



UNIVERSIDAD DE CHILE
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento Psicología

“FREESTYLE COMO HERRAMIENTA TERAPÉUTICA:

Convertir el peso de mi espalda en arte.”

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PSICÓLOGA

Autora:

Márium Giadala Vergara

Profesor Patrocinante:

Dr. Pablo Herrera Salinas

Santiago, 2019.
Chile

Agradecimientos

En primer lugar, quisiera agradecer al profesor Pablo Herrera Salinas por su comprensión, paciencia y supervisión en este arduo proceso de finalización; por darme ánimos en los momentos desalentadores; y por decidir acompañarme en este camino donde la temática era completamente nueva para él. Gracias por compartir sus conocimientos clínicos y de investigación conmigo, me siento completamente honrada de haber sido su pupila en este período.

También quisiera agradecer a los participantes y entrevistados de esta investigación, por la confianza, disposición y por abrirme sus corazones para entrar allí en ese lugar tan íntimo como es sus vivencias con el rap. Sin lugar a duda, los alcances de esta Memoria no habrían sido lo mismo sin sus profundas y valiosas experiencias.

Finalmente, quiero agradecer al Hip-Hop y al rap por mostrarme cómo es la vida realmente; por brindarme el aprendizaje de la resiliencia; por darme herramientas y soportes durante estos 15 años; por acercarme a círculos de personas llenas de valores, talentos y consciencia. Mi vida no habría sido así de sentida y hermosa sin todo esto.

Gracias desde lo más profundo de mi alma a todos ustedes, me han confirmado que este es el camino correcto.

Dedico este trabajo en primer lugar a mi madre, luchadora y resiliente, quien siempre me alentó para no decaer y dar lo mejor de mí. Gracias por tu amor y aguante infinito, por enseñarme a ser todo lo que soy, por salir adelante conmigo, por todo tu incondicional esfuerzo. ¡Te admiro como a nadie!

A Benjamín, por tu compañía, apoyo y amor incondicional; por tu sabiduría, sensibilidad y gran nobleza; por tu corazón infinito y por luchar junto a mí.

A mis abuelos maternos, mis papis, quienes me dieron ejemplo de lo que es ser personas honorables, con principios y amor por el prójimo. Por sus raíces y sostén.

A mis primas que son mis hermanas, Bárbara y Camila, y a mis tíos, Víctor Hugo y Carlos, por su amor incondicional, aliento y compañía en toda esta vida.

A la familia de Benja, por hacerme parte de su familia y darme un lugarcito en sus corazones y sus hogares en todos estos años.

A mis compañeros y amigos de carrera por el apañe, compañía, preocupación y el aprendizaje de todos estos años: Javiera, Myriam, Roxana, Luis, Sebastián y Javier. Nada de esto habría sido posible sin ustedes. Estoy segura de que serán los tremendos psicólogos y un aporte gigante a donde quieran que vayan. Los llevo siempre en mi corazón.

En general a mis amigas y amigos, mis hermanos de esta vida: Paola, Ixa, Nikita y Rebe, Carlos Felipe, Gogo, Romi y Negra. Gracias por la alegría, el amor, el aliento, la escucha, el hombro, el apoyo y la preocupación de siempre. He aprendido mucho de ustedes, son grandes maestros.

Sin todos ustedes no sería quién soy, no lucharía como lucho, ni querría mejorar el mundo. ¡Me han dado la esperanza de que el amor y el aguante todo lo pueden!

¡Gracias infinitas! Todo mi amor para ustedes siempre.

Índice

1. Resumen.....	6
2. Introducción.....	7
2.1 Presentación.....	7
2.2 Justificación.....	9
3. Problema y objetivos de investigación	10
3.1 Problema de investigación.....	10
3.2 Pregunta de investigación.....	11
3.3 Objetivo general.....	11
3.4 Objetivos específicos.....	11
4. Marco Teórico.....	12
4.1 Cultura Hip-Hop.....	12
4.1.1. Hip-Hop y religión.....	15
4.1.2. Hip-Hop como expresión artística y popular.....	15
4.1.3. Hip-Hop en Chile.....	16
4.2. Rap.....	18
4.2.1. Rap en Chile.....	19
4.2.2. <i>Freestyle</i>	20
4.2.2.1. El cerebro en el <i>freestyle</i>	22
4.2.2.2 <i>Freestyle</i> en Chile.....	23
4.3 Aspectos terapéuticos de las artes.....	24
4.3.1. Arte y salud mental.....	24
4.3.2. Arte terapia.....	25
4.3.3. Musicoterapia.....	26
4.3.4. Hip-Hop y terapia.....	27
4.3.5. Rap y terapia.....	30

4.3.6. <i>Freestyle</i> como terapia.....	34
5. Marco Metodológico.....	36
5.1 Diseño.....	36
5.2 Identificación de participantes.....	36
5.2.1. Aspectos éticos.....	37
5.3 Instrumentos de recolección de información	38
5.4 Procedimiento.....	38
5.5 Análisis de la información.....	38
6. Resultados.....	39
6.1 Resumen del árbol de categorías.....	40
6.2 Resultados relacionales.....	45
7. Discusiones y conclusiones.....	56
7.1 Discusión.....	56
7.2 Conclusión.....	61
8. Referencias.....	64
9. Anexos.....	69

1. Resumen

La presente investigación sigue una línea exploratoria, pues busca aumentar la comprensión del poco estudiado fenómeno del *freestyle* en el rap, principalmente en sujetos chilenos que lo consideran parte de su bienestar o una práctica necesaria en sus vidas para sentirse bien. Para esto, se entrevistó en profundidad a 18 personas: 17 de ellas residentes en la Región Metropolitana y 1 en la V Región de nuestro país, al momento de la entrevista, ligados al rap. 15 de ellos son parte del muestreo; 2 de ellos participaron en entrevistas preliminares para obtener un acercamiento al fenómeno; y, el último participante fue entrevistado al final, con el fin de obtener una visión de experto. La entrevista única que se utilizó en los 15 participantes pertenecientes a la muestra fue semiestructurada.

Las conclusiones obtenidas a partir de esta investigación se desprenden mayormente de los contextos en que se improvisa espontáneamente las rimas sobre una pista musical o a capela, tanto en soledad como grupalmente. En este contexto, en el primer caso, la práctica del *freestyle* se experimentaría como terapia y entrenamiento. En tanto, en grupalidad la experiencia sería también ligada al entrenamiento de este arte callejero, pero además con pinceladas de entretenimiento y una directa influencia del Hip-Hop, y el respeto que esta cultura proclama, en las rondas de *freestyles*. Además, de un fuerte sentido de pertenencia donde prima la pérdida del miedo a la exposición y la responsabilidad que conlleva entregar un mensaje propio. Los resultados de este estudio permitieron conocer la experiencia de los raperos en el *freestyle*, observar facilitadores y obstaculizadores de esta experiencia, obteniendo adicionalmente una copiosa cantidad de efectos positivos y/o terapéuticos para quienes se sumergen en la enriquecedora y desafiante experiencia del *freestyle* en el rap.

2. Introducción

2.1 Presentación

Para interiorizarse en las temáticas centrales de este estudio, es necesario primero entender que el origen del *freestyle* está dentro del rap. Por lo que, para comenzar debemos hablar de la Cultura Hip-Hop, la cual engloba una gama de expresiones artísticas, incluyendo la habilidad para rimar rítmicamente sobre una melodía, como es lo que se ha denominado rap. La etimología de la palabra rap ha sido bastante discutida y referida a diversos orígenes. Sin embargo, se dice que como verbo siempre ha significado “expresar oralmente”, en tanto, también fue definida como verbo y sustantivo, refiriendo a “mantener la conversación, un monólogo largo e impresionante” (Safire, 1992, p. 6006019).

La semilla del Hip-Hop, precisamente, se siembra el 11 de agosto de 1973 en una fiesta de descendientes afroamericanos y latinos en el barrio del Bronx en New York, donde Dj Kool Herc se da cuenta que la gente bailaba más en los momentos de “*break*” de la interpretación vocal, por lo que aumenta la frecuencia de esta práctica introduciendo manualmente los cortes en los vinilos (Chang, 2014; Cembrano, 2017). DJ Herc se concentró en el *groove*, el ritmo mismo, que se debía potenciar o mantener (Chang, 2014). Nadie lo llamó entonces *breakdance* ni Hip-Hop, sin embargo, en los años venideros este estilo siguió ganando adeptos. Así, por medio de estos bailes en el *break*, nace el primer concepto de *freestyle*, según KRS One (2009), donde los bailarines se movían con ritmos personalizados. Este mismo autor, en “La Biblia del Hip-Hop”, relata que, en 1979, cuando la música rap ya había alcanzado popularidad, las bases de esta personalización en el estilo de baile se traspasan a los *breakers* (bailarines), *poppers* y *lockers* (grafiteros), quienes se convierten además en *Dj's* y *MCs* (raperos), los que comienzan a experimentar el arte de improvisar rimas sobre un ritmo, a lo que llamaron *freestyling*. Por otro lado, Kopano (2002) indica que los orígenes de la práctica de rimar sobre un ritmo vienen de la tradición oratoria de la cultura afroamericana, que ha usado el lenguaje y la música como una forma de resistencia cultural. Hoy en día, el *freestyling* es propio de los *Emcees* (KRS One, 2009), también llamados Maestros de Ceremonia (*MC's*), que son los encargados de rapear y animar al público. Sin embargo, no todos los *MC's* son tan aficionados a la práctica del

freestyle, y muchos de ellos prefieren el arte de escribir rimas sobre un *beat* y luego, ya memorizadas, rapearlas.

En los últimos años, la práctica del *freestyle* ha ido exponencialmente ganando más seguidores, se ha transformado en un fenómeno que convoca y reúne miles de personas en espacios públicos y privados en muchos lugares del mundo, incluyendo Chile. Sin embargo, al momento de teorizar sobre esto, nos encontramos ante la presencia de muy poca información y vagas investigaciones sobre el tema. Estando, lo que se encuentra, más relacionado a la popularidad de las batallas de *freestyle*, que hoy están en pleno auge, o algunos estudios de rap y cultura Hip-Hop más relacionados a la mirada sociológica. En cuanto a las intervenciones terapéuticas con rap, revisaremos 3 importantes estudios que se presentan (Hadley & Yancy, 2012; Arroyo & Heath, 2014; Crooke & Travis, 2017), pero que sin lugar a duda son parte de la poca indagación científica que ha tenido este tema. De hecho, en cuanto al *freestyle* como intervención terapéutica como tal, sólo se encuentra lo planteado por Ierardi y Jenkins (2012), en Estados Unidos, que está dentro del libro compilado por Hadley y Yancy (2012), siendo un terreno muy abandonado para la extensión y popularidad que tiene el rap y el *freestyle* a nivel mundial.

En general, el Hip-Hop y el rap han ganado relevancia en el ámbito de la musicoterapia. Sin embargo, las mayores aplicaciones o investigaciones conocidas hasta ahora abordan más el rap como composición que como improvisación o *freestyle*. En tanto, la musicoterapia tampoco está muy relacionada con la forma de hacer rap, dada las raíces africanas de este y a las tecnologías que se utilizan para hacer las instrumentales comúnmente en el rap, las que requieren otros conocimientos de producción por parte de los musicoterapeutas. Los que por lo general han sido, además, formados bajo el modelo de musicología europea, según lo que plantea Lightstone (Hadley & Yancy, 2012). En un libro que compila diversas intervenciones enfocadas desde el Hip-Hop y el rap hacia la terapéutica, se rescata lo transversal de este lenguaje de versos en cuanto al lugar geográfico de los jóvenes con los cuales se puede trabajar (Hadley & Yancy, 2012).

Por lo tanto, en las siguientes páginas se revisará en teoría la práctica del *freestyle* en el rap, dentro de la cultura Hip-Hop. Lo cual, podría ser un elemento fundamental para el autocuidado y el bienestar del rapero, y de cualquier persona que quiera adentrarse en los

desafíos y bondades que ofrece el rap. En este sentido, la cultura Hip-Hop viene a evidenciar lo que realmente sucede tanto en el ámbito personal como social, ya que los raperos son como periodistas y portavoces de sus barrios. Así, el Hip-Hop se ha transformado en la voz de esta generación y es una fuente muy poderosa e inclusiva, que ha cerrado incluso la brecha cultural, conectando a todas las personas y nacionalidades del mundo entero (Chang, 2014). En este contexto, el rapero enfrenta el conflicto directo que le atinge como parte de la cultura Hip-Hop y que es denunciar aquello que les aqueja y duele por medio de su expresión artística.

En Chile, Lalo Meneses (2015; comunicación personal, 11 de julio del 2018) recuerda la llegada del *breakdance* el '84 y cómo comenzaron a tomarse, para bailar, los espacios. Primero, fue la Plaza de Renca y luego fue la calle Bombero Ossa, en el centro de Santiago, tal como si el Bronx se hubiera trasladado entonces a nuestro país, en medio de la hostilidad de la Dictadura (L. Meneses, comunicación personal, 11 de julio del 2018). Recuerda Meneses (2015) que mientras algunos estaban siendo torturados, ellos, provenientes de las poblaciones, vivían el embrujo del baile, como la juventud más indefensa culturalmente. Así se sitúa el Hip Hop, el rap y el *freestyle*, desde sus inicios, como aquel espacio que se abre en una comunidad; que buscaba algo mejor que la realidad de las poblaciones, transformándose en un escape, principalmente para la juventud. Así, tal como plantean Tijoux, Facuse y Urrutia (2012), el Hip-Hop puede ser un arte de resistencia que opera tácticamente para hacer frente a la marginación y segregación social.

Hoy, a 30 años del rap en nuestro país, el *freestyle* en Chile ha ganado adeptos masivamente tomándose espacios públicos (Olguín, 2018b). Así, va desde lo patrocinado por *RedBull*, quienes son la parte más capitalista (y, por tanto, más bien alejada de sus orígenes) de su expresión, hasta lo más *undergrounds* que es fiel a sus principios. El arte del *freestyle* actualmente, y más que en toda su historia, convoca, reúne y motiva.

2.2 Justificación

La relevancia de esta investigación es más bien teórica, pues existe muy poca información e investigaciones en nuestro país y a nivel mundial sobre el fenómeno del *freestyle* como

tal, y más aún en el contexto terapéutico, en consideración al impacto que esta actividad ha provocado en los jóvenes de todo el mundo. De hecho, en la presente investigación podremos considerar sólo una intervención de *freestyle* en terapia.

En este escenario, se ha encontrado más de terapia de rap que de *freestyle* propiamente tal, así como también de lo sanador que puede ser el Hip-Hop como cultura y contención social. Por lo que, la finalidad principal de esta investigación persigue comprender cómo el *freestyle* puede ser una herramienta terapéutica para quienes lo practican.

Actualmente, son cientos de personas quienes continuamente se juntan a improvisar en rondas de *freestyle*, tomándose los espacios públicos y privados. Siendo más los asisten a diferentes eventos donde se demuestran sus dotes y habilidades en el rap.

Con este estudio, se busca aportar a la poca bibliografía disponible para explotar esta herramienta que es el *freestyle*, que para muchos es terapéutica, así como también de educación y participación ciudadana. Pudiendo acercarnos a las cualidades más enriquecedoras de la práctica del *freestyle* y proponerlo como un potencial aporte terapéutico en diversos contextos en que se requiera trabajar con sujetos y también con la comunidad. Aquí aparece importante aclarar, para comenzar, mi posición como investigadora participante de esta cultura.

3. Problema y objetivos de investigación

3.1 Problema de investigación

Dado el impacto que tiene el rap y particularmente, en la actualidad, el *freestyle* en nuestro país y la poca información científica que existe sobre ello, esta memoria de investigación busca explorar si el *freestyle*, concebido dentro del rap y la cultura Hip-Hop, tiene efectos terapéuticos y, de ser así, cuáles podrían ser.

En general, en los últimos años se han llevado a cabo incipientes investigaciones y estudios sobre la cultura Hip-Hop y, en particular, del rap como apoyo terapéutico en

diversas intervenciones grupales e individuales. Sin embargo, la mayoría se ha centrado en los efectos sobre componer rap y no sobre los efectos del *freestyle*, como improvisación, dentro del rap. En este contexto, se han encontrado tres relevantes estudios e intervenciones terapéuticas de Hip Hop y rap (Hadley & Yancy, 2012; Arroyo & Heath, 2014; Crooke & Travis, 2017), donde dentro de uno de estos, que reúne 19 intervenciones desde la musicoterapia, podemos encontrar el *freestyle* aplicado al contexto terapéutico con exitosos resultados. A partir de estos, se puede concluir que el Hip-Hop, el rap y el *freestyle*, claramente, son herramientas muy provechosas al momento de integrarlas en terapia, sobre todo con jóvenes en riesgo social, como se ha hecho hasta ahora, o con aquellos que estén más familiarizados o receptivos con el rap.

En tanto, esta única intervención con improvisación de rap en Estados Unidos abre la interrogante sobre si estos beneficiosos resultados son extrapolables a otros contextos, culturas e idiomas y, de ser así, qué efectos terapéuticos o positivos para las personas estaría ofreciendo la experiencia con el *freestyle*.

3.2 Pregunta de investigación:

En consecuencia, con lo anterior, nace la siguiente pregunta de investigación: ¿qué componentes terapéuticos tiene la práctica del *freestyle* en el rap, en sujetos chilenos, que provocan que un individuo experimente bienestar a partir de esta experiencia?

3.3 Objetivo General:

- Explorar las experiencias asociadas a la práctica del *freestyle* en el rap, que lo posicionan como una potencial herramienta terapéutica en sujetos chilenos.

3.4 Objetivos Específicos:

1. Explorar y caracterizar la experiencia subjetiva de los raperos al freestalear.
2. Indagar si el *freestyle* en el rap tiene cualidades terapéuticas y, de ser así, cuáles podrían ser.
3. Estimar posibles obstaculizadores y facilitadores de la práctica del *freestyle* en el rap.

4. Marco Teórico

4.1 Cultura Hip Hop

Chang (2014) afirma que el Hip-Hop nació en una fiesta en el Bronx en el año '73, en un contexto social hostil con una gran prominencia de pandillas afroamericanas y latinas. Así, en el libro “Generación Hip Hop”, llama a comprender el origen de esta cultura en su marco social y contexto (Chang, 2014). Contemplando una generación mucho más transversal, en época y procedencia de sus participantes, que la que otros autores han querido encasillar. Por ello, no se puede desconocer el sentido del Hip-Hop y la relevancia que implica el que provenga de poetas y músicos ambulantes del oeste de África, que fueron deportados como esclavos a América (Tijoux et al., 2012).

Por su lado, Chang (2014) reconoce una trinidad de reyes del Hip-Hop, conformada por DJ Kool Herc, Grandmaster Flash y Afrika Bambaataa. Este último como líder de la organización Universal Zulu Nation, donde se proponen los 4 elementos principales del Hip-Hop. Dos de ellos ligados con el género musical de esta cultura: el rap. El cual contiene a los *DJs* (quienes mezclan música con diferentes tecnologías, modificando o proponiendo el *beat* o base) y los *MCs* (o Maestros de ceremonias, usualmente llamados “raperos” por el hecho de rimar sobre un ritmo). El tercer elemento es el baile, son los denominados *b-boys*. Y el cuarto, es el expresado por medio de las artes visuales: el grafiti. Hebert (2008) plantea que los hiphoperos mantienen un profundo respeto por los cuatro elementos de la cultura, siendo importante mantener “todos los elementos, juntos, siempre.” (p.137).

Cuando el Hip-Hop perdió el rumbo, según cuenta también Chang (2014), Bambaataa agregó un quinto elemento: el conocimiento. Estas ramas fueron la vía de expresión de las capacidades creativas de muchos jóvenes, incluyendo los chilenos (Poch, 2009).

De esta manera, los inicios del Hip-Hop se remontan a organizar fiestas y a abrir mentes, pues estos jóvenes descendientes de los oprimidos empezaron a buscar soluciones a sus problemas dentro de su misma comunidad (Poch, 2009).

Las raíces del Hip-Hop vienen del *soul*, el *funk* y la poesía de los “*Last Poets*” de la época, cruzados con el *dub*, el *soundsystems* y otras versiones instrumentales del reggae

de los jaimaquinos migrantes en los guetos de Nueva York. Siendo la música fruto de la apropiación de todas estas influencias en la juventud afroamericana discriminada y empobrecida que expresaba sus condiciones de vida en la calle (Tijoux et al., 2012). Es decir, los hiphoperos se asientan en esta forma de vida cultural que implica que desde sus inicios se organicen para invitar a cantar, bailar y compartir desde sus elementos (aquellos que les unen y los que les separan), incluyendo y rescatando aquellos matices más políticos y sociales. Poch (2009), en tanto, considera los inicios del Hip-Hop como mestizaje y fusión de muchas expresiones culturales de inmigrantes. De hecho, en el célebre documental *“Freestyle: el arte de la rima”* se muestra el Hip-Hop como una extensión, más actualizada, de la cultura africana en Estados Unidos (Rubin & Fitzgerald, 2000).

Por otro lado, Poch (2009) hace referencia a la esencia autogestionaria del Hip-Hop, dado que los primeros *DJs* se vieron en la necesidad de diseñar sus propias máquinas para producir el sonido, modificando los tocadiscos a tornamesas para poder mezclar las canciones de los vinilos y producir el característico sonido del *scratch* en el rap. Esta práctica musical aún se mantiene, claro que ahora con máquinas más modernas. Siempre manteniendo el sentido de poder hacer lo que se quiere con lo que se tiene.

Así, el Hip-Hop alberga y agrupa a muchos jóvenes bajo el alero de sus intereses en común, los cuales se reúnen en agrupaciones llamadas *Clikas* o *Crews*, principalmente en poblaciones. Las primeras, corresponden a grupos más informales donde se puede compartir simplemente el gusto por el Hip-Hop; y las segundas, son asociaciones donde se dedican a cultivar y dar vida a alguna de las ramas de la cultura (Poch, 2009).

Según lo planteado por Poch (2009), las producciones de Hip-Hop se dan más en las poblaciones de las grandes ciudades, pues esta cultura es la expresión por excelencia de la juventud urbano-popular de esta época, es la rabia popular. Incluso, plantea que por ello se explica el férreo sentido *underground* del Hip-Hop, el cual intenta mantenerse fuera del sistema. Es decir, el Hip-Hop es la voz de la juventud urbana que ofrece una alternativa identitaria. Además, Poch (2009) cita a Baeza al momento de explicar cómo dentro de esta cultura existen algunas prácticas de dominación, como el hecho de que aquel que rapea y tiene la voz, deja de ser subalterno para convertirse en liberado y sobreponerse al resto.

Los *Cypher*, eran los encuentros de los jóvenes en torno a una ronda para competir y mostrar sus destrezas en los momentos de *break*, tanto *breakboys* (luego se llamarían *b-boy*) u otros artistas del Hip-Hop, según describe Chang (2014). En la actualidad, este tipo de dinámica se ha ido repitiendo casi instintivamente en las diversas muestras de Hip-Hop que se dan grupalmente en diversos contextos y lugares. En tanto, las confrontaciones que se dan en estos espacios de competición son más bien entre “corrientes” o “valores” de una cultura, donde sus actores viven al ritmo de lo que viven en la calle (Tijoux et al., 2012).

