre injusticias que aparecen en sus entornos más cotidianos y vieran que el rap es un canal para criticar estas injusticias.

- 1) **Lluvia de ideas.** El primer paso de la sesión es hacer una lluvia de conceptos sobre lo que hemos estado hablando y ordenarlos en una pizarra. En nuestro caso salieron muchos y muchos conceptos que podían estar más o menos en relación.
- 2) **Votación.** Posteriormente dimos una parte de "votación individual" donde podían escribir en un papel los 3 temas que más les interesaba hablar en el proyecto de canción. En la puesta en común de esta "votación" se ven los temas que más aceptación tienen dentro del grupo.
- 3) **Reflexión.** En pequeños grupos creados al azar (tantos como los temas más votados) se hace reflexionar sobre la posibilidad de realizar una letra entorno a aquel tema con varias preguntas:
 - ¿Cuál es vuestra opinión sobre el tema? ¿Qué podría decir sobre él?
 - ¿Sabéis muchas cosas entorno respecto? ¿Os deberíais informar más?
 - ¿Os sentís cómodos hablando de este tema?
 - ¿Hay muchas canciones y letras que hablen de este tema? ¿Es original?

Al final, hacemos una puesta en común de estas cuestiones y escogemos. El proceso de elección será más o menos difícil, dependiendo del grupo, el nivel de concentración, etc.

Duración: 75 minutos

Segunda etapa
¿CÓMO LO VAMOS A DECIR?

Sesiones 7, 8 y 9: Confeccionamos nuestras letras

El **objetivo** de estas sesiones es transformar todas las inquietudes e ideas trabajadas anteriormente en una letra de rap, explicando ciertos conceptos sobre la rima, figuras retóricas, estructura de la rima, etc. Nos basaremos en ejemplos sencillos para que los chicos y chicas puedan entender cómo confeccionar un párrafo rimado donde puedan exponer la idea o ideas deseadas.

1) La rima. ¿Qué es lo que le da fuerza?

Hablemos en primer lugar del concepto básico de rima. La rima es la repetición de sonidos dentro de los versos para crear un efecto de musicalidad. Hay muchos tipos de rima diferentes, entre ellos la rima asonante y la rima consonante. En la rima asonante coinciden los sonidos vocálicos de los versos a partir de la última sílaba tónica (melón, sueño, temor, perezoso) y en la rima consonante coinciden totalmente los fonemas de las últimas letras a partir de la vocal acentuada (mar, remar, cantar). Con los jóvenes nos centraremos sobre todo en explorar la rima consonante, ya que da más energía a los versos. También hablaremos de las características rítmicas del rap. Normalmente el compás es 4/4 y es muy importante hacer caer las rimas sobre los tiempos fuertes (bombo). Para que nuestra letra tenga más potencia es básico trabajar este aspecto: no perder nunca el tempo respecto a la base instrumental y "bailar" encima de ella.

2) Estructuras básicas de la rima

Exponemos 4 estructuras básicas para confeccionar un párrafo con 4 líneas rimadas (4 compases de música). La primera es **A-A-B-B**:

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

La segunda estructura básica es: **A-B-A-B**

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

También podemos basar todo un párrafo en una misma rima:

"Taller de rap René Cisneros

El respeto es lo primero

Queremos sonar en el mundo entero

Pero lo importante es hacerlo sincero"

Acabamos, exponiendo la idea más importante de todas: la estructura libre. El rap no se puede encasillar en estructuras predeterminadas, la rima puede aparecer en varias ocasiones dentro de la misma línea, o perderse durante un rato para volver más tarde. Es en esta estructura libre o multi-rima donde los jóvenes deben encontrar su forma de rapear, ya que le da mucha más profundidad y profesionalidad a las palabras rimadas.