Normalmente, se describen sólo los cuatro elementos más reconocidos dentro del Hip-Hop y abordados más arriba: *Dj*, *b-boy*, *MC*, grafiti. Sin embargo, Chang (2014) plantea que es mucho más que eso, pues es la forma de caminar, de vestir, de hablar y de comunicarse, y existe para representarnos a todos. En tanto, también se considera que no sólo es una forma de vida por lo anterior, sino también por sus valores (Tijoux et al., 2012). Consecuente con esto, Poch dice que “se ha convenido hablar de “cultura Hip Hop” como un espacio de interacción artística e identitaria, donde se generan diversas corrientes o prácticas culturales” (2009, p.77). De esta manera, la cultura suministra a los hiphoperos innumerables códigos desde los cuales identificarse. Los códigos físicos y externos refieren a la estética o cierta expresión corporal y los valóricos proponen temas sobre los que manifestarse o prácticas asociativas elementales a partir de las cuales se reúnen. Así, para Poch (2009) la cultura es la base del progreso del Hip-Hop a nivel mundial, y como tal, no es estática en relación con los cambios que proponen quienes la conforman, ni tiene límites definidos. Así, existe una amplia gama de estilos dentro de esta misma cultura. A grandes rasgos, se puede distinguir aquellos que promueven la paz, el respeto y la solidaridad; y aquellos que rescatan la tradición más histórica del Hip-Hop, que se relaciona con el mundo popular y su fuerte crítica social y política. De esta última, se desprende aquella beta más comercial o gansta que ha marcado a muchos por su popularidad (Poch, 2009).

Finalmente, lo que queda más claro es que el Hip-Hop es en sí un movimiento cultural polimorfo que se impone en el espacio público (Tijoux et al., 2012) y que, desde ahí, manifiesta su descontento y las injusticias de lo más invisibilizados, por medio de sus diferentes expresiones artísticas populares.

4.1.1 Hip Hop y religión

Uno de sus más conocidos exponentes, KRS ONE (2009), escribió “La Biblia del Hip-Hop”, como ya se mencionó. Aquí, se detallan una serie de quehaceres y lineamientos que hacen que esta cultura parezca tan férrea, disciplinada y llena de devoción, como cualquier religión. Hebert (2008) plantea, a partir de sus investigaciones, que los mismos MCs en su quehacer se asemejan a los pastores protestantes de Estados Unidos. De hecho, el mismo KRS ONE se ha mostrado públicamente luciendo sotanas y destacando la importancia del mensaje que el rap debe contener. También se afirma que se asocia el origen jaimacano y el rastafarismo con los inicios musicales del Hip-Hop, como una espiritualidad común en las comunidades afroamericanas, entre otras influencias más políticas de algunos precursores que también incluyen abundantes referencias a Dios (Hebert, 2008).

El historiador Eluart Burt II relaciona el rap con la Iglesia Bautista y su predicador, explica que, si este es bueno, ya no habla sino emite un sonido, pues es el ritmo el que indica el significado y a dónde se va (Rubin & Fitzgerald, 2000). Se dice también, que la exposición de un rapero haciendo *freestyle* se da en un contexto espiritual (Rubin & Fitzgerald, 2000).

4.1.2. Hip Hop como expresión artística y popular

Poch (2009) propone dos grandes categorías para entender el Hip-Hop a partir de su constante construcción. A la primera, la ha denominado “narrativas culturales” y refiere a aquellas visiones en las que el Hip-Hop emerge como una expresión de las culturas juveniles, centrándose en lo artístico y no potenciando su proyección histórica y política. A la segunda, la llamó “Tradición cultural popular”, donde se ve el Hip-Hop como una expresión de la cultura popular y de su relación con ello, tomando gran preponderancia las experiencias políticas y organizacionales en pro de los movimientos sociales.

Por su parte, Tijoux (et al., 2012) considera que el Hip-Hop se puede entender como un arte popular por ser producción artística propia de los sectores populares. Entendiendo que, es una cultura que ha sido reappropriada y reinventada en muchos lugares geográficos y contextos. Donde el factor común es la población marginada más joven de las urbes que buscan manifestarse, por medio del arte, ante una sociedad que les aparta. Para

profundizar esto, encontramos en los planteamientos de Ticio Escobar que cuando hablamos de cultura popular, se refiere:

“al conjunto de prácticas de un grupo subalterno que se reconoce como comunidad particular y produce sus propios símbolos o hace suyos símbolos ajenos de acuerdo a sus necesidades colectivas. Estos símbolos se vuelven específicos del grupo, son incorporados a la construcción de sus subjetividades y constituyen propuestas alternativas a las de la cultura dominante, nieguen, incorporen, resistan o asimilen elementos suyos” (Escobar, 2008, citado en Tijoux et al., 2012, p.438).

Para Tijoux (et al., 2012), en tanto, el Hip-Hop permite encontrar el espacio que es negado en la urbe, es el arte de esta misma que se plasma en la calle de manera casi efímera por medio del grafiti y del tag (firma que se toma clandestinamente los espacios públicos), los movimientos cortados del baile y la sonoridad del rap que narra la realidad de los más excluidos. Sin lugar a duda, el Hip-Hop es una cultura muy rica y atractiva, dada su amplia gama de posibilidades de expresión, que reúne una diversidad de creaciones que crean una sinergia particular. De esta manera, el trabajo artístico de los hiphoperos es un arte político de resistencia, por medio del cual los oprimidos de diversos lugares rescatan su poder creador enriqueciendo la experiencia colectiva (Tijoux et al., 2012).

Arroyo y Heath (2014), por su parte, destacan la honestidad que aparece y lo directas que son las letras en el Hip-Hop sobre la lucha de la gente, incluyendo la ira contra las injusticias.

4.1.3 Hip Hop en Chile

La cultura Hip-Hop llega a Chile en los '80 en plena dictadura, sus primeros adherentes se empiezan a reunir el centro de Santiago (Tijoux et al., 2012). Aunque, no se habla de Hip-Hop como tal hasta los '90 (Rosenfeld, 2005). Lalo Meneses fue uno de los pioneros del Hip-Hop en nuestro país. Él recuerda que los primeros indicios de esta cultura llegan por medio de programas de televisión y una película llamada *Beat street*, donde se muestra el *breakdance*. Es así como empiezan a practicarlo, sin conciencia aun de que este baile era parte de una cultura más grande (L. Meneses, comunicación personal, 11 de julio del

2018). En este contexto hostil para las manifestaciones y expresiones sociales, el Hip-Hop se sobrepone con sus distintas formas: al *breakdance* se le suma la música, la poesía y el grafiti (Tijoux et al., 2012). Dando paso a la formación de colectivos que lo harán más conocido y atractivo para el mercado (Tijoux et al., 2012). Es en 1988 cuando se comienzan a organizar diversos grupos, con la intención de hacer rap para dar cuenta de su realidad, confluyendo la entretención y la crítica (Rosenfeld, 2005).

El Hip-Hop también ingresa a Chile por medio de los *cassettes* de los jóvenes retornados de la Dictadura, que provenían de Europa y otras partes de América (Poch, 2009). Llega a nuestro país con sus diversas dimensiones: aquellas que aceptan el imperialismo y copian fielmente las imágenes exportadas; y las otras, que tomaron esta cultura para desafiar al sistema y reafirmar su identidad, según Poch (2009). Este mismo autor rescata la cualidad del Hip-Hop para nutrirse de nuevos elementos expresivos en cada contexto.

En Chile, la visión de los hiphoperos se acerca a sus orígenes sociales en cuanto al espacio público del cual se apropian y la conciencia que tienen de su marginación. Aun cuando no se marginen completamente, dan la impresión de hacerlo (Tijoux et al., 2012). Por su lado, Poch (2009) plantea que la dimensión específica del Hip-Hop chileno se basa en la necesidad de configurar lazos y redes solidarias y asociativas entre sus participantes, quienes comparten la forma de expresión y los valores que esta cultura cultivaba en sus inicios en el país.

Según Rosenfeld (2005), hacia el '96 el Hip-Hop se hacía más masivo, ganando fuerzas con el rap. En la actualidad, esto se ha tornado aún más multitudinario. En nuestro país, según Poch (2009), el Hip-Hop también muestra lo cotidiano en su expresión, habla de la vida poblacional, de la existencia de presos políticos y de las persecuciones al pueblo mapuche. Esto lo podemos ver claramente en los jóvenes de origen mapuche que usan el rap como manifestación y visibilización de las problemáticas del pueblo indígena, ligadas a las reivindicaciones sociales y las políticas del pueblo araucano (Tijoux et al., 2012).

4.2 Rap

Keyes describe que el rap es como "hablar en voz alta sobre música o con un ritmo realizado internamente" (1996, p.225). El mismo autor (2002), plantea que el habla rítmica del bardo y el acompañamiento repetitivo de una kora (instrumento de cuerda) y/o un tambor son táticos en la música rap.

El rap se gesta en el Bronx en los '70s y toma fuerzas en los '80s, siendo el canal que denuncia las injusticias que vivenciaban los jóvenes en los guetos. Así, este movimiento social literalmente se "toma la voz" de las clases más pobres, siendo reconocido como una cultura de la calle (Tijoux et al., 2012). En este contexto, aparecen los llamados Maestros de Ceremonias o *MCs*, que son los encargados de animar las fiestas, y que tienen fuertes raíces africanas las cuales se reflejan en su expresión y en la mantención de la oralidad. Incluso el *freestyle*, que es la improvisación en el rap, tiene raíces en la tribu africana de los griots, según recuerda Tijoux (et al., 2012). Los griots eran antiguos poetas-músicos africanos que tenían el rol de mantener viva la cultura y la memoria por medio de la tradición oral únicamente, según explica Poch (2009). Es decir, tenían una función educativa en la tribu, donde contaban diversas historias (leyendas, cuentos chistosos, historias familiares, etc.) en verso, rimando. Todas estas expresiones tenían una moraleja, una enseñanza o poseían sabiduría en sí. Estos serían los orígenes del rap en sí, pues es la misma forma en que opera y se expresa (Poch, 2009). Este mismo autor, de hecho, también relaciona esta tradición de oralidad con el pueblo mapuche y sus *weipufes*, pues el rapero es ante todo un comunicador social que rapea de sus vivencias cotidianas, de lo que ve, lo que siente y lo va analizando. Así, plantean en sus canciones temáticas de relevancia local y nacional. Donde a partir de la diversidad de intereses y temáticas que emergen, pueden también distinguirse los diversos estilos de rap (político, gansta, cristiano, etc.). Cabe destacar, que el rap es también una manera de hacer poesía (Rubin & Fitzgerald, 2000).

A partir de lo anterior, es indudable que el rap ha sido muy importante al otorgar una vía de expresión en un mundo de dolor y sufrimiento (Hadley & Yancy, 2012), produciendo un universo particular en el encuentro entre el relato hablado y cantado (Tijoux et al., 2012). Estos relatos rítmicos pueden ser acompañados con diversas composiciones con instrumentos musicales; con sonidos corporales (como el *beatbox*, que se hace con la

boca); o con sonidos obtenidos de instrumentos más tecnológicos llamados pistas, *beats* o instrumentales. Así, todo aquello confluye en una sonoridad que otorga una experiencia singular para artistas y público, como se plantea en Tijoux (et al., 2012).

Hadley y Yancy (2012), por su parte, indican que el rap funciona como una forma de vida, dada su propia estética, desde un estilo particular de vestir a un ritmo preferido y una elección lingüística. Lo cual, se relaciona con un sentido de pertenencia en los raperos con relación a su comunidad. En el compilado de estas autoras, se ve cómo los raperos se apropian creativamente del espacio audible, pues ellos están siendo escuchados y están perteneciendo a una comunidad lingüística vitalmente compartida.

Poch (2009) trae una distinción: entre *MC's* y raperos. Plantea que los *MC's* han desarrollado la capacidad de improvisar en el rap (*freestyle*) sobre cualquier pista practicando este “estilo libre”, donde además deben ser el animador atrayendo la atención del público y conduciendo el evento. Estos *MC's* se encontrarían también en batallas y competencias donde deben mostrar sus destrezas. En tanto, los raperos serían todos aquellos que escriben sus canciones y que no se dedican al *freestyle*, pero igualmente sus letras hablan de la vida y la sociedad (Poch, 2009). En la práctica y conocimientos populares del rap, estas acepciones ofrecidas por Poch (2009) no son tan distinguibles ni mucho menos excluyentes, pues muchos raperos se denominan como tal y se dedican a ambas disciplinas dentro del rap, lo mismo ocurre con aquellos que se reconocen como *MC's*.

4.2.1 Rap en Chile

En plena dictadura en Chile, los raperos encontraron en este arte una vía de expresión, un arma, con la cual comunicaban su realidad. Así, los primeros grupos de rap en nuestro país asumieron la misión de alertar que había una vigilancia constante sobre la juventud (Poch, 2009). Incluso, Lalo Meneses (comunicación personal, 11 de julio del 2018) comenta que quienes estaban en el poder en ese momento, no previeron el real impacto que podría tener el Hip-Hop en la juventud local. De haber sido así, habrían existido más trabas para su desarrollo. En tanto, los primeros cultores del rap se dieron cuenta rápidamente de la herramienta de comunicación que tenían y expresaron en sus letras, con crítica social y política, la disconformidad con esta modernidad que no los representaba (Poch, 2009).

Hoy, a 30 años del rap en Chile, este ha tenido un gran auge y desarrollo. Al comienzo, no se alejó de la mano de los intereses comerciales, quienes intentaron sesgar los contenidos políticos y sociales del rap por medio de sus contratos (Poch, 2009). Sin embargo, actualmente, las diversidades dentro del rap coexisten según los propios intereses de sus exponentes: hay quienes lo hacen comercial y quienes se han mantenido fieles al *underground* de diferentes maneras.

Lo cierto es que el rap en nuestro país cayó en tierra fértil y hoy está en su mejor momento. Pues, Chile goza de un nivel de rap preponderante en Latinoamérica en la actualidad y así lo demuestra la gran productividad musical y la masividad de asistentes a sus eventos y encuentros más informales en las calles de las ciudades (Ferrari, Vallejo & Alzamora, 2018).

4.2.2. Freestyle

El *freestyle* es una disciplina perteneciente al rap que consiste en la improvisación lírica de rimas o letras espontáneamente. Esto puede ser sobre una pista, un *beatbox* o a capela. Dada su cualidad de espontaneidad, es efímero, llevando a la persona a poner atención sólo a ese momento apartando otras cosas de su mente. Se considera que:

“El recurso de la improvisación resulta aquí un elemento fundamental gracias a la instantaneidad del relato que permite a los artistas trabajar una experiencia colectiva. El hiphopero puede compararse así con el payador que aprende a procesar la sensibilidad de su tiempo y devolverla a un público a través de la poesía improvisada, generando nuevas posibilidades de comprensión de la realidad.” (Tijoux et al., 2012, p.438)

Por otro lado, el *freestyle*, ha dado lugar a diversas competencias o enfrentamientos, muchos denominados como “batallas” con diversos apellidos. Hoy se hace presente en espacios públicos y privados, y en redes sociales, teniendo además una clara connotación negativa para muchos, dada la explícita intención de humillar al oponente (Infobae, 2017). Poyal (2018) distingue este *freestyle* de batallas del *freestyle* solo o con más personas,

donde se improvisa libremente sin competencia. Aquí se ve la mayor diferencia, siendo esta última experiencia el foco de esta investigación. Cabe destacar que esta actividad pareciera ser sencilla, sin embargo, el nivel de complejidad que posee es muy alto.

En este sentido, estas competencias se asemejan a las *Dozens*, donde se enfrentaban los afroamericanos antiguos en divertidos e ingeniosos juegos de palabras llenos de insultos a sus oponentes, que escandalizaban y entretenían al público (Wald, 2012). Sin embargo, según Hadley y Yancy (2012), otra similitud entre el *freestyle* y las *Dozens* tiene que ver con que, pese a todo, a la base está el respeto, la cohesión, el sentido de colectividad, la intersubjetividad y la creación de significado, donde la importancia recae en el individuo y en la sinergia colectiva. Símil a esto, están los *Cypher* (o *Cypha*) en el rap, que son espacios tipo batallas verbales cargados de valores, donde tienen que probarse a sí mismos en destreza verbal y creatividad, en un intercambio dialógico y dialéctico que incentiva el dominio, la experiencia y la confianza en uno mismo (Hadley y Yancy, 2012).

Las competencias de *freestyle* se popularizan el 2002 con la película *8 Mile*, protagonizada por *Eminem* (Ortelli, 2016; Poyal, 2018), este fue el hito que llevó las batallas de *freestyle* a ser reconocidas fuera de Estados Unidos. Aquí se evalúa el ingenio, el *punchline* (fuerza y contundencia de las rimas), la respuesta al oponente, el *flow* (forma de fluir sobre el *beat*), la métrica (creación de estructuras o juegos de palabras que ofrecen un espectáculo si tiene complejidad) y la puesta en escena (Poyal, 2018). Poyal (2018) considera que, además de los 6 factores anteriormente mencionados, en las competencias de *freestyle* también se tienen en cuenta otros factores como el doble tempo (rapear más rápido de lo normal, pronunciando dos rimas en el lugar de una), el calambur (separación de sílabas o letras de una palabra para crear otra distinta en coherencia con el contexto de la frase) y el uso de figuras literarias como anáfora, hipérbole, símil, metáfora o antítesis. Dejando claro que quienes batallan deben entrenar (Rubin & Fitzgerald, 2000).

Desde otra vereda, en el documental "*Freestyle: el arte de la rima*", se habla de este como una salida emocional, saludable, y que esto es sabido entre quienes lo practican (Rubin & Fitzgerald, 2000). Además, aquí se muestra cómo el *freestyle* grupalmente, en general, se lleva a cabo en círculos que consiguen una potente energía de comunidad, de protección y expresión, donde todos son libres y quieren estar juntos así (Rubin &

Fitzgerald, 2000). Además, aquí también se realza la importancia de tener voz y, con ello, poder “mover montañas” (17:01). Incluso, se habla de que en este momento se llega a un siguiente nivel espiritual, siendo también, una forma ancestral de comunicación que está entre el discurso y la canción (Rubin & Fitzgerald, 2000).

4.2.2.1. El cerebro en el freestyle

Los correlatos neurales de la creatividad no son muy conocidos en general. De esta manera, el *freestyle* otorga la posibilidad única de estudiar qué ocurre a nivel cerebral allí donde se encuentran al mismo tiempo la música y el lenguaje (Liu, Chow, Xu, Erkinen, Swett, Eagle, Rizik-Baer & Braun, 2012). En este contexto, y utilizando una pista idéntica de 8 compases en las dos ocasiones, se realizó un estudio a 12 raperos haciendo *freestyle* en la primera etapa y, luego, rapeando canciones ya escritas (Coleman, 2013). La comparación de ambas tareas se realizó mediante el uso de imágenes de resonancia magnética funcional (fMRI) e indicó que la improvisación de rap se caracteriza por:

“la actividad disociada en las cortezas prefrontales medial y dorsolateral, lo que proporciona un contexto en el que pueden desarrollarse conductas independientes del estímulo en ausencia de monitoreo consciente y control volitivo. Los análisis de conectividad revelan correlaciones generalizadas relacionadas con la improvisación entre el prefrontal medial, el motor cingulado, las cortezas perisilvianas y la amígdala, lo que sugiere el surgimiento de una red que vincula la motivación, el lenguaje, el afecto y el movimiento. La improvisación lírica parece estar caracterizada por relaciones alteradas entre regiones que unen la intención y la acción, en las cuales el control ejecutivo convencional puede ser anulado y el control motor dirigido por mecanismos motores cingulados. Estas reorganizaciones funcionales pueden facilitar la fase inicial de improvisación del comportamiento creativo” (Liu, et. Al., 2012, p.1, traducción propia).

Además, el patrón de disociación o lateralización percibido es más prominente al principio del segmento de 8 compases; hacia el final del segmento, la actividad aumenta en el hemisferio derecho, indicando que el patrón de activación puede evolucionar con el

tiempo (Coleman, 2013). O sea, aunque no se sabe a ciencia cierta por qué ocurre aquella lateralización, los científicos describen que parece ser como un estallido creativo inicial que va amainando a medida que se va llegando al final de cada frase o estrofa (Valerio, 2012).

A partir de lo anterior, se puede colegir que cuando los raperos improvisan, sus cerebros muestran patrones de actividad que les permite desligarse del control ejecutivo típico, como la atención y el automonitoreo (como censura de ideas o de comportamientos antes que se expresen), perdiéndose a la espontaneidad creativa (Coleman, 2013). Al mismo tiempo, se apreció la fuerte activación de la corteza prefrontal medial, la cual puede desempeñar el rol de automotivación, organización e integración de una gran cantidad de información que se utiliza para los comportamientos (Siu et al., 2012; Coleman, 2013).

En conclusión, Coleman (2013) resume que lo anterior deriva en que el patrón disociado de actividad puede crear un estado en el que se pueden desarrollar comportamientos motivados por uno mismo, pero con mucha menos atención consciente y autocontrol, relegándose la acción y la intención. Otro aspecto relevante es la activación de la red que vincula la motivación, el lenguaje, el afecto y el movimiento al momento de freestear.

4.2.2.2 Freestyle en Chile

Ortelli (2016) recuerda el impacto internacional que tuvo la película *8 mile* y su temática central de batallas de *freestyle*. En el 2005, estos enfrentamientos de *freestyle* tomaban vida en la primera “Final Internacional Red Bull Batalla de los Gallos” en Puerto Rico. El fenómeno se extendió rápidamente por el mundo hasta aterrizar en nuestro país el 2006, bajo el lema de “*Muchos hablan, pocos riman. Sólo los mejores improvisan*”. La convocatoria en Chile fue un poco más acotada y participaron sólo MC’s que ya estaban activos en la escena rapera de entonces, según recuerda Insano (C. Cancino, comunicación personal, 25 de septiembre del 2018), quien fuera el ganador de aquel primer torneo.

Sin embargo, la relación con una multinacional como *Red Bull* fue desde siempre una gran controversia (Ortelli, 2016). Tijoux (et al., 2012) recomiendan mirar el Hip-Hop dependiendo de su contexto, ya que una parte de esta cultura, que es de por sí contestaria, ha sido recuperada por estas lógicas del capital a través de su incorporación a los actuales

circuitos comerciales y publicitarios. Así, la novedad y algarabía de las competencias vinieron a ocupar un sitio que cuenta con gran convocatoria y masividad en sus eventos.

El *freestyle* estuvo presente siempre en los círculos íntimos de los raperos (Poch, 2009) y en nuestro país toma cada vez más fuerzas (Ferrari et al., 2018). De hecho, rescata Poyal (2018), en Chile se originaron las populares “Batallas de Maestros”, las cuales cuentan con niveles regionales, nacionales e internacionales. Así como también se ha sumado “DEM Battles”, considerada actualmente como la competición callejera de habla hispana con más repercusión; “God Level”; y “Doble A”. Estas dos últimas, este año también se hicieron en Argentina (Poyal, 2018). Viendo ésto, no queda lugar a dudas de la relevancia que ha tomado y está tomando el *freestyle* en nuestro país, y cómo las competencias nacionales han marcado un antes y un después en lo que refiere a torneos de improvisación de rap.

Lo certero del *freestyle*, comenta Poch (2009), es el alto nivel de ingenio que se necesita para llevarlo a cabo, independiente si es en batallas o en círculos más íntimos. Es necesario tener comprensión de que en Chile también existen estas dos, y más prácticas, asociadas al *freestyle* y no sólo las competencias. Pues también se desarrolla en círculos públicos y privados, en círculos acotados y, sobre todo, en contextos íntimos (Poch, 2009).

4.3 Aspectos terapéuticos de las artes

4.3.1 Arte y salud mental

El arte siempre se ha relacionado de alguna manera con la psicología. Incluso algunos psicodiagnósticos contemplan la evaluación de la expresión artística del sujeto como indicador de su salud mental. El psiquiatra e historiador Hans Prizhorn, en 1920, recoge cerca de 5.000 obras hechas por pacientes de hospitales psiquiátricos de toda Europa e indica que dichas creaciones habrían nacido de la necesidad imperiosa de los pacientes de poner orden al caos y de una pulsión a la expresión (Ferigato, Rosende & Sy, 2011). En este contexto, según lo que se plantea en Ferigato (et al., 2011), America Latina ha sido inspirada por el psiquiatra italiano Franco Basaglia, quien plantea la necesidad de reformular los recursos terapéuticos y terminar con los manicomios, introduciendo en su bandera de lucha, como visión fundamental, un alcance humanista y comunitario en la salud

mental. Para Wanderley, psiquiatra y artista plástico, el arte es un camino que pone en cercana relación a “la locura” y a “la salud” por medio de la creatividad, acrecentando las posibilidades del sujeto por medio del aumento del contacto afectivo con la realidad (como se cita en Ferigato, 2011).

Es así, como el arte pasa a ser parte trascendental de los tratamientos que promueven el bienestar psíquico, físico y social del ser humano, desde un enfoque no invasivo y con más libertad. Sin embargo, la gran variedad de tipos de expresiones artísticas que podemos encontrar puede aportar cada una desde un lugar distinto. Asumiendo estas diferencias, en Ferigato (et al., 2011) se propone que independiente de la modalidad terapéutica en la que se utilice el arte (talleres, creaciones artísticas individuales o grupales con diversas orientaciones, o el arte como instrumento de lucha y resistencia), llevará a procesos de subjetivación, de creación de nuevas formas de existencia y estética de la vida. Así, se transforma políticamente la forma de intervenir en salud mental por medio de tratamientos interdisciplinarios que aborden las distintas dimensiones del sufrimiento humano con una mayor libertad para los usuarios y los profesionales de la salud (Ferigato et al., 2011).

4.3.2. Arte terapia

Según la American Art Therapy Association [AATA] (s.f.), el arte terapia es una profesión integradora de salud mental y servicios humanos que enriquece la vida de los sujetos, individual y colectivamente. Esto, por medio de la creación artística activa, el proceso creativo, la teoría psicológica aplicada y la experiencia humana, que se da en el contexto de una relación psicoterapéutica. Los terapeutas dedicados al arte terapia trabajan, a través de métodos integradores y alternativos de comunicación (distintos a lo verbal), con personas con problemas médicos y de salud mental, así como también con personas que buscan crecimiento emocional, creativo y espiritual (AATA, s.f.).

Pinazo (2012), por su lado, indica que en arte terapia no se diagnostica a los sujetos a partir de sus creaciones, ni se juzgan estéticamente. Sino más bien, se utiliza para resolver conflictos, ayudar a manejar el comportamiento, desarrollar habilidades interpersonales, reducir el estrés, fortalecer la autoestima y conocerse mejor a uno mismo. En este sentido, Pinazo (2012) plantea que el medio creativo sirve como medio y la obra artística tendría su

acción como intermediaria en la relación terapéutica que se da en los distintos campos de aplicación (educación, salud, intervención social, etc.). Cabe destacar, que esta autora se refiere particularmente al arte terapia basada en las artes plásticas, considerando la expresión plástica como una forma rápida y transparente de comunicación, donde el arte es una herramienta que permite acceder fácilmente al inconsciente de las personas. Además, Pinazo (2012) también considera que hablar sobre el proceso de creación de la propia obra, hará que la persona vaya descubriendo nuevos elementos. Lo plantea como una vía complementaria y/o alternativa a la palabra, donde se logra comunicar desde otro ángulo, aportando más variedad a la expresión de los pacientes, aumentando el autodescubrimiento y otorgando más diversidad en las formas de trabajo (Pinazo, 2012).

4.3.3 Musicoterapia

El rap es descrito como un género musical, por lo que sus aplicaciones en contextos terapéuticos son terreno de la musicoterapia. Por esto, es necesario comprender qué es la musicoterapia y por qué resulta tan exitosa en terapia. Así, según Jauset (2011):

“La American Music Therapy Association (AMTA) define la musicoterapia como “una profesión, en el campo de la salud, que utiliza la música y actividades musicales para tratar las necesidades físicas, psicológicas y sociales de personas de todas las edades. La Musicoterapia mejora la calidad de vida de las personas sanas y cubre las necesidades de niños y adultos con discapacidades o enfermedades. Sus intervenciones pueden diseñarse para mejorar el bienestar, controlar el estrés, disminuir el dolor, expresar sentimientos, potenciar la memoria, mejorar la comunicación y facilitar la rehabilitación física”. (p.93)

Jauset (2011) plantea que hay diversas descripciones para musicoterapia, sin embargo, todas apuntan a que es una herramienta donde lo que se logra es el bienestar de los individuos en diversos contextos dadas sus cualidades. La primera característica, es que sus efectos repercuten en el ser humano de manera íntegra y holística. Es decir, en todas sus dimensiones: física, corporal, cognitiva, mental, emocional y espiritual. La segunda característica, es que la musicoterapia es muy adaptable, ya que posee una amplia gama

de emociones y estados de ánimo, por lo que se puede acomodar a las necesidades de cada sujeto. Y la tercera, es que es una tremenda herramienta de comunicación, dado que facilita la exteriorización de emociones y la comunicación con otros, optimizando no sólo la socialización, sino también la cohesión grupal de pertenencia a un grupo.

Así mismo, la musicoterapia puede ser utilizada en contextos individuales o grupales, donde no hay reglas predefinidas. Jauset (2011) también plantea que dentro de la musicoterapia intervienen factores motores y cognitivos (atención, conducta, memoria, etc.), así como socioemocionales (cohesión con el grupo, expresión, comunicación, etc.), donde además se potencia la autoestima de los participantes con simples juegos, aunque ellos no lo perciban inmediatamente. Esto les otorga un soporte terapéutico, que luego les ayudará en cómo se desenvuelvan en su vida diaria (Jauset, 2011).

Jauset (2011) considera que la voz es el instrumento personal y natural más antiguo que existe y el primero que el ser humano utilizó, incluso, difícilmente existan dos voces similares. Considera así, que la voz y el canto son en sí mismas música totalmente única y personalizada, que otorga la capacidad de comunicarse y así transmitir sentimientos, como instrumentos del corazón y la mente, llegando a lo más profundo de nuestro ser. Por tanto, el canto puede ser una manera de desarrollar una relación entre la mente y las emociones, pues mediante la voz y el canto podemos transmitir paz, tranquilidad, alegría felicidad, rabia y odio (Jauset, 2011). En este sentido, este mismo autor considera que el impacto de la voz y el canto puede perdurar e influir en nosotros mucho más de lo que creemos, dada la carga emocional que se transmite con su expresión.

4.3.4. Hip-Hop y terapia

El Hip-Hop aparece como una forma creativa de deshacerse de la rabia, y cuando se crea desde la ira empieza la curación (Rubin & Fitzgerald, 2000).

En el compilado editado por Hadley y Yancy (2012), se presentan 19 intervenciones de los usos terapéuticos del rap y el Hip-Hop, es una obra sin precedentes que llena un gran vacío en el terreno de la musicoterapia de rap. Muchos de los colaboradores de este libro son musicoterapeutas, también hay trabajadores sociales, psicólogos, psiquiatras y

psicoterapeutas (todos de diversos orígenes), que realizan un trabajo innovador en el uso del rap y el Hip-Hop en la terapia (Hadley & Yancy, 2012). De todas las intervenciones, 18 de ellas usan principalmente el rap en diferentes contextos y una de ellas el *breakdance*. Particularmente, usan el rap dado que las intervenciones están basadas desde la musicoterapia, por lo que usaron *freestyle* y mayormente narrativa (componer rap).

Cada una de las técnicas que se utilizaron del rap y el Hip-Hop en la terapia (como escuchar y discutir, interpretar, crear y/o improvisar) complació ampliamente las necesidades de los clientes que participaron en las diversas intervenciones, según se explica en Hadley y Yancy (2012). Pues, dentro del momento contemporáneo que estamos cursando, donde los jóvenes se sienten relegados y no comprendidos, el rap ofrece formas saludables de compartir su expresión y de la afirmación de su modo ser, así como formas complejas de conocimiento que son fundamentales para la identidad y supervivencia de los jóvenes (Hadley & Yancy, 2012). En efecto, el rap y el Hip-Hop otorgan una estructura dentro de la cual los sujetos pueden obtener un sentido de sí mismos como creadores. Es decir, estas autoras consideran que su estructura aporta estructura y, a la vez, permite la libertad de expresión, además de una gran variedad de formas para improvisar.

Hadley y Yancy (2012) reconocen que el Hip-Hop comenzó mucho antes que el rap como tal, y que desde el principio esta cultura mantiene lógicas espaciales, entre otros elementos, las cuales fomentan el movimiento y ponen en relevancia las características espaciales por medio de sus diversas expresiones (juntarse a rimar en las esquinas, el *breakdance* en las calles y la apropiación de la arquitectura de la ciudad que se da en el grafiti, entre otros). Este movimiento en sí tiene cualidades terapéuticas importantes, pues implica progreso y relación con los espacios abiertos, reconfigurando no sólo estos espacios, sino también la percepción de la realidad vivida (Hadley & Yancy, 2012). De esta manera, los jóvenes se agrupan y logran ser vistos, aparece un sentido de pertenencia a una comunidad en la que se comparten intereses y luchas comunes.

Otras intervenciones terapéuticas encontradas, se enfocan principalmente en el rap y su cualidad narrativa donde se destacan conceptos como la re-autoría, re-inscripción y circulación de la nueva historia (Arroyo & Heath, 2014). Estas se revisarán más adelante.

Por otro lado, en el artículo publicado por Crooke y Travis (2017), se reconoce que algunos contenidos de rap a veces glorifican la violencia, el uso de sustancias y la discriminación de género. Sin embargo, estos mismos autores invitan a mirar más allá de esas profanidades, materialismos y mensajes de alto riesgo, invitando a ver los valores que se celebran en el rap, como los basados en la justicia social, la paz, el respeto, la autoestima, la comunidad y la entretención. Así, Crooke y Travis (2017) indican que debido a estos valores fundamentales del Hip-Hop, este se usa cada vez más como una herramienta terapéutica al momento de trabajar con jóvenes. En este sentido, ellos consideran que es la musicoterapia perfecta para integrar en las estrategias de salud mental y mencionan el trabajo de un grupo de psiquiatras en la Universidad de Cambridge que trabajan bajo el lema de “*Hip Hop Psych*”, donde lo usan para promover la salud mental.

En este escenario, Crooke y Travis (2017) comentan que dada la comercialización de la cultura y lo accesible que es hacer Hip-Hop (como hacer un *beatbox* con la boca, freestear o crear un *beat* con la tecnología existente), sería difícil encontrar un país donde no se tenga ningún tipo de escena Hip-Hop en la actualidad. En este sentido, indican que las comunidades marginadas de todo el mundo resuenan con este espíritu de resistencia a la exclusión y la lucha por la equidad y la justicia, más allá de la diversidad de expresiones.

Por su lado el Dr. Travis (Crooke & Travis, 2017) en sus investigaciones, ha demostrado que a pesar de las asociaciones negativas que se suelen hacer del Hip-Hop, se considera una fuente relevante de empoderamiento de uno mismo y de la comunidad. Ya que otorga importantes beneficios para la salud mental del individuo, relacionados con el afrontamiento de las emociones, la identidad y el crecimiento personal, los que pueden colaborar en promover la resiliencia en las comunidades. Por su parte, el Dr. Crooke ha encontrado que el Hip-Hop es una forma muy positiva para que los estudiantes de diversos orígenes se involucren con su comunidad, con las tareas de aprendizaje y con la escuela en general (Crooke & Travis, 2017). Así también, comentan sobre otro estudio reciente del Dr. Crooke, donde los resultados de un programa intensivo a corto plazo de Hip-Hop y ritmos para jóvenes en riesgo social, muestran que los estudiantes estaban involucrados en el aprendizaje del programa, mostrándose además con una actitud positiva y estableciendo buenas relaciones con los facilitadores, fortaleciendo así la conexión social entre ellos.

Así, Crooke y Travis (2017) realzan el poder curativo del Hip-Hop, explicando que no es la cura para todos ni es perfecto. Sin embargo, por ser una cultura con complicadas raíces sociales e históricas, es fundamental que, de ser apropiado, se reconozca, respete y aborde esto. Pues, precisamente son sus orígenes los que hacen que sea una herramienta tan importante para nuestra sociedad, obligándonos a enfrentar los problemas de raza, privilegio, clase y apropiación cultural.

4.3.5 Rap y terapia

Según el rapero Doug E. Fresh, el rap siempre ha sido una forma de terapia (citado en Hadley & Yancy, 2012). En este sentido, el rap como terapia ha sido usado más que nada en los últimos años, su investigación y aplicación aún es muy incipiente. Nos encontramos con las investigaciones y cursos de los Doctores Crooke y Travis (2017) en Estados Unidos y Australia, respectivamente; el compilado de Hadley y Yancy (2012) sobre los usos terapéuticos del rap y el Hip-Hop desde la musicoterapia, con aportes de Estados Unidos, Canadá, Reino Unido, Sudáfrica y Australia; y el rap como terapia narrativa de Arroyo y Heath (2014), también de Estados Unidos. Donde se han ocupado más que nada las herramientas musicales, narrativas y poéticas del rap como terapia en diferentes contextos, principalmente con jóvenes en riesgo social que gustan de este estilo musical. La realidad es que las investigaciones en habla hispana aún no se destacan en este ámbito, pese a que los antecedentes encontrados hasta ahora ya muestran sus grandes beneficios. Por ello, a continuación, se revisarán las diversas aristas de lo que se ha estudiado y presentado hasta el momento del rap en terapia.

En las intervenciones presentadas por Hadley y Yancy (2012), encontramos varias formas de usar el rap y el Hip-Hop en terapia: escuchando y discutiendo sobre las temáticas de sus canciones, y componiendo o improvisando rap. Escuchar, como herramienta terapéutica, lleva a escuchar ciertas selecciones de rap que se discuten luego en profundidad sobre las experiencias de vida de los clientes, las actitudes sobre los temas relevantes de sus vidas, sus relaciones, la comprensión de sí mismos, sus circunstancias, posibilidades futuras, la percepción de la realidad y cómo se perciben dentro de la sociedad (Hadley & Yancy, 2012). Más precisamente, el sólo hecho de escuchar rap puede llevar a estimular una discusión importante sobre sus propias narrativas personales, en relación con

sus diversas emociones. Esto es un indicador del poder del rap sobre la capacidad para reflejar en sus letras las vidas de otros y es terreno de la musicoterapia, dado que sucede con las canciones en general (Hadley & Yancy, 2012). Sin embargo, el rap puede funcionar como una interesante y poderosa invitación para que las personas hablen, ya que funciona como voz sustituta para aquellos que no se están expresando por medio del lenguaje y que pueden identificarse con las emociones que están escuchando en un tema de rap.

Por otro lado, Crooke & Travis (2017) plantean que la naturaleza repetitiva y predecible de los ritmos de rap dan una sensación de seguridad, sobre todo en el proceso creativo. Por lo que sugieren que proporciona un sentido de confiabilidad para quienes tiene poca regularidad o seguridad en su diario vivir, lo que vincula el compromiso musical con la autorregulación. En esta línea, Perry también afirma que la simulación con patrón y repetición o las experiencias rítmicas tienen éxito al colaborar con modular la desregulación (2006, citado en Ierardi & Jenkin, 2012).

Hadley y Yancy (2012), por su parte, manifiestan que fueron testigos de cómo los jóvenes expresaban por medio del rap su dolor, sus alegrías, éxtasis y tristezas: cómo el poder de la voz los sostuvo. El rap funcionó como un vehículo a través del cual los jóvenes mantuvieron una sensación de cordura en espacios urbanos altos en desempleo y pobreza. Siendo un medio de descripción e interpretación de una realidad existencial difícil y precaria que pudieron trascender sin negación (Hadley & Yancy, 2012). Debido a que el “tener el micrófono” ni siquiera requería su literalidad, bastó con que fuera una instancia de espacio abierto donde podían ser escuchados, donde tenían voz, reconocimiento y validación.

Don Elligan, el psicólogo clínico que acuñó por primera vez el término de “terapia de rap”, exploró el uso del rap como una técnica receptiva en psicoterapia verbal en sujetos con problemas emocionales, de comportamiento o cognitivos (Hadley & Yancy, 2012). Elligan plantea que el uso de un enfoque culturalmente sensible a la psicoterapia permite que se reconozca el entorno cultural del cliente en el proceso terapéutico, explicitando que el rap se puede usar como herramienta terapéutica en los jóvenes urbanos y que este ayuda a establecer una relación de confianza, libre de prejuicios, entre terapeuta y cliente (Hadley & Yancy, 2012). En este capítulo, también se rescata el rap como un modo alternativo de expresión para lidiar con emociones potencialmente destructivas. En este contexto, funciona como un lugar de liberación emocional y que, en lo más profundo, funciona contra

el nihilismo y la destructividad. Así, el rap otorga voz a los sentimientos de temor y falta de sentido. Pero, a la vez, esta capacidad de dar voz a estos sentimientos crea una distancia psicológica importante con estos mismos sentimientos (Hadley & Yancy, 2012).

La mayoría de las intervenciones e investigaciones hechas con el uso del rap como terapias han sido con jóvenes en riesgo social, principalmente hombres jóvenes con ascendencia afroamericana o latina (Arroyo & Heath, 2014; 2016; Hadley & Yancy, 2012; Hebert, 2008; Ierardi, & Jenkins, 2012). Por lo que es pertinente hacer la relación también con los orígenes del rap. Igualmente, se torna relevante comprender que el rap, para aquellos más marginados y excluidos, es un lenguaje mucho más familiar y menos amenazante que un contexto de terapia cualquiera, lo que resulta muy importante de tener en cuenta para el vínculo terapéutico y el posicionamiento del terapeuta. En este sentido, las intervenciones con rap son beneficiosas dada precisamente esta familiaridad de algunos de estos jóvenes con este estilo musical. Pues, el rapear sobre lo que les sucede muchas veces les resulta más cercano que lo extraño que se siente hablar sobre lo que les ocurre, por lo cual se presenta como un elemento fértil en el terreno de las conversaciones terapéuticas (Arroyo & Heath, 2014). Crooke y Travis (2017) también consideran que al ser el rap un estilo en el cual la mayoría de los jóvenes se siente cómodo, otorga una manera amable de iniciar un vínculo terapéutico. Ya que la naturaleza reflexiva del contenido lírico se transforma en un vehículo para llegar a la autorreflexión, el aprendizaje y el crecimiento. Así, se considera que las letras de rap brindan a los terapeutas acceso a muchos temas sobre los que es más difícil hablar (Arroyo & Heath, 2014; Crooke & Travis, 2017).

Por otro lado, Arroyo y Heath (2016) comentan que luego de dos meses de trabajo, el paciente logró encontrar en el rap un aliado para poder ser la persona que quiere ser, desde donde se justifica el primer estudio de Arroyo & Heath (2014), que habla sobre el motor que es el rap en la construcción de identidad los jóvenes. Dado que el rap y el Hip-Hop son poderosas formas culturales contemporáneas que proporcionan espacios que liberan maneras de expresarse y de adquirir nuevas formas de empoderamiento. Y que, además, tienen en su interior modalidades expresivas que incentivan la exploración del ser interior, sus debilidades y fortalezas (Hadley & Yancy, 2012).

Si de objetivos terapéuticos hablamos, el rap y el Hip-Hop otorgan crecimiento, autoestima; y expresión, catarsis individual y colectiva; formas alternativas y positivas de expresar sentimientos y emociones; improvisación creativa; autodescubrimiento y un sentido positivo de la autoestima (Hadley & Yancy, 2012). Con relación a la identidad, Arroyo & Heath (2014) esclarecen que el rap puede ser tan beneficioso para aquellos que son raperos y que el crear su propia rima sobre su identidad puede ser transformador, como para aquel que no se percibe a sí mismo como rapero y que intenta crear un verso. Ya que, este proceso en sí mismo puede ser el impulso para un cambio de identidad.

Arroyo & Heath (2016), en la segunda parte de su investigación sobre el aporte del rap en terapia narrativa, resaltan una cualidad muy trascendental desprendida de su estudio, donde se expresa: "Es como cuando rimo. . . Escupo la verdad de mi alma " (p.81) y se acuerda integrar el rap en las sesiones "como un camino hacia la liberación, para eliminar los grilletes de mi alma" (p.81). No sólo eso, sino además en lugar de llamarles a los encuentros terapéuticos "terapia", decidieron (terapeuta y paciente, en conjunto) denominarles a los encuentros "sesiones de estudio". En este mismo contexto, se desprende de un encuentro un apodo para el paciente, donde a su nombre le añade "*el filósofo*", precisamente por cómo se plantea frente a un lápiz y su posibilidad de crear.

Álvarez (2012), cuenta que trabaja con el rap en terapia desde el 2004. Desde entonces, ha centrado su carrera de trabajo social en el desarrollo de un modelo impulsado por la comunidad para el tratamiento de jóvenes con ascendencia afroamericana que son resistentes a la terapia tradicional, para lo cual ha utilizado el rap como catalizador. Resalta lo gratificante que ha sido observar la eficacia de la terapia de rap en esta población, provenientes de comunidades donde existe el estigma negativo con los servicios de salud mental y abundan las experiencias negativas con la terapia, desalentando así a los jóvenes. De hecho, una encuesta en la investigación arrojó que las personas con trastornos por abusos de sustancias a menudo eligen el rap como estilo preferido, siendo probable que participen en la musicoterapia de rap más que en otros estilos (Hadley & Yancy, 2012).

Por último, lo concreto es que el rap genera una sensación sostenida de cordura. Dado que es un medio para expresar diversos sentimientos e impulsos, pues el rap funciona como una poderosa forma de narración de historias que permite ingresar a círculos de rap (Hadley

& Yancy, 2012). Además, en Hadley y Yancy (2012) se plantea que las personas pueden llegar a enorgullecerse de un acto de autonomía creativa, algo que puede haber sido negado u opacado antes. En tanto, aquí pueden ser creativos a través de una manera de expresión que valoran y que transmite respeto por su identidad y sus elecciones. Por ello, estas autoras enfatizan lo profesional y cuidadosos que han sido todos los colaboradores de su libro en relación con el uso y el valor del rap y el Hip-Hop en intervenciones terapéuticas. E incentivan a más terapeutas a tomar estas herramientas para intervenir en poblaciones donde el rap es valorado como un importante modo de expresión.

4.3.6. Freestyle como terapia

Como se ha revisado anteriormente, los escasos estudios e intervenciones que existen han usado el rap como terapia, tanto en revisión de sus letras como en la composición e improvisación de estas. Este último terreno, el del *freestyle* en el rap, ha sido aun menos explorado que el rap en general. En tanto, en el libro de Hadley y Yancy (2012) podemos encontrar intervenciones terapéuticas, realizadas por Ierardi y Jenkins (2012), que se centraron en la improvisación de rap como técnica terapéutica.