"Suave como una nube voy a ser vapor

Un ave que sube y sube sin motor"

Kase O - Cantando

3) El silencio y la respiración

Les explicamos también la importancia del silencio y las respiraciones para formar nuestro "flow", la forma de bailar con las sílabas por encima de la base instrumental. Como truco a la hora de escribir es importante marcar con barras (*Es un ejemplo / de donde tomar aire*) los puntos donde respiraremos y cortaremos la frase. La forma de respirar, allí donde ponemos nuestro silencio o nuestra fuerza da estilo a la letra rapeada.

4) Algunas figuras retóricas básicas

La **metáfora** y la **comparación** nos serán de gran ayuda a la hora de componer letras. Explicamos que hay muchas figuras retóricas que nos pueden ayudar a dar belleza o formas nuevas a las ideas que escribimos.

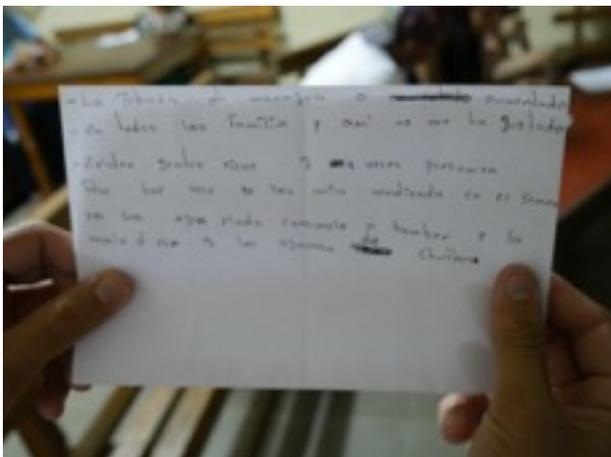
5) De la idea a la rima: escribimos nuestras letras

Es el momento más esperado y más especial del taller. Con la ayuda de una instrumental que vamos repitiendo a través de los altavoces, los jóvenes comienzan a escribir sus propias rimas. Habrá de todo: hombres y mujeres que tengan las ideas muy claras y gran facilidad en rimar, jóvenes que nunca hayan escrito o rimado y les cueste horrores encontrar las palabras

para expresar sus ideas .. la función de los talleristas aquí es ir adaptándose a cada situación personal, poniendo más atención a aquellas que les cueste más, intentando darles herramientas y consejos para que puedan explotar toda su creatividad.

Algunos consejos para la escritura:

- **Tener clara la idea a transmitir.** Si empezamos a escribir sin saber qué queremos decir no conseguiremos transmitir ningún mensaje, sólo buscaremos hacer frases que rimen entre sí sin sentido.
- **Escribir siempre con la base de fondo.** Nos servirá para situarnos, no perder el ritmo ni el tempo. Lo importante del rap es que las rimas caigan en los momentos que el bombo está golpeando (los tiempos fuertes del compás).
- **No frustrarnos.** Empezar es difícil y a veces parece imposible que aparezca alguna rima que nos guste. No pasa nada, seguimos luchando contra la hoja en blanco.
- **Pensar palabras que rimen y apuntarlas junto la hoja.** De esta forma tendremos suficiente material para construir frases enteras, cuando tengamos parejas de palabras que riman. Es una herramienta más que puede ayudar, pero no debe ser la forma básica de escribir.



Tercera Etapa

Pongámosle música y hagámoslo realidad

Sesiones 10 y 11: Creando nuestra base instrumental

El **objetivo** de estas dos sesiones es investigar los ritmos y las formas melódicas que suelen formar parte del rap o el hip-hop. Trataremos algunos temas de teoría para luego poner todas nuestras energías en grabar una base instrumental para nuestra canción. Con los jóvenes sólo grabaremos la parte de la percusión, y posteriormente en un estudio de grabación grabaremos el bajo y la guitarra que acabarán de completar nuestra base instrumental.

1) Los ritmos básicos del rap

Empezamos la sesión exponiendo algunos temas instrumentales para que vean los patrones rítmicos que se repiten en el rap. Se trata, sin embargo, de observar que no existen límites establecidos y que podemos crear cualquier ritmo para que nuestra letra camine sobre él. Una de las cosas que vemos al escuchar las bases instrumentales es la necesidad de unos sonidos graves (Bombos, Bums) y unos sonidos más agudos (Cajas, Claps) para crear una energía potente en la base instrumental.