Así, en un centro de detención juvenil urbana en Estados Unidos, Ierardi & Jenkins (2012), en el 2008, aplicaron el rap en sesiones de terapia con jóvenes, donde se brindaron tres sesiones de terapia musical grupal y dos sesiones individuales. En este lugar, la duración media de la estancia es de 18 días y dentro de todos los maestros a cargo de la educación, cuentan con un maestro que está a cargo de arte capacitado como terapeuta de arte. En estos talleres de 10 semanas de duración, se utilizó mayormente la improvisación de tambores, la vocalización espontánea y la mayoría de las veces el rap y la improvisación vocal e instrumental de blues (Ierardi & Jenkins, 2012). Para comenzar el ciclo de encuentros musicoterapéuticos, se les presentó toda una contextualización referente a músicos de blues (y de batería, por ejemplo) y un xilófono que tenían raíces africanas. Se cree que dicha contextualización habría creado, previo a la participación de los jóvenes, un nivel de confianza y credibilidad (Ierardi & Jenkins, 2012). El acercamiento terapéutico fue desde un enfoque centrado en la persona y con psicoterapia de apoyo.

Ierardi y Jenkins (2012) usaron en sus intervenciones de musicoterapia el rap, tanto en composición como improvisado. Comentan que los jóvenes del centro de detención “han usado letras de rap para expresar pérdida, arrepentimiento, abandono y, finalmente, la esperanza de cambio” (Ierardi & Jenkins, 2012, p.271). Así mismo, descubrieron que la improvisación de la pista de fondo con instrumentos musicales no era un buen cimiento para la expresión de todos los jóvenes. Pues, para aquellos grupos que requerían de una mayor estructura, dada a su impulsividad y agitación, facilitaron un soporte armónico en progresiones familiares con los instrumentos (teclado o guitarra), en lugar de una mera improvisación en los ritmos. También probaron con otra opción en pro de la estructura, usando la imitación rítmica básica (o llamada y respuesta), con el fin de evaluar si el grupo podía tolerar la naturaleza impredecible de la improvisación (Ierardi & Jenkins, 2012). En consecuencia, Ierardi y Jenkins (2012) se basaron en las observaciones que pudieron hacer de cada sujeto para evaluar la necesidad de estructura de cada cual. Dado que, en algunos casos, donde uno o más miembros de un grupo parecía ser fácilmente estimulado, el uso de música altamente rítmica para usar de base no era compatible con el *freestyle* vocal. En tanto, la mayoría de los *freestyles* espontáneos se dieron naturalmente a partir de ritmos utilizados en la percusión (iniciados o apoyados) por el facilitador (Ierardi & Jenkins, 2012).

En tanto, se considera que la toma exitosa de riesgos musicales/instrumentales y la expresión de planes para futuro a través del *freestyle*, formaron parte de un enfoque terapéutico, en este contexto aun a corto plazo, para que los jóvenes vieran todo su potencial personal, además de un futuro más positivo (Ierardi & Jenkins, 2012).

Según Bruscia (1991, citado en Hadley & Yancy, 2012), la improvisación es muy útil para desarrollar naturalmente espontaneidad, creatividad, juego, libertad de expresión, un sentido de identidad o habilidad interpersonales. De modo que, el mismo autor considera que la improvisación proporciona un medio seguro para explorar nuevos comportamientos, patrones de interacción o roles, donde a la vez se desarrolla la capacidad de hacer cambios y tomar decisiones dentro de los límites establecido.

En el tercer capítulo de Hadley y Yancy (2012), Lightstone indica que la oportunidad de participar en juegos de palabras puede proporcionar una armadura conveniente para los raperos, en el sentido de seguir evitándose a sí mismos y a sus problemas y que, de alguna

manera, se desarrolle resistencia terapéutica. Así, la improvisación implica riesgo, pues se trata de tomar decisiones inmediatas y cargar con esas elecciones. Para tener éxito en el *freestyle*, se debe ser espontáneo y poder lidiar con la contingencia, con lo inesperado. Además, improvisar requiere escuchar activamente y utilizar creativamente todos los recursos que se tienen a mano (Hadley & Yancy, 2012).

5. Marco Metodológico

5.1 Diseño

La presente investigación está enmarcada dentro de un paradigma cualitativo, que nos permite una comprensión más detallada de la persona dentro de su propia experiencia y su marco de referencia.

5.2 Identificación de Participantes

Las entrevistas fueron realizadas por la autora de esta investigación, quien, al momento de las entrevistas a la muestra, tiene 29 años y terminaba su quinto año de Psicología, ya habiendo realizado su práctica profesional y el Diplomado en Psicoterapia Humanista Existencial, todo en la Universidad de Chile.

El criterio de selección se basó en un muestreo teórico, según ciertos criterios de inclusión o exclusión. En tanto, de un total de 18 entrevistados, 3 entrevistas fueron realizadas anexamente estando en el marco de entrevista a informantes claves, dada la experiencia de estos 3 entrevistados en el Hip-Hop, el rap y los talleres de rap y *freestyle* en los que han participado y guiado. Todos los participantes son chilenos (3 mujeres y 12 hombres) entre 15 y 48 años al momento de la entrevista, 17 de ellos residentes en diversas comunas de la Región Metropolitana y uno en la V Región, todos considerados como raperos.

De esta manera, de las 15 personas que componen la muestra, se escogieron 5 sujetos para cada uno de los siguientes niveles que se presentan, calificados tanto por sus pares

como por sí mismos. Es decir, han sido propuestos desde una votación popular y, además, se identifican con la descripción de la categoría a la que pertenecen:

1) Freestyle experto: sujetos que -por declaración de sus pares y trabajo de campo- son catalogados como expertos en improvisación lírica en el rap.

2) Escritores: sujetos que son destacados escritores. Sin embargo, les acomoda mucho más crear rimas (componer) para luego grabarlas y rapearlas posteriormente. Es decir, componen rimas que luego aprenden para exponerlas. En tanto, no les acomoda de igual manera la improvisación espontánea de líricas.

3) Aprendiz: este grupo reúne aprendices del rap y del *freestyle*, propiamente tal, que llevan poco tiempo (igual o menor a 4 años) en la disciplina y que, sin embargo, resuenan con ella y les motiva a seguir perfeccionándose.

- Detalle de trabajo etnográfico: aparece como denostativo considerar que un rapero no freestalea o es un mal exponente en esta práctica. En cambio, aparece como sujeto de admiración el que alguno se distinga positivamente en el *freestyle*.

5.2.1 Aspectos Éticos

Se entregó a todos los participantes un consentimiento informado. En el caso del menor de edad, se le entregó un asentimiento informado, el cual también se le entregó al padre del adolescente que participó. De dos copias en cada caso, una quedó con los entrevistados (y el padre del menor) y la otra con la investigadora.

En este estudio se resguarda la identidad de los participantes. De manera que, para poder analizar los datos obtenidos se ha usado la letra E para identificar a los entrevistados, P para las preliminares y L para el entrevistado final. Además, se les asignó números a las letras, en concordancia con el tipo de entrevista (preliminar o no) y el orden en el que fueron entrevistados (ej.: E1, E2, ..., E15).

5.3 Instrumentos de recolección de información

Entrevista semiestructurada (ver anexo 3): Se administró una entrevista en profundidad, semiestructurada.

5.4 Procedimiento

Se invitó a participar de esta investigación a 18 personas pertenecientes al rap. 15 de ellos forman parte de la muestra, la cual se dividió en tres niveles: *Freestyle* experto, escritores, y aprendices. Quienes fueron informados de estas distinciones y se identifican con las descripciones de alguna categoría, de la cual formaron parte. Se les informó de todas las condiciones prácticas y metodológicas, utilizando un Consentimiento (y asentimiento, según el caso) informado, el cual fue aceptado por todos y firmados en la única entrevista semiestructurada.

Las entrevistas se realizaron en general en los domicilios de los participantes, salvo una con quien nos reunimos en cercanías al domicilio de ambos. 3 participantes asistieron al domicilio particular de la investigadora y otras 2 entrevistas se realizaron vía videollamada, dada la comodidad e imposibilidad de los participantes para reunirse en persona. Las entrevistas tuvieron una duración aproximada de una hora cada una. Todas las entrevistas fueron grabadas y transcritas por la misma autora de esta investigación, en su domicilio.

5.5 Análisis de la información

Para analizar la información desprendida de las entrevistas semiestructuradas realizadas, se utilizó una herramienta de la Metodología Cualitativa, denominada *Teoría fundamentada* o *Grounded Theory* (Strauss & Corbin, 2002). El análisis se realizó a partir de los procedimientos que se indican en esta teoría.

Por tanto, luego de realizar las transcripciones de las todas las entrevistas, se llevó a cabo una *codificación abierta* donde se analizaron las frases y párrafos de las entrevistas con el fin de obtener la idea principal de la oración, para luego clasificar la información en conceptos. Una vez que los conceptos comenzaron a acumularse, se agruparon en términos explicativos más abstractos, es decir, en categorías.

También se realizó una *codificación axial*, la cual implica relacionar las categorías con las subcategorías, continuando las líneas de sus propiedades y dimensiones, viendo así cómo se entrecruzan y relacionan estas (Strauss & Corbin, 2002).

A partir del procedimiento anterior, se generó el árbol de categorías (ver anexo 4), buscando explicar con más detalles las propiedades de cada categoría. Los nombres de las categorías están dados, precisamente, por el conjunto de conceptos que se descubrieron en los datos. Con el árbol de categorías ya armado, se obtuvo resultados relacionales entre los fenómenos, los cuales posteriormente se sintetizaron usando el procedimiento de *codificación selectiva*, el cual es el proceso de integrar y refinar las categorías (Strauss & Corbin, 2002).

Así, se obtuvo un panorama más general de la información obtenida, captando la esencia de la investigación. Lo que dio paso a identificar el fenómeno de estudio como un aspecto más general con dos grandes diferenciaciones en las experiencias de los entrevistados, por lo cual se realizaron tres diagramas para explicar lo central de estos y sus relaciones. Luego, con los diagramas ya esbozados, se repasaron estos modelos explicativos con la finalidad de buscar sus consistencias internas y brechas que pudieran existir en la lógica, se completaron las categorías poco desarrolladas, se recortaron excedentes y, finalmente, se afinó la información para validar por fin el esquema teórico.

6. Resultados

Dada la cantidad de experiencias subjetivas que se analizaron y la cantidad de información compartida en las entrevistas realizadas, parece interesante ordenar los resultados según los distintos tipos de experiencias asociadas *al freestyle* y que se identifican, en su gran mayoría, como terapéuticas o positivas. Por ende, los diagramas que se presentan más adelante han sido desarrollados a partir de estas distinciones en las experiencias con el *freestyle* y, de igual manera, responden a los tres objetivos específicos y, por tanto, al objetivo general de esta investigación.

6.1. Resumen del árbol de categorías

A continuación, se presenta una tabla que resume el árbol de categorías (ver anexo 4) que se realizó a partir de la información obtenida y analizada:

Rap: ritmo y poesía	Enmarcado en la Cultura Hip-Hop	Con su raíz marginal y revolucionaria	
		Hermandad	Unifica
			Mayor hermandad en el rap que no es de batallas
	Rap como forma de vida	Orgullo rapero	
		Entregar un mensaje	Responsabilidad al transmitir un mensaje
		Círculo de rap	Compartir parte de sí mismo socialmente
	Escribir rap	Composiciones propias y únicas	Sello propio
			"Pienso en las canciones que quiero escuchar y las hago"
		Acercamiento al rap desde la poesía	
		Al escribir hay más análisis	
		El efecto liberador de escribir rap	
		Mayor gusto por escribir rap	Concluir un proceso
			Ordenarse al escribir
			Asimilar la propia experiencia al escuchar el propio rap
			Se puede pulir más
	Efectos positivos del rap	Rap terapéutico	
		Convertir el "peso de mi espalda" en arte	
		Da felicidad	
		Salvación en momentos difíciles	
		Conexión con el alma/espíritu	

		Satisfacción y autoeficacia		
	Técnicas de composición	Uso de metáforas		
		4/4		
		Juego de palabras	Calambur	
			Multisilábicas y "one-two"	
	Talleres de rap	Cómo se enseña en un taller de rap		
		Distintas posturas frente a los talleres de rap	Sobre la autenticidad en el rap	"bacán que se parezca, si yo aprendí de él"
				"rapean todos iguales, tienen la misma escuela"
	Freestyle: la improvisación en el rap	Siempre <i>freestyle</i>	Solo	
			Con el círculo más cercano	
			Rondas de <i>freestyle</i>	
			Para sacar una idea	
			En la ducha	
		Poesía oral inmediata		
		Todo el cuerpo en el <i>freestyle</i>		
		Freestyle como forma de expresión personal		
		Competencia de batallas de <i>freestyle</i>	Humorístico o entretenido	
			Bullying	
			Más básico	
		La diferencia de un buen <i>freestyle</i>	Es necesario un nivel de inteligencia/astucia/ingenio	
			Requiere práctica o entrenamiento	
			Dejarse llevar, sin filtrar lo que viene a la mente	
			Identificación con lo expresado	
			Que el mensaje tenga contenido	
			Uso de técnicas de posía al plantear una rima	Métrica
			Fluidez	
			Tempo	

		Compenetrar con la instrumental o beat	
		Espontáneo	
		Manejo de vocabulario	
	La completa y variada experiencia en el <i>freestyle</i>	En el momento	<i>Freestyle</i> sin filtro emocional
			Estado de plenitud máxima y exaltación emocional
			Sensación de liberación o descarga emocional
			Felicidad
			Sinceridad en la expresión
			Atrapante
			<i>Freestyle</i> como trance
			Aparecen ideas solas
			La emoción en las rondas de <i>freestyle</i>
		Inmediatamente luego de freestear	Sensación de conexión con algo mayor
			Acelera en corazón
		A mediano plazo	Motivación para mejorar en el rap
		A largo plazo	Aumentar el desafío
			Constituir una identidad
			Círculo social de <i>freestyle</i>
	Qué importancia le da cada persona en su vida	"Es principal en mi vida"	El <i>freestyle</i> como pasión
			Es prioridad de vida
			Es lo mejor de mi vida
			Es lo que amo
			Me da vida
			Es único
		Es una necesidad	

		Es un trabajo de conciencia y darse cuenta		
		Relacionado con la religión		
		Deporte para la inteligencia		
		<i>Freestyle</i> como juego		
		Es una herramienta de comunicación		
	Efectos del <i>freestyle</i> rap	Efectos positivos o terapéuticos	Felicidad	
			Entretenimiento	
			Disipador de negatividades	Transmutador energético
			Fuente de inspiración y motivación	
			Promueve autoconfianza, mejorando la autoestima	
			Aporta a la formación de una identidad propia	Autoeficacia
			Promueve la integración en grupos	El <i>freestyle</i> grupal motiva
			Respeto inherente a la Cultura Hip-Hop	Ausencia de respeto, ausencia de Hip-Hop
			Perder el miedo a la exposición	
			Satisfacción	
			<i>Freestyle</i> -terapia	
			Sentido de vida	
			Sensación de liberación de algo	
			Desahogo	
			Sentirte libre	
			Equilibrio emocional	
			Darse cuenta	Conversación con uno mismo
				Conocerse y poder mirarse a sí mismo
				Autoconocimiento a partir del propio <i>freestyle</i>

				Te hacer pensar sobre lo que freestaleas
			Abrió mi cabeza	
			Ordenar la mente	
			Puedo decir lo que quiero	La versatilidad de la libre expresión
			Fomenta mayor interés por el lenguaje	
			Desarrollar herramientas gracias al <i>freestyle</i> , que son útiles en otros planos de la vida	Prepara para la contingencia de la vida diaria En otras aristas artísticas
		Efectos negativos	No concretar discos o producciones	
		Efectos ambiguos	<i>Freestyle</i> como conducta compulsiva	
			Exceso de prioridad al <i>freestyle</i>	
	Facilitadores	Requiere pocos recursos materiales		
		El plus de la fugacidad		
		<i>Freestyle</i> sin restricciones de tiempo		
		Cuando no hay necesidad de filtro		
		Con instrumental de fondo		
		En grupalidad	Sentirse aceptado o aprobado	
			Comodidad y confianza	Círculo de confianza donde el propósito es el <i>freestyle</i>
		No pensar tanto la rima		
		Estar solo		
		Motivación		
		Buen ánimo		
	Obstaculizadores	Entorno desconocido		
		Tener que cumplir expectativas de otros		

Improvisar vs. Componer rap		Escrutinio público	
		Comparación con otros más experimentados	
	Relación entre improvisar y escribir	<i>Freestyle</i> como base/cuna del rap	
		Escribir da más herramientas al <i>freestyle</i>	
		<i>Freestyle</i> mejora la escritura	
	Similitudes	El acto de rapear en sí es terapéutico	
		Poesía callejera	
		Bienestar por el desahogo	
		El desafío de la métrica	
	Diferencias	El <i>freestyle</i> implica destreza inmediata	
		La fluidez del <i>freestyle</i> vs. La pulcritud de la escritura	La fugacidad del <i>freestyle</i> vs. La permanencia de la escritura
			Composiciones con línea temática y <i>freestyle</i> como lluvia de ideas
		El tiempo marca la diferencia	

6.2 Resultados relacionales

Los diagramas integradores que a continuación se presentan buscan ser útiles para explicar la información obtenida a partir de la organización de las relaciones entre los conceptos que aparecieron, centrándose en aquellos que aparecen como principales a partir de las entrevistas.

Se realizó un análisis relacional sobre las experiencias compartidas en torno al fenómeno del *freestyle* y el rap, con sus potenciales efectos terapéuticos y considerando los facilitadores y los obstaculizadores de la experiencia. Los distintos diagramas responden a los 3 objetivos específicos de esta investigación y, por tanto, también al objetivo general.

A partir de esta investigación, podemos ver la acción *del freestyle* en el rap en tres grandes niveles generales:

I) **Freestyle como experiencia completa**

Para analizar la información obtenida, es fundamental comprender lo amplio de la experiencia del *freestyle* en el rap. Por lo que, en este ítem, se observarán algunos lineamientos generales de esta disciplina, para posteriormente (en los dos siguientes niveles) detallar más sobre las dos grandes formas en que se lleva a cabo la improvisación en el rap: en soledad y en grupalidad.

Lo primero es que todos los entrevistados tienen en consideración el que el *freestyle* es una arista del rap, contemplando su influencia poética, el cual también se contextualiza dentro de la cultura Hip-Hop. El rap, y sus formas de experienciarlo, en sí es considerado terapéutico, mayoritariamente por el desahogo que implica crearlo verbalmente.

Por otro lado, al momento de hacer *freestyle* se vislumbran algunos obstaculizadores que tienen que ver principalmente con el hecho de estar en un grupo o frente a otras personas que no son de total confianza. Esto se explicará con mayor detención al momento de abordar el *freestyle* en grupalidad más adelante. En cuanto a los facilitadores en el *freestyle*, encontramos el plus de que se necesitan pocos recursos materiales para improvisar en el rap; para algunos, el que haya una instrumental (pista, música o *beat*) de fondo; la fugacidad misma que implica la experiencia de improvisar; el que no haya necesidad de filtro (en un grupo de confianza o cuando se está sin compañía); no pensar tanto para crear la rima; tener tiempo para explayarse; tener un buen ánimo; y tener motivación para llevar a cabo la experiencia. En tanto, el estar solo cuando se freestalea es en sí mismo un facilitador, lo cual se revisará con más detalle en el siguiente apartado.

En general, el *freestyle* es considerado como un aporte a la propia identidad, además también se vive como un entrenamiento, un desahogo e incluso una experiencia del tipo espiritual. En relación con la identidad, esta se ve muy conformada por la influencia del rap y dada la posibilidad de plasmar con él la propia identidad en una obra de arte, como puede ser un tema o un *freestyle*. Para comprenderlo mejor, se presenta el siguiente testimonio:

E9: (10:29) ... O sea, ... *“pienso en las canciones que quiero escuchar, y las hago”*. En el fondo, eso es. Como lo que te gustaría escuchar en una canción, lo hacís tú po, entonces ¿qué más rico? (10:33) (...) (34:46) Bueno, aparte por todo también, por la estética, por el

Hip Hop en general. Me, me, me, me encantó el... el Hip Hop, la cultura. Lo que... todo lo que significaba ser rapero, digamos. Hasta el día de hoy, me encanta. De hecho, soy un orgulloso el día de hoy de estar Ad portas de los 30 y seguir vistiéndome como rapero, por ejemplo. Que es una hue'a que no la, yo creo que na lo voy a dejar de... ¡claro, en la pega uno tiene que vestirse así diferente y todo! Pero... la forma en que me siento cómodo es ancho siempre, no sé po. Soy rap yo ya po, ¿cachai? (35:23)

En cuanto al entrenamiento, este se da en soledad y en grupos. Y, además, tiene una especial relación con la autoeficacia de los raperos, llevando al *freestyle* a ocupar un lugar muy importante en cuanto al sentido de sus vidas, lo que deriva en una pasión por la misma actividad. Pues, el sentirse capaz de improvisar en el rap lleva a que esta actividad se transforme en una fuente de superación y motivación, ya que al hacer una buena rima se siente satisfacción, como comentan los siguientes entrevistados:

E1: (18:37) *El freestyle me entregó un arma gigante. A mí también me dio... me dio el arma a mi persona... me hizo levantarme. (18:47) (...) (18:49) Si estaba escondido... Me entregó esta hue'a y yo dije "no, démosle." Y salí po. Y fui po. Puta, me ayudó a pararme al frente de la gente, me ayudó a pararme yo mismo, a creer en mi po. (19:02)*

E2: (17:55) *Es como "¡oh, bacán que pude lograr esto", o que... me gustó lo que hice po. Y lo dije sinceramente y lo traté de corazón que me salga... y eso pa' mí es como satisfacción. Lograr... lograr hacer algo de corazón y también... ponerle cabeza, ¿cachai? (18:21)*

Lo anterior, suma para fomentar un mejor manejo del vocabulario y del lenguaje, donde además tiene repercusiones positivas en la autoestima de los sujetos, quienes se siente muchas veces felices dada esta satisfacción. Por su parte, en tanto, esta percepción de autoeficacia suma además a la identidad de los *freestylers*. La experiencia parece ser tan completa y diversa, como se expresa a continuación:

E12: (53:25) *Eh, siento que... siento que, eh... fue un, un entrenamiento, como yo te contaba antes, y también un desahogo. (53:45) (...) (53:58) ... simplemente, satisfacción, desahogo, conocimiento, aprendizaje, mm... Eso. Satisfacción, si lo hice bien. (54:11)*

Así mismo, el desahogo del *freestyle* lleva a escucharse, pues se da un tipo de conversación con sí mismo (sobre todo cuando se improvisa en soledad), lo que permite mirarse o conocerse, aportando también a la propia identidad. Ésto lleva al

autoconocimiento y al “darse cuenta” de diversas cosas a partir de pensar y reflexionar sobre el propio *freestyle*, como lo explica la siguiente experiencia:

E3: (18:15) ... *Y es lo que pasa, así como... dejar que fluya y reconocerse a través de esas palabras, que dibujan un cuadro, que te rodea mientras estás improvisando algo.* (18:27)

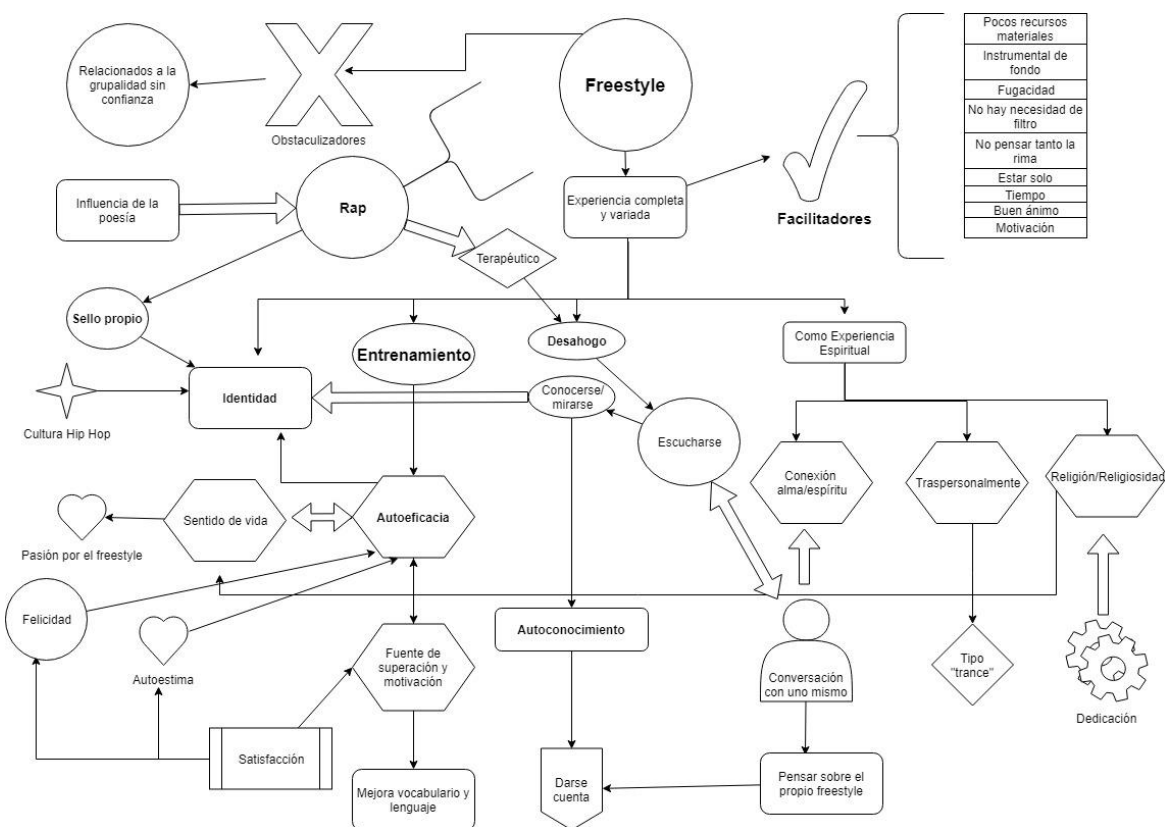
En cuanto al vivenciar el *freestyle* como experiencia espiritual, esta se relaciona con diversas connotaciones que le dan los entrevistados a estas sensaciones sentidas como una profunda unidad con algo mayor mientras freestalean. Algunos le llamaron conexión con el alma o el espíritu, dada también la conversación con uno mismo y el poder pensarse a partir de lo expresado en la improvisación. Otros, por su parte, le llamaron “trance”, “burbuja” y “nave”, dada la capacidad que se da para abstraerse de la realidad exterior. Así lo expresa la siguiente entrevistada:

E5: (05:40) *Los cabros, me dan consejos, me dicen “tenís que estar en tu pieza y poner un beat que te inspire y empezar a hablar no más. No importa si no rimai, ahí vai a entrar en el trance”, porque hay que entrar en un trance.* (05:53)

Finalmente, muchos de los entrevistados relacionaron el *freestyle* con una religión y a su práctica, habitual y dedicada, le dieron una connotación religiosa, incluso relacionada al sentido de vida. Todo lo anterior se desprende de varios testimonios, los cuales son representados por las expresiones de a continuación:

E12: (34:46) *Pero, en otro tiempo, cuando pa’ mi era religioso... Bueno, todavía lo es igual, pa’ qué voy a mentirlo. Pero, pa’... esa religiosidad personal, ¿cachai? Es una religiosidad personal, para mí el freestyle es una religiosidad personal, ¿cachai? Nadie me lo va a sacar, así como hay iglesias de todo tipo, ¿cachai?, o hue’as religiosas.* (35:06) (...) (35:23) *Me refiero con... como con adoración. No sé, como con eh... como lo que le da sentido a tu vida, ¿cachai?* (35:32) (...) (35:41) *Yo, yo pienso en un tipo de, de, de pasión, así como... como lo primero, ¿cachai? Pa’ mi está el rap y después está lo demás, ¿cachai?* (35:49) (...) (35:56) *Pero, está el rap y después está lo demás, ¿cachai? A eso me refiero con religioso.* (36:00) (...) (36:09) *Puede ser espiritual o puede ser eh... Eh, doctrina. No sé, puede ser de todo. ¿Cachai? Pero, pa’ mi, sí es... es, es, es una cosa... que está, que es principal en mi vida, ¿cachai?* (36:28)

E13: (04:05) *De que... me motiva po... a pulir, a pulirme. A pulir mi creación, mi mente. Y la disfruto, obviamente por el ritmo, porque me encanta el rap, ¿cachai? Y porque... me llena. Me llena el alma así, brígido.* (04:24) (...) (52:50) *Y... por otra parte, porque... hay cosas, como te digo, en freestyle que... que salen no sé de dónde. Pero, creo que son del espíritu... Creo que a veces el espíritu mismo te hace recordar palabras que estuvieron en el texto que leíste en 7º básico y te acordai po. Teniendo esa energía, esa energía de escuchar vo... la pista así. Y la inspiración que tenís en ese momento, tu mente se activa, yo creo, que tu mente se activa y atrae información que tiene apaga'.* (53:50)



II) Freestyle en soledad

La experiencia en el *freestyle* integra diversas maneras de practicarlo y, por ende, comprenderlo. En la arista más personal, existe la práctica en soledad. La cual, de por sí, es un facilitador de la experiencia. Puesto que, el estar en soledad implica no exponerse al escrutinio público ni compartir con otros el tiempo destinado a dicha actividad. En esta esfera, la práctica del *freestyle* es sentida en muchas ocasiones como terapia y como

entrenamiento. En este sentido, el desahogo inmediato que implica el freestalear se experimenta como una sensación de liberarse o sentirse libre, además de llevar a un equilibrio emocional, junto con validar la expresión que sale del propio *freestyle*. Esto último, se da a partir de la conversación con uno mismo y de poder aprender de sí mismo para ordenar la mente, como se explica a continuación:

E3: (26:34) *Pero, el freestyle siento que ayuda mucho a ordenar la mente, como rap así. Yendo a lo preciso y conciso. (26:41)*

E6: (16:19) *Es como liberarme po, como reconocirme igual po: qué estoy sintiendo, qué estoy pensando. (16:24)*

La sensación de equilibrio se relaciona con la percepción de que el *freestyle* que brotó de sí mismo se experimenta como un disipador de negatividades, en el sentido de cambiar o disminuir pensamientos o sensaciones negativas, como se aprecia en las siguientes citas:

E8: (24:40) *Me encierro en mi pieza, cuando estoy enojado... y lo único que hago es cantar, cantar, cantar, cantar... hasta que se me pasa. (25:17)*

E13: (03:33) *Creo que, si estoy con un sentimiento, aunque sea malo, con un freestyle así... no... no puede haber nada malo. (03:40)*

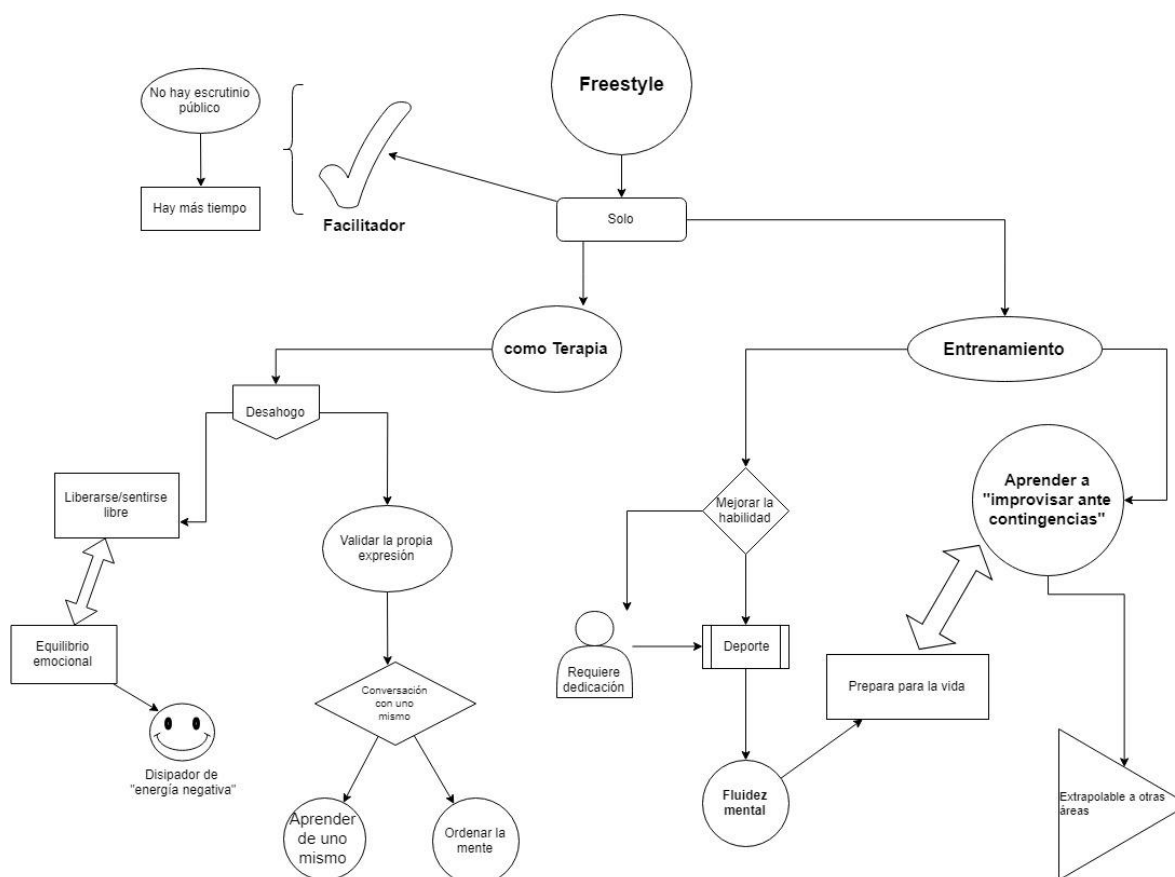
E12: (04:44) *Pero, obviamente que, al hacerlo, uno hace terapia. Uno también se conoce a sí mismo. Uno descubre su habilidad verbal, que ayuda para todo ámbito de cosas. (04:54)*

Por otro lado, el freestalear solo también es percibido como una especie de entrenamiento, con algunas consecuencias directas, como mejorar la misma habilidad para freestalear y aprender a improvisar en otros contextos, ante cualquier contingencia. El mejorar la habilidad para el *freestyle* se ve influido directamente porque en muchas ocasiones la práctica del *freestyle* se ve como un deporte, el cual requiere dedicación (tiempo, práctica, estudio, etc.). Esta dedicación al *freestyle* mejora la habilidad para improvisar en el rap y, al hacerlo, invita a seguir dedicándose para seguir mejorando, por lo que se transforma en un deporte que lleva a una mayor fluidez mental. Así, este entrenamiento del *freestyle* no sólo lleva a mejorar la habilidad para improvisar rimas sobre un *beat*, sino también dicha habilidad para improvisar se extrapola a otros contextos,

llevando la capacidad de improvisar a otras expresiones (artísticas, deportivas, etc.) y/o a la misma vida a diario. Lo anterior, se puede comprender mejor con los siguientes ejemplos:

E7: (28:30) *Sí po. De partida, cuando era más cabro chico, improvisar ya era una hue'a así que me producía rechazo así... que no hubiera un plan. (...) O cuando los planes cambiaban, se me erizaba la piel así y era como casi una hue'a obsesiva compulsiva (...) Sí, súper estructurado. (...) Asumo que es como una hue'a que uno improvisa, y cachai que a veces improvisa'o también salen hue'as buenas po, que no es necesario... hay que fluir po. (29:11)*

E12: (49:40) *Ehm, yo lo incorporé a otros ámbitos, ¿cachai? Porque yo, por ejemplo, gracias al freestyle -a eso me refería-, yo aprendí a dibujar también po. (49:49) (...) (50:13) Pero, yo sé que esos monos son hijos del freestyle. ¿Por qué? Porque yo aprendí como a dejarme a llevar po. (50:20)*



III) **Freestyle como experiencia grupal.**

La práctica del *freestyle* grupalmente se presenta como facilitador y obstaculizador, según el contexto y grupo que rodee a la persona.

Se percibe como facilitador cuando se siente aceptación, comodidad y confianza, y cuando hay un círculo con el que se freestalea habitualmente. El cual, es percibido como una “clika” o familia de rap o *freestyle*, donde se genera cierto ambiente de intimidad. En esta línea, si el *freestyle* se ejecuta en dichos círculos de confianza es en sí un facilitador, donde no hay riesgos al exponerse abierta y genuinamente a sí mismo. Puesto que, existe un ambiente de intimidad y familiaridad que permite explotar los alcances de la experiencia al freestalear, dada la seguridad que el contexto ofrece para el sujeto. Para muchos, el contexto de confianza ofrece el soporte para poder ser más sincero, como lo grafica el testimonio de a continuación:

E7: (08:34) *De repente, cuando uno está pegándose un freestyle, fluís y hue’as. Pero, yo igual soy súper atento con quién estoy freestaleando po. No freestaleo lo mismo a con uno amigo que cuando estoy en un grupo de hueones con los que no cacho. De repente, el freestyle con hueones más desconocidos es como nivel no más po, no es tan sincero po.*
(08:54)

Es decir, es más cómodo y fácil hacer *freestyle* en un ambiente seguro, libre de juicios y donde es percibida la empatía del grupo, si existen otros presentes. Esta seguridad, promueve un apasionamiento por el *freestyle*, el cual en su sentido literal de “estilo libre” lo sitúa como una herramienta versátil en lo que refiere a la expresión personal.

Un obstaculizador como el poco tiempo, en tanto, aparece por la misma participación y presencia de otros en la escena, dado que la oportunidad para explayarse se hace más acotada. Por su parte, el que el entorno sea desconocido también figura para la mayoría como un obstaculizador para improvisar. Así mismo, el grado de menor cercanía con los

presentes lleva a sentir el juicio de los demás. Esto último, en cuanto a las expectativas externas, al escrutinio público y la comparación (propia o de otros) con los que son percibidos como más experimentados, como se ilustra en el siguiente relato:

E3: (40:51) *Sentí la comparación, creo... Creo que como... (40:57) (...) (40:59) ... con el sentir que los cabros eran mucho mejores que yo. Como que... ¿qué iba a ser yo, una amateur, en el espacio de...?, como una idealización por ellos. (41:07)*

Los *freestyles* en grupo, por lo general, se dan espontáneamente en forma de rondas, que invitan a ponerse de pie, esta es una práctica muy común desde el Hip-Hop. En este sentido, esta forma de practicar el *freestyle* está considerado como entrenamiento y entretenimiento, donde se contemplan claramente las categorías de deporte y juego entre sus participantes. Esto último, promueve un estado de felicidad, dado por la diversión que implica la rapidez del juego mental que es improvisar rimas, tal como lo manifiestan los siguientes testimonios:

E3: (34:58) *Porque podís jugar con tu mente, que es lo que te decía que me entretiene mucho. Como este juego de palabras, encajar cosa y que digan algo, que tengan un peso después de que no tenís nada planeado y que fuera todo tan “casual”. Y me produce un gozo en el alma demasiado entretenido. (35:13)*

E11: (26:05) *Yo creo que... mira, es complicado porque es un deporte pa'l que hay que ser inteligente, pa'l que hay que ser rápido. (26:14)*

E13: (07:50) *A mí me gusta el juego eterno, el parque de diversiones de la hue'a... de todo, ¿cachái? De todas las formas que podai rimar, la hacís po. Y ahí empezai a jugar con la métrica. (08:01)*

Dichas rondas de *freestyle*, contemplan un desafío personal por su misma estructura y por lo que implica la propia participación en ellas, el desafío en sí mismo a veces es participar de estas rondas. Lo que lleva a una pérdida del miedo a la exposición, cimentado por el respeto que se sienta en las bases de la cultura Hip-Hop, y sus planteamientos de hermandad y unidad. Esta hermandad, también está dada por el sentimiento de pertenencia

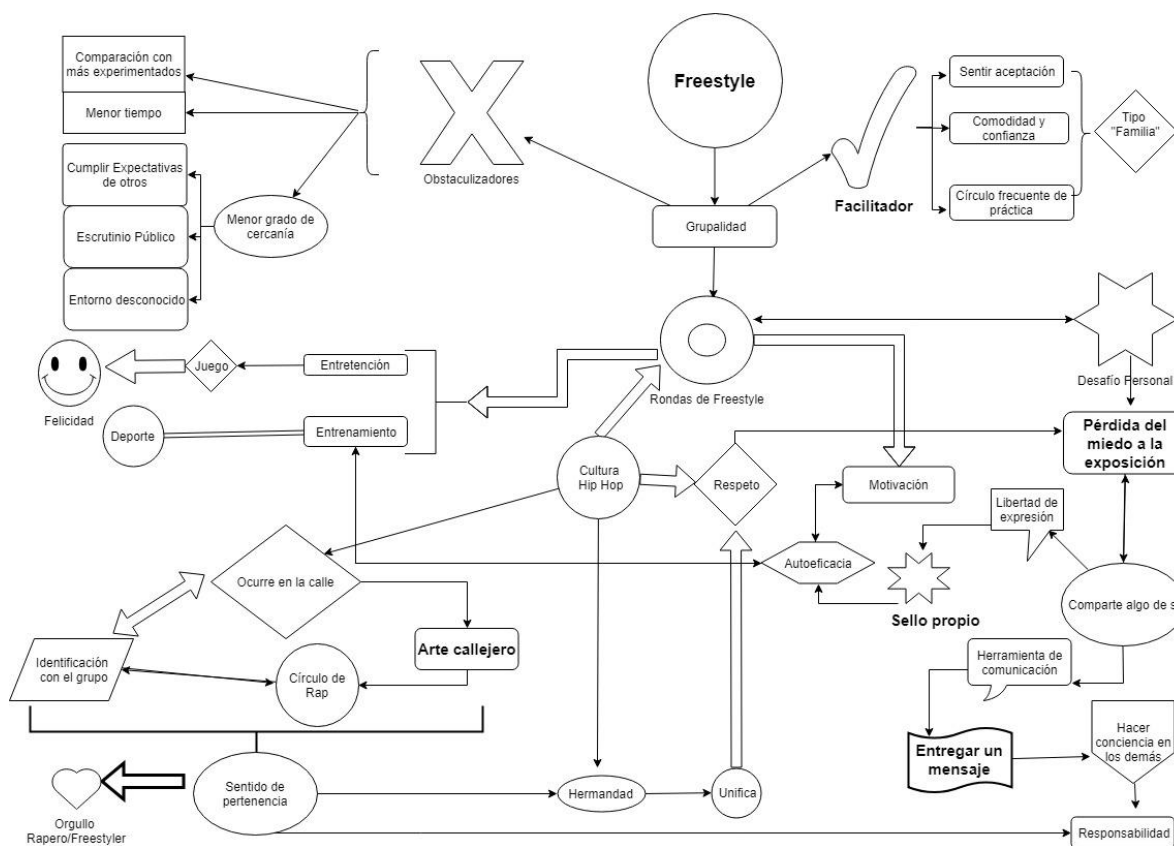
a dicha cultura, lo que lleva a sentir orgullo de ser rapero y/o de hacer *freestyle*. Todo lo anterior, sucede por la influencia que tiene la calle en los raperos. Puesto que, los círculos de rap fomentan el arte callejero, teniendo en cuenta que el Hip-Hop se toma los espacios públicos para hacerlos su punto de encuentro, lo que provoca gran identificación en sus adherentes. No se necesita invitación: la calle acoge y recibe a todo aquel que transite por ella. Tal como se explica en la siguiente experiencia:

E4: (03:12). *Pasa lo mismo, yo creo, con el rap. Como... que... au... buscái un respeto igual y... y decir tu opinión y que sea escuchada y como que, al final, el rap no discrimina, eso es bacán... No discrimina. Puede llegar cualquier persona. De hecho, estái rapeando... y ha pasado, que llega un paco, así. ¡Un paco! Que uno le hace la "L", obviamente por todos los acontecimientos de la vida, y llega y se pone a rapear... y es como, p'ta déjenlo... si está rapeando.* (03:34)

Por otro lado, el miedo a la exposición aparece ya que el *freestyle* tiene la cualidad de compartir algo de sí espontáneamente, siendo libertad de expresión y también una herramienta de comunicación. Esta libertad de expresión en el rap tiene la cualidad implícita de rescatar el sello propio, al ser la creación exclusiva, genuina y espontánea de un sujeto. Lo que también impulsa a quienes practican *freestyle* a relacionarse de una manera más positiva con su autoeficacia. Esta percepción de autoeficacia se relaciona directamente con el entrenamiento, pues al percibirse competente para la improvisación en el rap, las ganas de mejorar incentivan a seguir practicando el *freestyle*.

Se comprende entonces el rap y el *freestyle* en lo particular, como una herramienta de comunicación de libre expresión. Pero que, dado también por el sentido de pertenencia, conlleva una responsabilidad al momento de transmitir un mensaje y de aspirar a hacer conciencia en los demás. Lo anterior, se ejemplifica mejor a continuación:

E5: (31:24) (...) *que el rap me salvó y es la media herramienta pa' comunicar, una herramienta muy potente. Por eso uno tiene que... es una responsabilidad rapear... porque el mensaje llega a las personas y no vai a andar rapeando hue'as.* (31:40)



7. Discusión y conclusiones

7.1 Discusión

En primer lugar, cabe señalar que se cumplió con el objetivo general de esta investigación, dado que se pudo efectivamente explorar las experiencias asociadas a la práctica del *freestyle* en el rap, que lo posicionan como una potencial herramienta terapéutica. Pues, todos los entrevistados de esta investigación identifican aspectos positivos en el *freestyle*. Los cuales, en general, además son mucho más que los que podrían considerarse como negativos o, incluso, ambiguos.

A partir de esto, también se logró explorar y caracterizar la experiencia subjetiva de los raperos al freestear, incluso en aquellos sujetos para los que el *freestyle* no era su práctica más habitual en la actualidad, como fue el caso de aquellos identificados en la categoría de “Escritores”. En esta línea, es importante dejar en claro que cuando hablamos de *freestyle*, todos los entrevistados se referían principalmente a su experiencia en la improvisación en el rap en un contexto íntimo y/o grupal, que no contempla las batallas o competencias de *freestyle*. Lo anterior incluye incluso a aquellos que sí han participado en batallas y que fueron identificados con la categoría “*Freestyle* experto”, quienes se refirieron muy poco a este contexto de improvisación, demostrando su clara preferencia por otras instancias distintas a este ambiente donde se lleva a cabo el *freestyle*.