Instrumentales propuestas para la ocasión:

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

Duración: 15 minutos

2) Jugamos con los ritmos

Con las explicaciones "teóricas" entendidas, dividimos el grupo en 3 subgrupos y proponemos que jueguen haciendo ritmos con sus cuerpos a fin de encontrar un ritmo sobre el que pudieran rapear. En la puesta en común, intentamos encontrar los elementos que más nos han gustado de esos ritmos para crear nuestra propia base rítmica.



Duración: 15 minutos

3) Pasar el ritmo elegido a los instrumentos reciclados

El ritmo "ganador" debe traducirse del cuerpo a los instrumentos reciclados de los que dispone el proyecto (tambores hechos con cubos de pintura y membrana del tambor hecha con cinta adhesiva bien tensada). Se practica la base rítmica en grupo, tocando cada uno su parte con su instrumento. Se ensaya muy bien para estar preparados para la grabación.

Duración: 30 minutos

4) Grabamos nuestro

Con el software Logic Audio y dos micrófonos unidireccionales conectados a una mesa de sonido pasamos a la parte de grabación de la instrumental. Cada uno de los jóvenes va pasando en una sala "más o menos" insonorizada donde, gracias a la claqueta que podemos activar, van grabando uno por uno su parte. Primero graban los bombos más graves que hacen de base, y luego graban los tambores (más agudos), la caja china, las maracas y los bongos.

Duración: 60 minutos



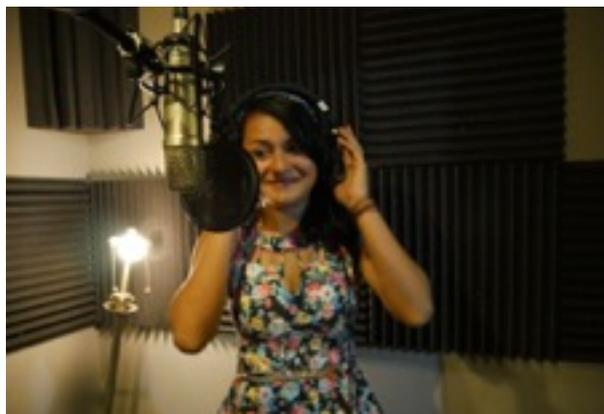
Sesión 12: Grabamos nuestras voces

Con la percusión de la base instrumental ya grabada, el próximo paso en el proceso creativo era grabar la parte melódica: guitarra, bajo y voces. Esta sesión tenía que estar, inicialmente, realizada directamente en la escuela de música. Queríamos alquilar material técnico para grabar las voces de forma "casera", pero acabamos optando por una opción algo más cara pero mucho más enriquecedora para los chicos y chicas: ir a un estudio de grabación profesional.

El estudio se llama La Gotera, y es uno de los más importantes de Managua. Por allí han pasado grandes grupos de la música nicaragüense. Sin embargo, el trato con el productor e ingeniero musical fue muy cercano y afable, procurando que los jóvenes se encontraran siempre muy a gusto mientras hacían la grabación.

La primera parte sirvió para registrar los instrumentos: guitarra y bajo.

Ahora que ya teníamos la base instrumental grabada, sólo faltaba grabar las voces. Fueron entrando los jóvenes en grupos de 4, para pasar a la cabina de grabación (la pecera) donde se quedaban "solos ante el peligro". En este momento es importante que estén tranquilos y muy concentrados para no perder el tempo, para poder cabalgar su rima sobre el ritmo de la forma más natural posible. Muchos tuvieron que repetir varias veces, por los nervios y la emoción del momento, pero todos y todas se salieron muy bien.



Sesiones 13, 14, 15 y 16: Pensando y grabando el videoclip

El **objetivo** de estas sesiones era pensar en la idea del videoclip y realizarlo. Con el tema ya grabado y masterizado por parte del estudio de grabación sólo quedaba dotarlo de imágenes.