Consecuentemente, se logró confirmar que el *freestyle* tiene efectivamente cualidades terapéuticas, que se encuentran en la práctica en soledad y en la grupal, motivo por el cual los resultados se presentaron en base a estas distinciones. En general, lo recogido en esta investigación arroja que los efectos positivos y/o terapéuticos del *freestyle* se relacionan con la sensación de felicidad; la entretención; el poder del *freestyle* de disipar estados anímicos negativos; el ser una fuente de inspiración y motivación; el promover la autoconfianza y mejorar la autoestima; el aporte a la formación de una identidad propia, y aquí la relación con la autoeficacia; la integración y el sentido de pertenencia a grupos; el respeto que se siente, promueve y relaciona con la cultura Hip-Hop; la pérdida del miedo a la exposición; la satisfacción; el sentir que el *freestyle* es de lleno una terapia en sus vidas; el sentido que les da a sus vidas; las sensaciones de liberación, libertad y desahogo; el

equilibrio emocional que se siente luego de freestalear; la capacidad de darse cuenta a partir de la conversación con uno mismo; el poder conocerse y mirarse a sí mismo; el autoconocimiento y el pensar sobre la expresión en el propio *freestyle*; el abrir la cabeza; el ordenar la mente; la posibilidad de expresarse libremente; el fomentar el interés por el lenguaje; y el desarrollar herramientas gracias al *freestyle* que son extrapolables a otras áreas de sus vidas donde requieren improvisar o dejarse fluir.

También es relevante las experiencias que relacionan al *freestyle* con algo más espiritual, que los entrevistados no sabían describir muy bien: algunos hablaban de su alma, de su espíritu, de la energía que brota de los círculos de rap, e incluso de algo religioso o ligado a la religión. Sin embargo, lo más claro es que de alguna manera el poder de su voz, de su expresión, sumado a su autonomía creativa que se desarrolla por medio de la improvisación, llevan a los sujetos a vivenciar el *freestyle* como una experiencia trascendental y llena de matices que resultan positivos y apasionantes para ellos mismos.

Todo lo anterior, se condice completamente con la literatura revisada sobre rap, y más precisamente con los resultados obtenidos en las intervenciones que se plantean en el libro de Hadley y Yancy (2012), en lo propuesto por Arroyo y Heath (2014) y lo planteado por los doctores Crooke y Travis (2017). Lo que comprueba el gran poder terapéutico que tiene el rap. Sin embargo, como ya revisamos, la literatura e investigaciones disponibles sobre *freestyle* en lo particular son muy escasas y nos encontramos sólo frente a lo planteado en el capítulo 13 de Hadley y Yancy (2012), por Ierardi y Jenkins (2012), quienes consideran que el *freestyle* forma parte de un enfoque terapéutico que puede ser usado en tratamientos de corto plazo y que sería enriquecedor. Pues, los jóvenes con los que realizaron las intervenciones pudieron ver todo su potencial personal y plantearse un futuro más positivo. Además, también se señala que la improvisación es muy útil en lo que concierne a desarrollar espontaneidad; juego; libertad de expresión; creatividad; sentido de identidad y habilidades personales. Ya que, se vivencia como un medio seguro para indagar nuevos comportamientos, patrones de interacción o roles, desarrollando la capacidad de hacer cambios y tomar decisiones en los límites que se establecen (Hadley & Yancy, 2012), lo que también se relaciona con los resultados obtenidos en esta investigación.

El compilado de Hadley y Yancy (2012) suma considerablemente a los estudios sobre objetivos terapéuticos en estas disciplinas. Dando aval en que tanto el Hip-Hop como el rap (incluyendo el *freestyle*), propician crecimiento y expresión, mejoran la autoestima, otorgan catarsis individual y grupal, ayudan como formas alternativas de expresión de sentimientos y emociones, fomentan la improvisación creativa y el autodescubrimiento. Además, se señala que el rap puede ser beneficioso para los raperos, pero también para quienes no lo son (Arroyo & Heath, 2014), pues el proceso de crear una rima propia puede ser un impulso para un cambio identitario.

Por otro lado, los obstaculizadores al momento de freestalear se ven principalmente en contextos en que los individuos no se sienten cómodos o en confianza, y cuando sienten que se espera algo más de ellos. Así como cuando el entorno en el que se exponen les parece desconocido.

En cuanto a los facilitadores de la experiencia del *freestyle*, podemos encontrar el hecho de que se requiere muy pocos recursos para llevarlo a cabo. Es decir, “se hace con lo que se tiene”. Además, también el plus de la fugacidad lo sitúa en un terreno no amenazante al saber que puede desaparecer y, por tanto, facilita su expresión. Así también, es más fácil freestalear cuando no hay restricciones de tiempo, cuando no hay necesidad de filtrar los contenidos que se expresan espontáneamente, cuando hay un *beat* o instrumental de fondo con el cual poder fluir, y cuando no se piensa tanto la rima. Esto último, se puede relacionar con lo que lo plantea Lighstone, en el tercer capítulo de Hadley y Yancy (2012), dado que indica que al enfrentarse a los juegos de palabras, podría aparecer una especie de cubierta en los raperos con la consecuencia de que se evadan a sí mismos en los contenidos que expresan. Otros facilitadores de la experiencia se relacionan con la motivación y el buen ánimo que se tenga al momento de freestalear y la variable compañía. Pues, el estar solo en sí mismo es un facilitador para improvisar rap, como también el sentirse cómodo, en confianza, aceptado y/o aprobado por un grupo. En relación con esto último, la experiencia se da más fácilmente si el círculo en el que se comparte el *freestyle* tiene como propósito reunirse a improvisar rap.

Con respecto a lo anterior, una de las características precisamente del *freestyle* es que convoca a grupos, llegando a ser una actividad que apasiona y que, inclusive, puede llegar

a ser compulsiva y necesaria para muchos. Desde la otra vereda, si bien esta actividad llama a sus seguidores a reunirse en grupos, también potencia la búsqueda y formación de una identidad personal, que busca diferenciarse lo más posible de los otros mediante el encuentro y la expresión del propio estilo libre. Lo cierto, es que el *freestyle* llega a la vida de muchos para quedarse como una experiencia única, ocupando un lugar fundamental y preponderante en sus vidas. De hecho, al revisar el árbol de categorías con detalle (ver anexo 4), se puede apreciar mejor la riqueza de la subjetividad en cada experiencia: en palabras de los propios entrevistados se puede ver lo movilizador que ha sido el *freestyle* en cada una de sus vidas.

Otro aspecto que aparece mucho en la bibliografía revisada, y que también se alinea con lo obtenido en esta investigación, tiene que ver con la formación de la identidad rapera. Pues, cada persona tiene libertad de expresarse con su arte dentro de la cultura Hip-Hop: algunos bailan y otros pintan; hay quienes crean melodías musicales con instrumentos, mediante mecanismos electrónicos o, incluso, con el propio sonido de su voz; y, así mismo, están los poetas urbanos. Estos últimos, buscarán encajar su poesía en un ritmo, todos con diversos estilos o *flows*, cada uno marcando su sello personal, dado que, el rap no es de tributos a otros artistas. Sino, una de las maneras más simples que tiene el hombre para crear, donde puede dejar su huella en el tiempo mediante una canción que puede grabar o puede jugar con la fugacidad de la vida, dejando que al verso se lo lleve el viento, como es en el caso del *freestyle*. También lo recogido en las entrevistas denota la importancia de estos aspectos en la vida de los raperos, por lo cual no se puede comprender el *freestyle*, sin entender el rap y sin comprender a este en su contexto dentro de la cultura Hip-Hop.

Por otro lado, si bien el *freestyle* es un deporte para el cual hay que tener ingenio y que requiere manejar diversas herramientas como el vocabulario y el lenguaje, para que se den sus efectos terapéuticos, no es fundamental que la expresión sea de amplia destreza. Sino más bien lo que se desprende de las entrevistas, en relación con lo que se siente como terapia por parte de quienes lo practican, tiene que ver con su cualidad expresiva y la posibilidad de desahogo, principalmente. En consecuencia con esto, Stevens plantea que “el poder escucharse a sí mismo llevaría a que la actividad autista se vuelva más relacionadora y se comience a tomar contacto con el mundo y su propia experiencia” (1977, p. 76). Además, agrega que lo importante del diálogo es que este no sea una serie de

palabras huecas, sino más bien que este exprese los sentimientos y la experiencia de la persona. De esta manera, mientras el sujeto llegue a darse cuenta más y más profundamente de tales sentimientos y experiencias, entonces habrá algún cambio y desarrollo (Stevens, 1971). Lo anterior, lo podemos comprender también dentro del contexto de creación en el rap. Debido a que, sobre todo en el *freestyle*, una de las particularidades que aparece reiteradamente en las entrevistas tiene que ver con el poder escucharse a sí mismo, conversar consigo mismo en el *freestyle*, y darse cuenta de pensamientos y emociones que no se conocían anteriormente, más allá de la destreza técnica. Por otra parte, el tener un buen desempeño en la habilidad de improvisación en el rap, será parte del bienestar que se relaciona con la satisfacción y la autoeficacia.

Finalmente, una de las grandes aristas a mirar en el rap y en el *freestyle*, tiene que ver con el sentido de pertenencia a un grupo que se desarrolla con las prácticas habituales de estas actividades, lo que además se puede comprender con mayor detalle si nos detenemos a mirar la influencia del Hip-Hop como cultura. Ya que, el sentido de pertenencia en estos casos tiene que ver con el compartir intereses, dolores y luchas. Esta cualidad de grupalidad tiene diversos efectos que son importantes de observar con relación a la identidad y la autoestima de los sujetos, dada la participación en grupos donde la aceptación, el respeto, la confianza y la comodidad sientan los cimientos de las relaciones sociales.

7.2 Conclusión

Evidentemente, una de las grandes limitaciones que tuvo esta investigación tiene que ver con la poca bibliografía, estudios e investigaciones existentes en la actualidad sobre el tema específicamente, para poder teorizar ampliamente sobre ello, como ya se ha mencionado anteriormente. Esto también puede comprenderse como fortaleza, dado que este estudio de carácter exploratorio pasa, entonces, a llenar el vacío sobre las propiedades terapéuticas del *freestyle* en Chile, abriendo nuevos conocimientos sobre esta temática y sus potencialidades.

En este escenario, se encontró material sobre inicios y cultura Hip-Hop, algo de rap y casi nada de *freestyle*, al menos dentro del contexto al que se refieren los entrevistados y al que apunta esta investigación. Pues, en la actualidad, el *freestyle* es un área que está tomando cada vez más fuerza en todo el mundo, pero debido al impacto de sus diferentes eventos y circunstancias de competición. Sin embargo, estas competencias y batallas se alejan inmensamente de las prácticas de *freestyle* que se comprenden como terapia, positivas o sanadoras. Si nos enfocamos aún más en la relación del Hip-Hop, el rap y el *freestyle* como terapia, entonces la gama de literatura se reduce aun más.

Otra limitación se presentó al momento del análisis de la información, ya que los entrevistados se referían al “rapear” y al “freestear” como sinónimos, pues dado que la composición de rap y el *freestyle* (que además es parte del rap) en la gran mayoría de las ocasiones son actividades que están muy relacionadas. Por esto, el análisis de datos tuvo que hacerse a partir de las frases y párrafos completos de las entrevistas para comprender a qué se referían en lo particular: si a componer rap o a improvisar, de manera de poder presentar la información lo más certeramente posible. Esto tuvo como consecuencia un muy laborioso análisis y, por tanto, también un arduo trabajo en lo que refirió a la conceptualización de la información.

Lo que queda claro a partir de esta investigación, son los múltiples beneficios que trae el *freestyle* en el rap para los sujetos que lo experimentan. Pero, así también los numerosos beneficios que trae el rap en sí mismo para la vida las personas. Por ello, intentar separar del todo estas dos disciplinas podría ser menos beneficioso, por lo que se podría

recomendar ambas actividades, si de herramientas terapéuticas hablamos. En este contexto, los tan polémicos talleres de rap y/o *freestyle* pueden llegar a ser intervenciones terapéuticas muy enriquecedoras en algunos contextos puntualmente, como lo demuestran las investigaciones e intervenciones ya revisadas (Hadley & Yancy, 2012; Arroyo & Heath, 2014; Crooke & Travis, 2017). Pero, al parecer, uno de los cuidados que habría que tener en este escenario tendría que ver con potenciar la búsqueda de la propia y genuina identidad y expresión en el rap y en el *freestyle* en las personas, más allá de transmitir a los sujetos una forma particular de hacer rap. Es decir, se vislumbra como mucho más positivo el que cada persona efectivamente encuentre su propio *flow* (forma de fluir rítmicamente) para expresarse lo más auténticamente en el rap. Dado que esta cualidad de “encontrarse a sí mismo” gracias al rap, es el catalizador de muchos de los beneficios que se desprenden de esta investigación. Como, por ejemplo, la posibilidad de crear algo personal con un sello propio, lo que potencia la autoeficacia y, por tanto, trae a los individuos satisfacción, motivación y resiliencia para sus vidas (Silva 2017; Diaz, Morales & Ortiz, 2017), lo que también se desprende del presente estudio.

Es importante señalar el carácter de investigadora-participante que poseo yo, en lo personal, como autora. Pues, estoy relacionada con el rap en general hace aproximadamente 15 años, lo que podría proporcionar una visión sesgada de esta disciplina para los efectos de este estudio. Pero, también me ha permitido conocer más de cerca este mundo y esta cultura, y poder identificar sin mayores obstáculos a quienes entrevistar para esta investigación.

Por último, esta investigación pretende aportar a la vaga literatura que existe sobre el *freestyle* como terapia, sobre todo en lo que respecta al habla hispana. Dado que las potencialidades del rap y el *freestyle* quedan a la vista con los resultados obtenidos, los cuales sitúan precisamente al *freestyle* como una herramienta terapéutica con grandes potencialidades, sobre todo en la población juvenil y en quienes están más familiarizados con el rap y el Hip-Hop. Por esto, también se hace una invitación a los terapeutas a poner atención y poder sumar más información, estudios, investigaciones y trabajo de campo relacionado con el *freestyle* y el rap como una potencial forma de intervenir en contextos terapéuticos. Puesto que, tanto la literatura existente como lo recogido aquí avalan al *freestyle* y al rap como intervenciones de alto enriquecimiento para el abordaje terapéutico

en contextos específicos. Cabe señalar la importancia que tiene para el bienestar psíquico el poder conectar con nuestra propia autenticidad, y el plus que entrega el encontrarse a sí mismo mediante el propio rap y el *freestyle*, siendo una manera simple y a la mano de poder prestarse más atención, escucharse y revisar la propia narrativa.

Lo más cierto es que la presente investigación propone, humildemente, ser una ventana para el mundo científico relacionado con la Salud Mental, respecto a las potencialidades del *freestyle* en el rap en Chile, rescatando esto que ya existe y es atractivo para gran parte de la población juvenil y que, además, entrega tanto bienestar para quienes lo practican. Sin embargo, hasta ahora en nuestro país no se ha reparado en sus detalles ni en sus alcances como terapia mayormente, pese a lo tácito de la fertilidad de su terreno. Quizás es momento para quienes dedicamos nuestra vocación a este ámbito, y ante todas las limitaciones que tiene Chile en cuanto a la falta de cobertura en Salud Mental, de tomar las herramientas que ya existen y “hacer con lo que se tiene”, al igual que en el rap.

8. Referencias

Álvarez, T. (2012) *Beats, Rhymes, and Life: Rap Therapy in an Urban Setting*. Cap.7. Therapeutic uses of Rap and Hip-Hop. Editores: Susan Hardley & George Yancy. Taylor & Francis Group. New York, Routledge. USA.

American Art Therapy Association. (2017). Definition of Art Therapy. Recuperado de <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>

Cembrano, S. (2017). Recuperado de <https://www.eltiempo.com/cultura/musica-y-libros/historia-y-evolucion-del-hip-hop-141292>

Chang, J. (2014). Generación hip-hop. De la guerra de pandillas y el graffiti al Gangsta rap. Buenos Aires: Caja Negra.

Coleman, M. (2013). The brain on freestyle rap. *The Hearing journal*, 66(1), 1.

Crooke, A. y Travis, R. (2017). *Hip Hop's healing power*. Recuperado desde <https://pursuit.unimelb.edu.au/articles/hip-hop-s-healing-power>

Ferigato, S., Sy, A. y Resende, S. (2011). Explorando las fronteras entre la clínica y el arte: relato de una experiencia junto al Frente de Artistas del Borda. *Salud Colectiva*, 7(3), 347-363.

Ferrari, R., Vallejo, P. (productores) y Alzamora, T. (director) (2018). *Algo está pasando – Cómo nació el rap en Chile* [documental]. Chile: Sonido Ácido.

Infobae. (2017). *Freestyle el fenómeno de las batallas “de humillación” que se instaló en Argentina*. Recuperado de <https://www.infobae.com/tendencias/2017/07/14/freestyle-el-fenomeno-de-las-batallas-de-humillacion-que-se-instalo-en-argentina/>

Hadley, S., y Yancy, G. (2012) *Therapeutic Uses of Rap and Hip-Hop*. New York: Routledge.

Heath T. y Arroyo, P. (2014). I gracefully grab a pen and embrace it': Hip-hop lyrics as a means for re-authoring and therapeutic change. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3), 31-38.

Heath T. y Arroyo, P. (2016). Spitting Truth From My Soul: A Case Story of Rapping, Probation, and the Narrative Practices. Part II. *Journal of Systemic Therapies*, 34(4), 80-93. doi: 10.1521/jsyt.2015.34.4.80

Hebert, G. (2008). *Politique et culture hip-hop dans la périphérie de Sao Paulo*. (Mémoire présenté de la Maîtrise en Science Politique). Université du Québec, Québec

Ierardi, F., Jenkins, N. (2012) *Rap composition and improvisation in a short-term juvenile detention facility*. Cap.13. Therapeutic uses of Rap and Hip-Hop. Editores: Susan Hardley & George Yancy. Taylor & Francis Group. New York, Routledge. USA.

Jauset, J. (2011) *Música y neurociencia: la musicoterapia. Sus fundamentos, efectos y aplicaciones terapéuticas*. Barcelona: Editorial UOC.

Keyes, C. (1996) At the croassroad: Rap music and this African Nexus. *Ethnomusicology*, 40(2), 223-248.

Keyes, C. (2002) Rap music and consciousness. Urban IL: University of Illinois Press. Recuperado el 05 de octubre del 2018 desde <http://www.reginameirelles.mus.br/MatDid/MPB/Livro%20Rap%20Musica%20and%20Street%20Consciousness%20-%20Cap%201%20e%202.pdf>

Kopano, B. (2002). La música rap como una extensión de la tradición retórica negra:" Keepin 'it Real". *The Western Journal of Black Studies* 26(4), 204-214.

KRS One. (2009). *The Gospel of Hip Hop: The First Instrument*. New York: powerHouse.

LFS. (2018). *Cronología del Rap Chileno*. Recuperado de <https://www.redbull.com/cl-es/music-cronologia-del-rap-chileno>

Lightstone, A. (2012) *The Importance of Hip-Hop for Music Therapists*. Cap.3. Therapeutic uses of Rap and Hip-Hop. Editores: Susan Hardley & George Yancy. Taylor & Francis Group. New York, Routledge. USA.

Liu, S., Chow, H., Xu, Y., Erkinen, M., Swett, K., Eagle, M., Rizik-Baer, D. y Braun, A. (2012). Correlatos neurales de la improvisación lírica: un estudio FMRI de rap de estilo libre. *Scientific reports* 2(1),1-8. doi: 10.1038/srep00834

Meneses, Lalo. (2015). *Reyes de la jungla, historia visual de Panteras Negras*. Santiago: Ocho Libros Editores.

Morales, M., Díaz, D. y Ortiz, D. (2017). Autoeficacia, resiliencia y satisfacción con la vida en universitarios de escuelas públicas y privadas: abordaje desde el modelo de desarrollo positivo. En Congreso Nacional de Educación Educativa (Ed.), *Vínculo entre las características de resiliencia y la inteligencia emocional en estudiantes universitarios (1-14)*. San Luis: Universidad Politécnica de San Luis Potosí.

Olgún, F. (2018a). El despertar de Chystemc. *Red Bull*. Recuperado de <https://www.redbull.com/cl-es/music-El-despertar-de-Chystemc>

Olgún, F. (2018b). Algo ha pasado: 30 años de rap chileno. *Red Bull*. Recuperado de <https://www.redbull.com/cl-es/music-algo-ha-pasado>

Ortelli, J. (2016). Puerto Rico 2005: La primera final (Parte I). *Red Bull Batalla de los Gallos*. Recuperado de <https://www.redbullbatalladelosgallos.com/noticias/puerto-rico-2005-la-primera-final-parte-i>

Pinazo, L. (2012). Arteterapia aliada de la Terapia Gestalt. Recuperado de <https://www.escuelagestalt.com/wp.../11/Arteterapia-aliada-de-la-terapia-gestalt.pdf>

Poch, P. (2009). *Del Mensaje a la Acción. Construyendo el Movimiento HipHop en Chile. 1984-2008 y más allá*. (Informe final para optar al grado de Licenciado en Historia). Universidad de Chile, Facultad de Filosofía y Humanidades, Chile.

Poch, P. (2011). *Del Mensaje a la Acción. Construyendo el Movimiento HipHop en Chile. 1984-2004 y más allá*. Santiago: Quinto Elemento.

Poyal, P. (2018). *Hip Hop III: Freestyle y batallas*. Recuperado de <https://argorevista.com/2018/03/06/hip-hop-iii-freestyle-y-batallas/>

Rapsuela (2018). *Historia del Freestyle Rap*. Recuperado de <https://rapsuela.com/historia-del-freestyle-rap/>

Rosenfeld, K. (2005) *Identidad y posición social en grupos juveniles. Diversidad en hiphoperos y hiphoperas*. (Memoria para optar al título de socióloga). Universidad de Chile, Facultad de Ciencias Sociales, Chile.

Rubin, H. (productor) y Fitzgerald, K. (director). (2000). *Freestyle: art of rhyme*. [documental]. Estados Unidos: Palm Pictures. Recuperado desde: https://www.youtube.com/watch?v=-MwphSLgPFg&list=RD-MwphSLgPFg&start_radio=1

Safire, W. (1992). On language. The Rap on Hip-Hop. *The New York Times Magazine*. Recuperado de <https://www.nytimes.com/1992/11/08/magazine/on-language-the-rap-on-hip-hop.html>

Silva, R. (2017). *Autoeficacia, satisfacción general y motivación interna como variables antecedentes de la carga mental de trabajo y la fatiga*. (Trabajo de fin de grado de Psicología). Universidad de la Laguna, España.

Stevens, J. (1977). *El darse cuenta: sentir, imaginar y vivenciar*. Santiago: Cuatro vientos.

Strauss, A. & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquia.

Tijoux, M., Facuse, M. y Urrutia, M. (2012). El Hip Hop: ¿Arte popular de lo cotidiano o resistencia táctica a la marginación? *Revista de la Universidad Bolivariana* 11(33), 429-449.

Valerio, M. (2012). El rap, sobre la lupa de la neurociencia. *El Mundo*. Recuperado de <http://www.elmundo.es/elmundosalud/2012/11/29/neurociencia/1354217386.html>

Wald, E. (2012). *The Dozens: A History of Rap's Mama*. New York: Oxford University Press.

9. Anexos

Anexo 1 – Consentimiento informado



DOCUMENTO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

FREESTYLE COMO HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

I. INFORMACIÓN

Usted ha sido invitado(a) a participar en la investigación sobre Freestyle como herramienta terapéutica. Su objetivo es Explorar las experiencias asociadas a la práctica del Freestyle en el RAP que la posicionan como una potencial herramienta terapéutica. Usted ha sido seleccionado(a) porque cumple con participar de prácticas de Freestyle

El investigador responsable de este estudio es el Prof. Pablo Herrera Salinas, de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile. La investigación se llevará a cabo por Máriam Giadala Vergara y no es patrocinada por ninguna otra fuentes de financiamiento.

Para decidir participar en esta investigación, es importante que considere la siguiente información. Siéntase libre de preguntar cualquier asunto que no le quede claro:

Participación: Su participación consistirá en participar de una entrevista semi-estructurada presencial. La entrevista durará alrededor de 60 minutos, y abarcará varias preguntas sobre su experiencia subjetiva en el Freestyle.

La entrevista será realizada en el lugar, día y hora que usted estime conveniente.

Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada. En cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación en cualquier momento, y retomarla cuando quiera.

Riesgos: No hay riesgos.

Beneficios: Usted no recibirá ningún beneficio directo, ni recompensa alguna, por participar en este estudio. No obstante, su participación permitirá generar información para describir cómo el Freestyle estaría relacionado con el bienestar y la vida de algunas personas, para aportar información a las herramientas con función terapéutica.

Voluntariedad: Su participación es absolutamente voluntaria. Usted tendrá la libertad de contestar las preguntas que desee, como también de detener su participación en cualquier momento que lo desee. Esto no implicará ningún perjuicio para usted.

Confidencialidad: En las presentaciones y publicaciones de esta investigación, su nombre no aparecerá asociado a ninguna opinión particular. Por ello, los datos serán fundamentados con la inicial E y un número que le acompañará, diferenciando las diversas opiniones. Sin embargo, dado los fines científicos

de esta investigación, usted autoriza a compartir fragmentos de su testimonio sin que se revele quién es el autor de la cita.

Conocimiento de los resultados: Usted tiene derecho a conocer los resultados de esta investigación. Para ello, podrá recibir una copia de esta.

Datos de contacto: Si requiere mayor información, o comunicarse por cualquier motivo relacionado con esta investigación, puede contactar a la/el Investigador/a Responsable de este estudio:

Nombre Investigador Responsable: Pablo Herrera

Teléfonos: (56-2) 29787816

Dirección: Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Av. Ignacio Carrera Pinto 1045, Ñuñoa, Santiago.

Correo Electrónico: pabloherrerasalinas@gmail.com

También puede comunicarse con la Presidenta del Comité del Ética de la Investigación que aprobó este estudio:

Prof. Dra. Marcela Ferrer-Lues

Presidenta

Comité de Ética de la Investigación

Facultad de Ciencias Sociales

Universidad de Chile

Teléfonos: (56-2) 2978 9726

Dirección: Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Av. Ignacio Carrera Pinto 1045, Ñuñoa, Santiago.

Correo Electrónico: comité.etica@facso.cl



II. FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,, acepto participar en el estudio Freestyle como Herramienta terapéutica.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido, las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Firma Participante

Firma Investigador Responsable

Lugar y Fecha: _____

Este documento se firma en dos ejemplares, quedando una copia en cada parte.

Anexo 2 – Asentimiento informado



DOCUMENTO DE ASENTIMIENTO INFORMADO FREESTYLE COMO HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

II. INFORMACIÓN

Has sido invitado(a) a participar en la investigación sobre freestyle como herramienta terapéutica. Su objetivo es Explorar las experiencias asociadas a las prácticas del freestyle en el rap que la posicionan como una potencial herramienta terapéutica. Tú has sido seleccionado(a) porque cumples con participar de prácticas de freestyle

El investigador responsable de este estudio es el Prof. Pablo Herrera Salinas, de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile. La investigación se llevará a cabo por Máriam Giadala Vergara y no es patrocinada por ninguna otra fuentes de financiamiento.

Para decidir participar en esta investigación, es importante que tú consideres la siguiente información. Siéntete libre de preguntar cualquier asunto que no te quede claro:

Participación: Tu participación consistirá en participar de una entrevista semi-estructurada presencial. La entrevista durará alrededor de 60 minutos, y abarcará varias preguntas sobre tu experiencia subjetiva en el Freestyle.

La entrevista será realizada en el lugar, día y hora que tú estimes conveniente.

Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada. En cualquier caso, tú podrás interrumpir la grabación en cualquier momento, y retomarla cuando quiera.

Riesgos: No hay riesgos.

Beneficios: Tú no recibirá ningún beneficio directo, ni recompensa alguna, por participar en este estudio. No obstante, tu participación permitirá generar información para describir cómo el freestyle estaría relacionado con el bienestar y la vida de algunas personas, para aportar información a las herramientas con función terapéutica.

Voluntariedad: Tu participación es absolutamente voluntaria. Tú tendrás la libertad de contestar las preguntas que desees, como también de detener tu participación en cualquier momento que lo desees. Esto no implicará ningún perjuicio para ti.

Confidencialidad: En las presentaciones y publicaciones de esta investigación, tu nombre no aparecerá asociado a ninguna opinión particular. Por ello, los datos serán fundamentados con la inicial E y un número que le acompañará, diferenciando las diversas opiniones. Sin embargo, dado los fines científicos de esta investigación, tú autorizas a compartir fragmentos de tu testimonio sin que se revele quién es el autor de la cita.

Conocimiento de los resultados: Tú tienes derecho a conocer los resultados de esta investigación. Para ello, podrás recibir una copia de esta.

Datos de contacto: Si requieres mayor información, o comunicarse por cualquier motivo relacionado con esta investigación, puedes contactar a la/el Investigador/a Responsable de este estudio:

Nombre Investigador Responsable: Pablo Herrera

Teléfonos: (56-2) 29787816

Dirección: Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Av. Ignacio Carrera Pinto 1045, Ñuñoa, Santiago.

Correo Electrónico: pabloherrerasalinas@gmail.com

También puede comunicarse con la Presidenta del Comité del Ética de la Investigación que aprobó este estudio:

Prof. Dra. Marcela Ferrer-Lues

Presidenta

Comité de Ética de la Investigación

Facultad de Ciencias Sociales

Universidad de Chile

Teléfonos: (56-2) 2978 9726

Dirección: Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Av. Ignacio Carrera Pinto 1045, Ñuñoa, Santiago.

Correo Electrónico: comité.etica@facso.cl



II. FORMULARIO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo,, acepto participar en el estudio Freestyle como Herramienta terapéutica.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido, las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Firma Participante

Firma Investigador Responsable

Lugar y Fecha: _____

Este documento se firma en dos ejemplares, quedando una copia en cada parte.

Anexo 3 – Entrevista

Preguntas Guía

I)

- ¿Cuánto tiempo llevas rapeando?, ¿cómo llegaste al rap?
- ¿Cómo es para ti hacer rap?, ¿cómo es tu proceso creativo?
- ¿Qué es para ti el freestyle?
- Cuéntame sobre la última vez que freestaleaste, ¿cómo fue esa experiencia para ti?
- ¿En qué contextos o situaciones freestaleas habitualmente?
- ¿Qué cualidades tiene un buen freestyle?
- ¿Cómo fueron las primeras veces que freestaleaste?, ¿qué fue lo primero que aprendiste?
- ¿Qué cualidad especial tiene tu forma de freestalear?
- ¿En qué circunstancias freestaleas?
- ¿Desde hace cuánto practicas freestyle?
- ¿Consideras que tienes algún nivel de expertisse en el freestyle? Si es así, ¿qué nivel sería?

II)

- ¿Qué es lo que sientes al momento de freestalear?
- ¿Qué experimentas luego de haber freestaleado?
- ¿Sientes alguna diferencia entre antes y después de hacer freestyle?
- ¿Por qué decidiste integrar la práctica del freestyle a lo largo de tu vida?
- ¿Qué ha aportado la práctica del freestyle a tu vida personal?
- ¿Has integrado alguna herramienta que has desarrollado practicando freestyle en ámbitos más personales?

III)

- Desde la hipótesis de que la práctica del freestyle podría brindar algún tipo de bienestar para quienes lo practican, ¿qué elementos al momento de freestalear podrían considerarse como un aporte a tu bienestar?
- ¿Te entrega algún tipo de satisfacción el freestyle? Si es así, ¿cuál o cuáles podrían ser?
- ¿Qué experimentas corporal y emocionalmente, cuando freestaleas?
- ¿Es para ti algún tipo de terapia freestalear? Si es así, ¿qué cualidades terapéuticas tendría para ti el freestyle?

IV)

- ¿Cuándo te es más fácil freestalear?
- ¿En qué circunstancias te cuesta la práctica del freestyle?
- ¿Hay alguna diferencia entre freestalear solo o en grupo?
- ¿Cuál es el contexto ideal para ti para freestalear?
- Cuando recién empezaste a freestalear, ¿hubo algo que se te haya hecho más fácil y/o más complejo?
- ¿Cómo ha sido tu historial de actividad en la práctica del freestyle? (ej.: ininterrumpido, fluido, ha ido aumentando/disminuyendo con el paso del tiempo, se ha mantenido, etc.)

V)

- En tu experiencia, ¿en qué diferencias tú el freestalear de escribir?
- ¿Prefieres improvisar rimas o escribir un tema?
- ¿En qué contextos prefieres una u otra actividad? (freestalear y escribir)
- ¿Prefieres escribir o freestalear?, ¿por qué?

Anexo 4: Resultados

ÁRBOL DE CATEGORÍAS

1 Rap: ritmo y poesía

El rap es la música que se hace dentro de la cultura Hip Hop y que utiliza la poesía sobre ritmos, como explica la siguiente cita:

E1: (41:07) ...*tenís que pararte y decirle: “yo, señora, hago rap porque el Hip Hop es el que engloba toda la hue’a. Rap es la música: ritmo y poesía, su nombre lo dice. Solamente la música es rap, nada más”*. (41:19)

Por ello, en las siguientes subcategorías se revisarán las diferentes aristas del rap.

1.1 Enmarcado en la Cultura Hip-Hop.

Para entender el rap, tenemos que entender que está enmarcado dentro la Cultura Hip-Hop. La cual, representa los valores y circunstancias de una parte marginada de la sociedad, que visibiliza su malestar e incomodidades sociales. Además, se contempla el Hip-Hop como una herramienta de educación. Es decir, los hip-hoperos en general son portavoces de lo que acontece en sus realidades, donde también se ve implicada una estética y forma de ser en el mundo, como lo explican los siguientes testimonios:

E9: (34:46) *Bueno, aparte por todo también, por la estética, por el Hip Hop en general. Me, me, me encantó el... el Hip Hop, la Cultura. Lo que... todo lo que significaba ser rapero, digamos*. (35:02)

E16: (00:43) *El pintor, el bailarín, el rapero... bueno, esa es como nuestra, como nuestra gran, en el fondo, tesis de... como de trabajo. A través de esta “vola” vamos a transformar espacios públicos, ir transformando personas. Ahora, ya yo estoy trabajando con niños más chicos. Partimos haciéndolo muy libremente con la gente que miraba y con jóvenes. Pero, ahora cachamos que el Hip Hop empieza desde los 5 años hasta los 55, que puede ser alguien de mi edad, ¿me entendí?* (01:11)

1.1.1 Con su raíz marginal y revolucionaria.

La Cultura Hip-Hop contempla una base revolucionaria, proveniente de los estratos más marginados de la sociedad. Donde el Hip-Hop se hace también herramienta de comunicación por medio de sus diversas expresiones artísticas, tal como lo explica el siguiente relato:

E9: (34:00) *Porque... por... a ver... por varias cosas po. Antes, por ejemplo, el rap era diferente al de ahora po. O sea, el rap era más marginal antes po. Era como... y cuando uno se sentía marginado, siento que... eligía o el Punk, en ese tiempo, o el Rap. (34:19) (...) (45:10) Pero, mantener esa idea que, por ejemplo, claro: el Rap es, es, es revolución. El rap es, el rap es... es, ehm, es marginal. (45:25) El Rap es, es ser, sentirte marginado y expresarlo de alguna u otra, sea... no solamente en el Rap, en el Hip Hop en general. Sea baile, sea con las pistas, sea con pinturas o sea con escritura, el Hip Hop es eso po: es demostrar con arte, ehm... que, que no todos somos iguales. (45:46)*

1.1.2 Hermandad

Dentro del rap, y dada su raíz perteneciente Hip-Hop, la hermandad y compañerismo son parte de las bases en la manera de relacionarse, como lo podemos ver a partir de las experiencias compartidas a continuación:

E4: (04:09) *... y tú pa' donde vayai... donde viajís, sea donde sea... y hay un rapero, sabís que ese loco te va a acoger... te va a acoger y te va a invitar a su casa, te va a invitar a tomar once, qué se yo.... Como que, cosas que no pasan a lo mejor en otros estilos musicales, porque son estilos musicales. Y el Rap es parte del Hip Hop, y el Hip Hop es hermoso po. Al final, ha unido caleta el planeta po. Ha contribuido a la unión de razas, de países. Como que no hay fronteras: veís un chino haciendo un tema con... con un ruso, qué se yo... o un gringo haciendo temas con nosotros. Al final, eso es bacán así. Se ve en el rap. (04:52)*

E6: (07:48) *Es que el Hip-Hop sí es como vacilar en conjunto, como apañarse, ¿cachai? Felicitar, eh... acompañarse, apañarse, si somos todos compañeros po, amigos. (07:59)*

E7: (21:10) *Yo cacho que yo puedo recorrer de Arica a Punta Arenas, visitando raperos, sin... sin pagar arriendo po. Gracias a la música y esa hue'a es impagable po. (21:23)*

1.1.2.1 Unifica

En este sentido entonces, el rap unifica independiente de las barreras sociales y culturales, como podemos ver a partir de los siguientes relatos expuestos:

E4: (03: 20) *Como que al final el rap no... no discrimina, eso es bacán. Bacán que no discrimina. Puede llegar cualquier persona. De hecho, estái rapeando... y ha pasado, que llega un paco, así. ¡Un paco! Que uno le hace la "L", obviamente, por todos los acontecimientos de la vida, y llega y se pone a rapear... y es como, p'ta déjenlo... si está rapeando. Así como... (03:35) (...) (47:40) ... se acerca como un papá a improvisar y es tan válido como alguien que le pone, porque igual está improvisando. (47:47)*

E8: (13:42) *Porque yo encuentro que todo el que rapea, todo el que canta, lo une una cosa con el otro (13:50) (...) (13:52) Cantar, alegría, fraternidad, como lo dije denantes. Es como una unión que.... Lazos que, prácticamente, no se pueden romper. Unidos por una misma nación que es el rap. (14:10)*

1.1.2.2 Mayor hermandad en el rap que no es de batallas

Según los relatos de los entrevistados, la hermandad del rap se vería mayormente en contextos que no se relacionan a las batallas, como se puede apreciar mejor a partir de las siguientes citas expuestas:

E2: (20:28) *Sino que, en ese momento te tenís que cagar al otro. Es como, estái metido en eso. Si tú te vai a meter a eso, obviamente tenís que hacer una idea buena o... o mejor que lo que lo está haciendo el otro, ¿cachai? Lo que pasa en la escritura es que distinto igual po, porque al momento de hacer un tema, se plantea una idea y cada uno tiene su manera de ver las cosas, como su manera de escribir. Y pasa distinto po, por ejemplo, yo celebro cuando un amigo hace, no sé po... le digo: "¡puta, buena!", hizo una buena rima po. Así digo "¡Oh!!, cago así. Y también pasa alguien que: "oh, buena". Así como que hay más apoyo en realidad que... (21:13) (...) (21: 15) Claro, en la escritura más que nada, en un*

tema. Así como haciendo un tema, pero en las batallas obviamente uno va así a matar al otro, por así decirlo (ríe). (21:24)

E8: (07:13) *Porque se siente uno así como apoyado. En la batalla es 1 contra 1. (07:19)*

1.2 Rap como forma de vida

Para todos los entrevistados, el rap es algo que ha marcado su vida. Se sienten orgullosos y se jactan de su participación en el rap y de cómo este se ha transformado en su forma de existir en este mundo. Esto se grafica en las siguientes experiencias:

E9: (35:02) *Hasta el día de hoy, me encanta. De hecho, soy un orgulloso el día de hoy de estar Ad portas de los 30 y seguir vistiéndome como rapero, por ejemplo. (35:13) Que es una hue'a que no la, yo creo que na lo voy a dejar de... ¡claro, en la pega uno tiene que vestirse así diferente y todo! Pero... la forma en que me siento cómodo es ancho siempre, no sé po. Soy rap yo ya po, ¿cachai? (35:23)*

E12: (03:33) *La esencia misma del Rap, yo creo que a uno lo lleva a tomárselo como forma de vida. Y te apasiona. (03:41)*

1.2.1 Orgullo rapero

Quienes se consideran raperos, se sienten orgullos y agradecidos de poder aportar a la sociedad con su arte. Lo podemos apreciar más claramente a partir de lo compartido a continuación:

E5: (14:06) *Pero, gracias al rap es como... parir algo, una creación. Entonces, eso aparte te da también un gusto y orgullo por ti, así como hice algo que me ayudó y que puede ayudar a las personas al mismo tiempo. (14:24)*

E9: (37:07) *Sí, es bonito. No, y uno... o sea, los que somos raperos así ya de una vida casi entera, eh... le estamos, nadie no está agradecido de haberlo sido, de ser rapero, de lo que el rap entrega. (37:22)*

1.2.2 Entregar un mensaje

Una de las grandes distinciones del rap con otros géneros musicales tiene que ver con el contenido de sus letras y lo que estas comunican. En los siguientes ejemplos, se ve como tanto en la improvisación como en la composición, el contenido del mensaje toma central relevancia:

E2: (00:55) *Mmmm... Para mí, el freestyle es como una... manera de expresarme, de... es algo que me dan ganas de hacer cuando siento algo, cuando creo que tengo una buena idea, cuando estoy con amigos o cuando estoy sólo. Y para mí, es una herramienta de comunicación para llegar más allá de lo que se puede hablar comúnmente, por así decirlo.* (01:19)

E5: (09:05) *Entonces, claro, lo que yo quiero es seguir con la música y perfeccionarme caleta y seguir y seguir y seguir, porque me gusta entregar mensajes bacanes. Entonces, eso es lo que más me gusta del rap: poder mirar a los ojos a la gente cuando, no sé, rapeo frente a la gente y entender que le llegue el mensaje po. Eso es lo que me emociona: ... que quizás, mi proceso y lo que escribo, otra persona puede estar en lo mismo y quizás me entienda, y se entienda él mismo y le haga reflexionar* (09:44) (...) (14:39). *Si no que, por eso el cuaderno es mi consejero igual po. Y cuando yo escribo, escribo puras cosas bacanes. Y al final son consejos pa' mí y pa' otras personas, es como que mi alma habla por la escritura.* (14:50)

1.2.2.1 Responsabilidad al transmitir un mensaje

Dada la exposición pública y mediática del rap en general, requiere que los raperos sean conscientes de la repercusión que puede tener lo que transmiten sus palabras. Y, por tanto, de la responsabilidad de entregar un mensaje a los demás, como relatan los siguientes entrevistados.

E4: (42:40) *... igual yo creo que en el freestyle eso también va. De repente, estás improvisando y hay niños, hay mayores, yo creo que también uno no puede estar diciendo garabatos o... ¡ba, ba, ba!* (42:53)

E5: (31:23) ... es la media herramienta pa' comunicar, una herramienta muy potente. Por eso uno tiene que... es una responsabilidad rapear... porque el mensaje llega a las personas y no vai a andar rapeando hue'as. (31:40).