La primera sesión se pensó para que los chicos y chicas conocieran varios tipos de videoclips y reflexionaran sobre las técnicas que utilizan.

Introducción al lenguaje del videoclip

Con la primera dinámica les pasamos 4 ejemplos de varios videoclips de rap. Pretendíamos destacar aspectos del lenguaje audiovisual de los videoclips y varias formas posibles de entenderlos. Los videoclips seleccionados fueron:

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

Los aspectos que queríamos destacar del lenguaje audiovisual eran:

- 1) **Utilización de un ritmo de edición muy elevado.** Los planes cambian de forma dinámica siguiendo el ritmo de la música, de una forma mucho más rápida de lo que lo hacen en las películas.
- 2) **Presencia (en muchos casos) del cantante o cantantes.** Para ponerle imagen a un tema musical no sería necesario que aparecieran los cantantes, pero en el rap hay una cultura muy arraigada de que aparezcan en el videoclip rapeando.
- 3) **Posible utilización de imágenes de archivo (Atversaris - No fear).** Es un recurso que puede servir para fortalecer la idea que pretende resaltar la canción.
- 4) **Posible interacción de las imágenes con otros elementos visuales como pueden ser texto.** En el caso de "Guts - Wide Open" se ve muy claro cómo se utiliza. El videoclip resalta aspectos de la letra de la canción gracias al texto que aparece de forma estética.
- 5) **Posible utilización de una ficción para resaltar las ideas de la letra.** En el caso de "Nach - Chico problemático" es un recurso que se utiliza. Usan un actor que interpreta el papel del chico que aparece en la letra de la canción, y que le van pasando las cosas que narra esta letra.

Una vez vistos estos aspectos audiovisuales, etc. pasamos a hacer una pequeña reflexión con los jóvenes. El videoclip tiene que cumplir una misión muy clara: dotar de significado visual las ideas que aparecen en la letra de la canción. Por lo tanto, todas las imágenes que ponemos en el videoclip deberán ser coherentes con lo que queremos transmitir, con el mensaje de la canción.

Pasado este punto dividimos el grupo en 4 subgrupos. Cada grupo tuvo que hacer una lista de ideas y conceptos que querían que aparecieran en el videoclip. Entonces se haría una puesta en común y se debatiría qué ideas nos íbamos a quedar y cuáles no íbamos utilizar.

La lista definitiva de ideas que seleccionaron los participantes fue la siguiente:

- Imágenes de pobreza del barrio
- Imágenes de la grabación en el estudio
- Imágenes realizadas por el barrio, cantante y mirando a cámara
- Imágenes de la realización del taller de rap, sobre todo las primeras sesiones
- Imágenes que simbolizaran felicidad en el barrio

Con estos conceptos cerramos la sesión. Los talleristas preparamos las 3 sesiones siguientes en base a estas ideas. Serían sesiones diferentes, donde junto con los jóvenes se moverían por el barrio con el equipo audiovisual para grabar las imágenes que faltaban por el videoclip.

Grabando el videoclip

Se pueden escoger millones de planes diferentes, localizaciones, movimientos de cámara, etc. para llevar una idea a su realización como imagen. Quisimos que los jóvenes escogieran las localizaciones y los talleristas nos encargábamos de la cámara, por puro pragmatismo, ya que sino hubiéramos pasado mucho rato decidiendo entre todos y todas cada uno de los planos.

Se dividió el grupo en 3 pequeños grupos, relacionados con la estructura de la canción. Cada uno de estos grupitos iría a grabar ciertas imágenes en localizaciones diferentes del barrio y de la ciudad de Managua. En tres tandas diferentes se registraron diferentes planos de los jóvenes cantando encima del audio de la canción ya grabada. Fue un poco difícil que los jóvenes consiguieran cantar con el mismo ritmo exacto que habían cantado en el estudio, y algunas de las imágenes no quedaron del todo sincronizadas con el tempo de la canción real, pero estas pequeñas detalles se intentaron reducir durante la edición del vídeo.

La edición del videoclip la realizamos los talleristas ya que disponíamos de poco tiempo para enseñar estas técnicas tan complejas a un grupo de 16 chicos y chicas.

Últimas sesiones: Revisión y proyección del trabajo hecho

Las dos últimas sesiones de este taller han sido dedicadas a hacer una revisión con los chicos y chicas, y también a mostrar los resultados obtenidos a lo largo de estos meses de trabajo con la proyección pública del videoclip y una presentación donde ellos explican el proceso de creación.

Revisión

La revisión la llevamos a cabo durante una sesión completa. Primeramente se hizo una hoja de auto-chequeo, que tenía que llenar cada uno de los participantes de forma individual. En esta hoja había varios ítems a revisar: participación de cada uno, motivación, grado de satisfacción con el proceso, grado de satisfacción con el resultado final, si le habían gustado las actividades propuestas, como pensaba que había sido la relación entre los miembros del grupo y también con los talleristas, etc.

Posteriormente se pasó a hacer una revisión grupal, donde se debatía en grupo algunos de estos ítems, pero a nivel grupal, sin centrarnos en las individualidades de cada uno.

Proyección pública

Para terminar realizamos un acto de proyección pública del videoclip, donde los jóvenes explicaron cómo había sido el proceso completo de realizarlo, desde las ideas iniciales hasta la realización.

Se invitó a mucha gente del barrio (familias, amigos, etc.) a que asistieran al acto para que fuera una gran recompensa por el trabajo hecho, ver que la gente valora lo que has estado trabajando.

Creemos importante la parte de compartir el trabajo hecho, para hacer crecer nuevas inquietudes en jóvenes que puedan ver el potencial del arte como medio de transformación personal y social. El videoclip también está colgado en las redes sociales para que el impacto pueda llegar más lejos de las fronteras del barrio, de Managua o de Nicaragua.

Epílogo

Este taller de rap se realizó en el barrio René Cisneros de Managua durante 3 meses: de noviembre de 2015 hasta febrero de 2016. En el taller participaron 16 adolescentes de edades entre 13 y 18 años, todos ellos alumnos del proyecto musical comunitario Música para Vivir.

A través de este taller, el grupo de jóvenes hizo una evolución muy positiva. Los jóvenes se abrieron y hablaron por primera vez de los problemas personales y sociales que se viven en su barrio. A lo largo de los tres meses el grupo se mostró cada vez más cohesionado y más capaz de convivir respetando las individualidades de cada uno. Aprendieron a hacer letras rimadas y juntos crearon una canción final compuesta por las estrofas escritas por cada uno de ellos donde hablan de sus angustias y hacen un llamamiento al cambio. El videoclip final demuestra que trabajando juntos pueden crear cosas muy bonitas.

En definitiva, creemos que el rap ha sido una buena herramienta para conectar con los adolescentes del barrio: han podido canalizar sus emociones, han reflexionado sobre ellos mismos y la sociedad donde viven, se han divertido, han sido felices y han fortalecido los sus enlaces de amistad.

Agradecimientos

Agradecemos la colaboración de todas aquellas personas y entidades que han hecho posible este proyecto:

- Departamento de Cooperación Internacional del Ministerio de Asuntos Exteriores del Gobierno de Andorra.
- Mecenas que nos han patrocinado a través de la campaña de micromecenazgo en la plataforma Goteo.
- Docentes del proyecto Música para Vivir.
- Misioneras Cruzadas de la Iglesia.
- Voluntarios de la Red Latinoamericana de Juego (Relajo).

Enlaces

Web oficial de la Asociación Música para Vivir Judit Ribas:

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

Videoclip de la canción “Rimas para Vivir - Rap contra la pobreza”:

<https://youtu.be/FGJNBcsrNkY>

Galería de fotos de los talleres de Rimas para Vivir:

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

Página de Facebook de Música para Vivir en Nicaragua:

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