E12: (32:27) ... con pura irracionalidad, tú no puedes, ehm... no puedes construir algo, ¿cachai? No puedes, eh... colisionar ideas ni puedes hacer algo que, a la vez, puedan entenderlo todos. ¿Cachai lo importante que es que los demás entiendan lo que uno dice? (32:46)

1.2.3 Círculo del rap

La práctica frecuente del rap permite pertenecer a un círculo de personas que comparten este mismo interés, ubicándolo como un círculo social habitual dentro de la vida de los raperos, como se puede apreciar en los testimonios de a continuación:

E1: (19:11) Me dio un arma de pararme allá, al frente de la gente, de viajar pa' todos lados, de pararme a rapear con gente, de conocer gente bacán; conocerte a ti, al Shazko, ¿cachái? Me abrió caleta de puertas po hue'ón. Al principio, me gustó, dije "¡Oh!". Le vi un futuro, me puse a rapear y conocí gente, me abrió puertas, he viajado también por rapear. Y son cosas que, me las dio esto po. Y por el freestyle, no por los temas. (19:52)

E4: (03:30)...que no discrimina raza, no... de hecho, es la "No- religión" más completa, creo yo, que no discrimina y tú pa' donde vayai... donde viajís, sea donde sea... y hay un rapero, sabís que ese loco te va a acoger... te va a acoger y te va a invitar a su casa, te va a invitar a tomar once, qué se yo.... Como que, cosas que no pasan a lo mejor en otros estilos musicales, porque son estilos musicales. Y el Rap es parte del Hip Hop, y el Hip Hop es hermoso po. Al final, ha unido caleta el planeta po. Ha contribuido a la unión de razas, de países. Como que no hay fronteras: veís un chino haciendo un tema con... con un ruso, qué se yo... o un gringo haciendo temas con nosotros. Al final, eso es bacán así. Se ve en el rap. (04:52)

E7: (20:38) ¡Oh, conocer caleta po! Gente y Chile po. ¡Caleta, caleta! Si... yo cacho que... es el rap, mi círculo es el rap po. (20:51)

1.2.3.1 Compartir parte de sí mismo socialmente

En el *freestyle* se da la oportunidad de poder compartir nuestras emociones y lo que estamos pensando y/o sintiendo en el momento con los oyentes y/o compañeros de *freestyle*. Donde se escucha con atención y se respeta lo que el otro está expresando en su arte. Parece ser ésta una de las motivaciones principales de sus practicantes más férreos. Para comprenderlo mejor, podemos revisar los siguientes testimonios compartidos:

E3: (16:18) ... *puedo ir a compartir esta emoción y que la gente se dé cuenta que todos tenemos emociones y que todos vivimos cosas. Como: “no estái sola en esto”.* (16:34)

E8: (34:20) *Yo encuentro que el Rap le abriría las puertas a varias, personas... a gente que se quiere hacer escuchar, a gente que quiere ayudarse a sí misma...* (34:42)

E13: (11:13) *¡Sí! Por una parte, sí... ¡Sí! Partió así, por lo social.* (11:20)

E15: (12:34) ... *es que le freestyle es como parte de una... como un pegamento social entre los raperos, ¿cachai? Es como... es como la entra' pa' conocerse entre los cabros, pa' ver qué tal, pa' ver... pa' soltar las ideas... es como un borrador un freestyle, creo yo, ¿cachai? Bueno, antiguamente... ahora ya, es otra hue'a po: es un show. Ya es... pero... y eso es, no es más que eso, ¿cachai? Pero, sigue siendo parte del Hip Hop y es parte importante del rap, claro.* (13:07)

1.3 Escribir rap

El proceso creativo de componer un tema de rap y escribirlo con mucho más tiempo, es muy diferente a la fugacidad que se da en una improvisación rapeada. En esta subcategoría se explora las experiencias de quienes escriben dedicadamente sus temas de rap. Es una norma tácita en el rap el que cada interprete sea su propio compositor, de manera de hacer prevalecer la importancia del sello propio en la expresión artística, como lo expresa la experiencia compartida que sigue:

E2: (20:44) *Lo que pasa en la escritura es que es distinto igual po, porque al momento de hacer un tema, se plantea una idea y cada uno tiene su manera de ver las cosas, como su manera de escribir.* (20:56) (...) (53:15) *a crear, ¿cachai?... yo creo que la creación también*

es una especie de terapia po. Hacer... cuando creai algo, es algo tuyo, ¿cachai? Para los demás y para uno (53:33) (...) (53:46) Claro... es que cada uno tiene su manera de rimar, de expresarse. (53:49)

1.3.1 Composiciones propias y únicas

Uno de los grandes atractivos del rap, tiene que ver con expresar lo propio y genuino, con soltura. Pues, no es un género musical de covers o tributos. Sino, más bien, donde lo que resalta siempre es aquello que logra ser más único, distinto a lo que ya existe. Esto requiere que uno se entregue personalmente al arte del rap, cada uno hace sus propias letras, como se aprecia en los siguientes testimonios:

E1: (42:23) Una hue'a nueva. No quiero decir lo que dijo el otro, ¿cachai? (42:29)

E2: (17:33) Sí, me contribuye... o sea, siento que hago lo que quiero hacer con el rap po, ¿cachai? No la que está impuesto ni na'. Si no, lo que a mi me gusta. Y cuando a mi me gusta algo, ¿cachai?, me satisface, ¿cachai? Es como "¡oh, bacán que pude lograr esto", o que... me gustó lo que hice po. Y lo dije sinceramente y lo traté de corazón que me salga... y eso pa' mi es como satisfacción. Lograr... lograr hacer algo de corazón y también... ponerle cabeza, ¿cachai? (18:21)

E7: (15:10) (...) sí. Sí, es como más egoísta. Es que la música es lo más mío que tengo en la vida po, es lo más propio po. (15:18)

1.3.1.1 Sello propio

El rap es un género musical en el cual no se valora el tener el estilo de alguien o dar tributos a otros artistas. Sino que, precisamente, lo que más se aprecia entre sus adeptos es aquella capacidad para tener y registrar un sello propio, con un *flow* y estilo particular. Lo anterior queda más claro con las siguientes experiencias compartidas:

E2: (53:41) Claro... es que cada uno tiene su manera de rimar, de expresarse. (53:49)

E13: (31:26) *Oh, mira... yo creo que mi flow lo encontré por mi voz... cuando dejé de esforzar mi voz, cuando empecé a fluir más conmigo... Creo que ahí encontré mi flow innato, como te decía. Antes forzaba voz... o cuando era más cabro chico, me buscaba, así como de qué forma iba a rapear po. Con qué voz, con qué tono... no sé po. Antes igual tenía otra voz po... pero, hasta que empecé a aceptar mi voz... ¡Hasta que empecé a aceptarme po! Así yo creo que descubrí mi flow: ... Empecé a aceptarme y empecé a cachar que cada cosa que saliera de mí, es única po... y auténtica. (32:27)*

1.3.1.2 “Pienso en las canciones que quiero escuchar y las hago”

El título de esta categoría cita una letra célebre del rapero español Kase O, tal como lo hicieron varios entrevistados. Pues, el rap da la oportunidad de hacer musicalmente aquello que más le agrada a cada uno, en lo particular, dada los pocos recursos que se requiere para hacerlo. Esto se ilustra en las siguientes percepciones:

E7: (14:26) *... no lo dijo de la misma manera, pero él me dijo “lo bueno de la música, es que podís hacer la música que te gusta”, la podís hacer tú mismo. No necesitai escuchar a los demás po. (14:38)*

E8: (48:14) *Bueno, que digamos me gusta escuchar los cantantes... Pero lo que más me gusta, digamos, es sacar las rimas por mí mismo, sacar rimas propias. (48:32)*

E9: (10:14) *Co...es, por ejemplo, lo que dice Kase O en un tema... eh... “hago... las canciones que quiero...” O sea, ... “pienso en las canciones que quiero escuchar, y las hago”. En el fondo, eso es. Como lo que te gustaría escuchar en una canción, lo hacís tú po, entonces ¿qué más rico? (10:33)*

1.3.2 Acercamiento al rap desde la poesía

La llegada del rap para muchas personas fue desde la relación evidente que tiene éste con la poesía, como se puede ver en los siguientes relatos:

E3: (07:10) *Sí. Así siempre escribí poemas y escribía cosas. Siempre escribí... antes del rap. (07:20)*

E5: (04:29) ... *Y decía taller de rap entre comillas ritmo y poesía, y si no hubiera dicho “ritmo y poesía”, en vola’ no me meto. Pero, como dije “oh, a mi me gusta la poesía. Pero, nunca lo he unido al rap, ahora es el momento”.* (04:46)

E6: (25:39) ... *¿cachai? Entonces, te van marcando como las rimas y cómo podís ir mezclando las distintas formas de escribir poesía. En el fondo, esto es de poesía, es como una clase de lenguaje. Porque te dicen así como las formas que hay de rimar po. Que rime el primer tiempo con el tercero y el segundo con el cuarto, no sé po. Que es como lo general en la música, todo es así po.* (26:09)

E13: (06:15) *Eh... leyendo unas poesías de Góngora, cuando tenía... iba en octavo, iba en octavo pasando a primero...* (06:29)

1.3.3 Jugar con la métrica

La métrica es otra característica que ha recogido el rap de la poesía y que se ocupa de la estructura y medida de los versos, y sus combinaciones. Ha pasado hacer una de las principales características del rap en general, diferenciándolo de otros géneros musicales. Ya que las diversas métricas, marcarán diversos ritmos, acompañados de diferentes flows que dotan de estética la rapeada, como lo reflejan las siguientes experiencias:

E3: (07:52) *Es que cuando hacía la métrica justa precisa yo hacía “¡Oh!, decía “¡ou, shit!”*, esto es muy bueno... y te emociona. (08:04)

E13: (09:05) *Entonces, empezaba no sólo con las terminaciones. Si no, con que, onda, todo el texto tiene una palabra y cada palabra rime con otra. Onda, que no haya nada que no rime.* (09:15) (...) (09:21) *Y, puta, son líneas que podís tener, no sé po... como lo que hace, por ejemplo, Mantoí po, ¿cachai? El loco que te tira cinco rimas en una línea y las sigue siempre, las cinco rimas, ¿cachai?* (09:36) (...) (10:08) (...) *No sé. Yo creo que es métrica, jugar con la métrica no más.* (10:10)

1.3.4 Acoplarse a la pista/beat/ instrumental

Si bien el rap comparte ciertas características con la poesía, la diferencia radica en su cualidad rítmica y, por tanto, musical. El hecho de existir a la base una pista musical, para muchos es un facilitador para rapear, con lo cual hay que fluir de manera armónica para que suene bien, lo que se grafica con las citas compartidas a continuación:

E3: (52:40) *... otras, la pista hizo todo porque te llevó al viaje de lo que estabai sintiendo...*
(52:48)

E12: (12:08) *Pero, no me quiero desconectar del instrumental, ¿cachai? Porque si no, pa' eso escribo un poema, ¿cachai?* (14:12)

E13: (02:26) *Claro, y porque me iba motivando... y me solté ahí con la pista.* (02:32)

1.3.5 Al escribir hay más análisis

En el acto de escribir o componer una canción de rap, hay mucha más racionalización, análisis y cálculo que al freestalear, donde los contenidos salen de forma mucho más libre, como relatan los siguientes entrevistados:

E6: (41:38) *¿Escribir y el freestyle? Mmm... es que yo creo que escribir es una hue'a un poco más racional.* (41:57)

E13: (18:11) *Voy no más, no me importa... lo que diga, lo que salga... rapeo lo que me sale y listo. En una letra no es así tanto. En una letra... puta, a mí me pasa que cada vez estoy escribiendo más lento. Me demoro más en hacer un tema* (18:36) (...) (18:38) *Porque lo analizo mucho más po, le doy mucha más vuelta.* (18:41)

1.3.6 El efecto liberador de escribir rap

El acto de escribir rap también tiene un efecto liberador, en el sentido de externalizar los pensamientos y emociones, como se explica en el siguiente testimonio:

E7: (05:36) ... *a que te sacai hue'as de adentro, te limpiái el alma po. Porque... es como... que se supone que cuando uno está rapeando una hue'a que quiere que sea pulenta, es porque es de uno y viene de adentro. Entonces, cuando lo escribís, te lo sacaste po. Casi siempre las cosas duelen porque te las guardai po. (06:03) (...) (08:22) Pa' mi es más liberador la letra, porque estoy sólo po. Y no me están escuchando y hue'as, entonces estoy como en confianza po. (08:34)*

1.3.7 Mayor gusto por escribir rap

Aunque algunos raperos practiquen el *freestyle* con diferentes frecuencias o lo han dejado de lado, se mantienen en el rap por el gusto a la escritura, como se puede apreciar en los siguientes comentarios:

E2: (10:07) *Porque yo quería hacer temas po. O sea, desde un principio el freestyle sí po, pero encuentro que es la base para después hacer temas y saber escribir po. Porque es un mundo distinto freestalear que escribir... (10:30)*

E5: (07:28) *Ehm... escribir, amo escribir. En el cuaderno, no... no escribo nunca en celu o en computador, me encanta escribir. Entonces, por eso quizás prefiero más la escritura. Siempre me ha gustado escribir. En el colegio me gustaba caleta escribir. (07:43)*

E10: (37:42) ... *además que también no sólo como el hecho de que quede inmortalizado, como que... el acto de escribir como que también me gusta. Como, sí, de... de escribir po... (37:58) (...) (38:12) como que el hecho de llevar algo al papel, como que... como que es muy... beneficioso. (38:22)*

1.3.7.1 Concluir un proceso

El grabar un tema (o varios) de rap, se experimenta como un paso siguiente al *freestyle*, siendo más elaborado y percibido como una etapa cúlmine dentro de lo que es hacer rap, como lo describen las siguientes experiencias compartidas:

E6: (34:52) *Siento que es como una conclusión. (34:54) (...) (34:55) ... como una... un cerrar una hue'a (35:01) (...) (35:03) Darle fin. Como terminar de hacer algo (35:06) (...) (35:11). Pero, es como si tenís un proceso, finalizarlo y concluirlo pulento así. Sacar un*

resultado. No sé po, es como si estái escribiendo un libro, terminarlo y publicarlo. Eso, ¿cachai? (35:22)

E14: (39:53) ... grabar también es otra experiencia. O sea, ahí te estái enfrentando a otra... otras formas. Es como ya "la definitiva", por decirlo así. Como que ya estuviste trabajando en este proceso todo el rato y acá viene la prueba. Entonces, es como pasar el examen final del rap, por decirlo así: grabar un tema. (40:11)

1.3.7.2 Ordenarse al escribir

El acto de relatar la propia vida al escribir un tema de rap lleva a ordenar las emociones y pensamientos de sí mismo, como lo explican los siguientes relatos:

E5: (13:52) ¡Uf! Me salvó porque yo soy tan sensible que, gracias al rap, yo puedo canalizar mi sensibilidad y mis emociones. De no ser por eso, me quedaría con eso o quizás también, me habría servido escribir en un cuaderno. (14:06) (...) (14:28) Sí. Orgullo por poder canalizar eso, en esa energía, y no como en martirizarme o sentirme mal. Si no que, por eso el cuaderno es mi consejero igual po. Y cuando yo escribo, escribo puras cosas bacanes. Y al final son consejos pa' mí y pa' otras personas, es como que mi alma habla por la escritura. (14:50)

E6: (02:51) sí po, escribo más que otra cosa... Es que cuando uno escribe, uno se ordena uno mismo. Eso es lo que me pasa. Como... escribir me hace ordenarme yo y estar claro con mi vida, porque uno puede escribir de cualquier cosa po. (03:05)

1.3.7.3 Asimilar la propia experiencia al escuchar el propio rap

El escuchar un propio tema de rap da la posibilidad, posteriormente, de escucharnos y asimilar nuestra propia experiencia a partir de lo que ya se retrató, tal como lo explican las experiencias de a continuación:

E6: (17:38) Pa' mí, el Hip-Hop es concientizarnos porque nos estamos escuchando, nos estamos comunicando, ¿cachai? (17:40) (...) (17:46). Cada uno en su vola' po. Entonces,

pa' mí también es eso, es como un despertar po, es como darme cuenta de cómo estoy siendo ahora. (17:53).

E7: (06:03) *Y escucharlo después, es como vivirlo igual po. Lo estái asimilando, me ha pasado con caleta de temas. (06:14)*

1.3.7.4 Se puede pulir más.

Una ventaja de escribir rap, por sobre el *freestyle*, es el poder corregir las ideas y las rimas que nacen. Incluso se pueden pulir y corregir las letras para perfeccionarlas y que suenen mejor. Esto podemos entenderlo a partir de siguientes ejemplos:

E4: (39:00) *En el freestyle salió y no podís borrarlo po. En cambio, te podís dar el tiempo de borrar y decir “no, a lo mejor esta palabra no... o esta palabra la he usado mucho. Quizás lo abordo de otra manera. O no... a lo mejor, aquí alguien se va a sentir mal, mejor lo digo de otra manera más... o quiero llegar a lo mismo, pero de otra manera”. En el freestyle es como sin filtro (39:24). De hecho, más... más sincero. Igual trato que... que la escritura sea lo más sincera posible. Pero, claro, tengo más tiempo pa'... no pa' arreglar lo filtros. Si no, pa' pulir la calidad de esa conversación innata po. (39:47)*

E13: (14:59) *Pero, después en el papel, podís corregir po. Y esa hue'a es mucho más pulento, en el sentido de que lo perfeccionai po. (15:11).*

1.4 Efectos positivos del rap

El rap en general, improvisado o previamente escrito, tiene diversos efectos positivos sobre quienes lo llevan a cabo. Incluso se percibe como una forma personal de auto terapia, como lo explica el siguiente relato:

E14: (42:02) *Son varias. Pero, yo creo que la primera sensación es como el soltar y sacar. Como, ya, primero es el desahogo y desde ese desahogo, ordenar. Y como primero suelto, saco, me expreso. Y mientras me estoy expresando, puedo estar entendiendo lo que me pasa. Y mientras estoy entendiendo lo que me pasa, puedo ordenarlo. Y si lo puedo ordenar, ya es más fácil de solucionar. Entonces, es como una auto terapia, como que uno pasa a ser su propio psicólogo. (42:31)*

1.4.1 Rap terapéutico

Para muchos, no sólo es una forma de expresarse por medio del arte, sino además tiene efectos terapéuticos para sus practicantes, así lo muestran las siguientes experiencias compartidas:

E7: (07:33) ... y yo creo que pa' mi igual pasa eso... (07:35) ... es terapéutico (07:38) (...) (07:49) ¡Y sí po, caleta! Puta, hasta la Welyn a veces me dice "¿sabís que, León? Andai terrible de mal humor, debería hacer música, hueón". (07:58)

E12: (04:44) Pero obviamente, que, al hacerlo, uno hace terapia. Uno también se conoce a sí mismo. Uno descubre su habilidad verbal, que ayuda para todo ámbito de cosas. (04:54)

1.4.2 Convertir el “peso de mi espalda” en arte

El hacer rap da la posibilidad de canalizar las emociones y circunstancias más negativas por medio del arte, como se puede apreciar a continuación:

E13: (38:51) Empecé a...a enamorarme de la rima en sí. Pero, primero ciegamente. (39:04) (...) (39:06) Y después de eso, es la herramienta hermosa que tenís pa'... pa' narrar lo que está dentro de ti. Entonces en el fondo, ¿cómo llamártelo? Es... una hue'a que yo siempre he dicho. ¡Hasta lo he dicho en temas que tengo! Que es: convertir el peso de tu espalda, o de tu mente, en arte... Transformar lo banal, que puede ser tan común y corriente, y contarle de una manera así, le hace darle una hermosura a todo lo que pase po, a todo lo que podai sentir o ver, o lo que te rodee. Poder contarle con esta magia, con esto hermoso que es el rap... ehm... ¡Putá, es cuático po, es cuático! (40:00)

1.4.3 Da felicidad

El rapear, en cualquiera de sus formas, propicia estados de felicidad en los raperos, según reflejan los siguientes relatos:

E1: (07:38) Me bajé y me fui rapeando hasta mi casa, me fui rapeando, me acosté rapeando y me dormí rapeando. Y desperté feliz. (07:50) (...) (07:52) ¡Sí, caleta po! Caleta. Me hace

más feliz que la chucha, me hace sentir como una persona con algo que tenís que entregar acá. (08:02)

E7: (05:14) Es que todo el rap es como ser feliz po. Por ejemplo, si estoy triste y hago un tema. Después del tema, ya no estoy tan triste, estoy más feliz que cuando empecé. (05:23)

1.4.4 Salvación en momentos difíciles

El amor y dedicación al rap lleva a las personas a enfocar sus energías hacia esta actividad, evitando que las personas caigan o se mantengan con estados de ánimos más desesperanzados. Por lo mismo, muchos de sus seguidores y practicantes consideran que ha sido su salvación o soporte en momentos difíciles, como se puede apreciar en las experiencias de a continuación:

E5: (04:09) Claro. No, si a mí el rap me salvó, fui muy feliz con eso, así... (04:14) (...) (13:52) ¡Uf! Me salvó porque yo soy tan sensible que, gracias al rap, yo puedo canalizar mi sensibilidad y mis emociones. (14:01)

E7: (32:38) ... que, en esas hue'as, que en ese momento me estresaban po. Y ese disco fue una salvación. O sea, no sé si una salvación po, no sé qué habría hecho si no hubiera hecho ese disco, no creo que me haya salvado de algo tampoco, así literalmente. Pero, me ayudó a superarlo. (32:59) (...) (33:00) El momento penca. A llevarlo, lo llevé caleta haciendo música. Casi que ni lo sufrí, lo grabé. (33:13)

1.4.5 Conexión con el alma/ espíritu

La conexión con uno mismo es tan profunda mientras se freestalea, que la parte más esencial y profunda de cada persona se ve involucrada. Algunos refieren a ella como “alma” o, como se puede apreciar a continuación:

E5: (14:39). Si no que, por eso el cuaderno es mi consejero igual po. Y cuando yo escribo, escribo puras cosas bacanes. Y al final son consejos pa' mí y pa' otras personas, es como que mi alma habla por la escritura. (14:50).

E7: (05:36) ... *a que te sacai hue'as de adentro, te limpiái el alma po.* (05:40)

E13: (04:20) *Me llena el alma así, brígido.* (04:24)

1.4.6 Satisfacción y autoeficacia

En el rap se puede apreciar también la autoeficacia en la satisfacción y motivación que provoca escribir una buena rima y/o plasmar una buena idea. Es decir, considerarse competente para el rap, como lo podemos ver en los testimonios que continúan:

E1: (34:43) *Que todavía no hay un tope po. Que vo rapeai y rapeai y rapeai y sentís que ya le ponís bueno, que ya estái en la satisfacción. Y después te ponís a rapear y te empezai a escuchar y te pegái esos "tortazos", que decís. Y después parai y decís "¡buena po, hue'ón!" Hay otro nivel po, podís seguir subiendo, podís seguir escalando, podís llegar más allá po. Puede seguir creciendo tu freestyle, ¿cachái? Podís hacer crecer las ideas, podís nutrir las ideas, podís crear ideas más cuáticas po, podís llegar más allá po.* (35:08)

E7: (41:15) *O sea, pa' mi hacer rap, es... hacer algo que yo nunca creí que iba a poder hacer.* (41:22) (...) (41:27) *Esa es la verdadera terapia po... llevarte, sacarte de tu zona de confort y hacer hue'as de las que creíste que no eráis capaz po. Después llega el punto en que la hue'a ya es parte tuyo y lo hacís con naturaleza. Y ahí subiste un nivel personal, mejoraste como ser humano po.* (41:45)

E9: (10:08) *Me gust... lo que, lo que me gusta es, ehm... Bueno, escribir, encontrar una buena rima es súper gratificante.* (10:14)

E13: (14:20) *Pero, por ejemplo, terminai un... un párrafo así, o terminai una estrofa y... y a mi me pasa que la termino, me pongo a rapear y digo "¡Yeah, conchetuma're, me gustó caleta!". Y esa hue'a ¡pa, pa! Me prende al tiro y me incen... y ahí, es donde siempre en los temas, aga... pa' escribir, agarro el vuelo: cuando terminai la primera estrofa.* (14:45)

1.5 Técnicas de composición

A pesar de que para hacer rap no se requiere de mucha parafernalia musical necesariamente, existen algunos recursos que se utilizan dentro de sus practicantes y que hacen que el freestyle, y el rap en general, suene mejor o sea catalogado como “bueno”. Se revisarán las técnicas más claras que aparecieron a partir de las entrevistas realizadas a continuación:

1.5.1 Uso de Metáforas

Una de las grandes atracciones del rap es la capacidad de metaforizar, como otro recurso que se utiliza usualmente en la poesía. Todos los entrevistados de esta muestra declaran adherir a esta técnica. Los siguientes ejemplos esperan explicar de mejor manera lo anterior:

E4: (29:10) *Sí... ah... queda a libre interpretación igual, porque la metáfora... aunque el que más o menos entiende, igual es capaz de sacar el fallo, como de descifrar esa metáfora. Pero, muchas veces, tú vai y le preguntai al autor qué quiso decir y a lo mejor quiso decir otra cosa. A lo mejor se acercaba a lo que descifraste... pero, eso es bueno, que queda a libre interpretación. Y eso... también habla de... igual como que no quiero... como que... como que lo explícito fuera más básico, porque es más fácil... onda, “tengo sed, quiero agua”, estái diciendo literal que “tengo sed, quiero agua” y mmmm... si lo metaforizai, es... no sé “en mi garganta hay un desierto”. En mi garganta hay un desierto... y eso igual, lo podís interpretar de muchas maneras: esa persona hace tiempo que no habla, esa persona tiene sed -que era lo que quería decir-, eh... anda a saber. Miles de interpretaciones tiene que la garganta es un desierto, e igual es bonito que haya libre interpretación. (30:40)*

E9: (08:39) *De partida, porque el arte... el arte de... de hablar en el rap, con metáforas, es lindo. O sea, ya tener que darle una segunda vuelta, hace que te detengai en el mensaje que te está dando el MC, digamos. Y eso me gusta: que a la primera no digan “¡Ah, este hueón dijo ‘esto’!”. O sea, que tengái que escucharlo un par de veces y digan “¡Mira!”. O incluso también que saquen sus propias conclusiones. Me ha pasado que muchas veces, sacan conclusiones que no tienen na’ que ver con lo que quise decir y eso es interesante igual po... (09:08)*

1.5.2 4/4

El 4/4 es una forma de componer y freestalear, basada en la poesía. 4/4 refiere a una estrofa, con 4 versos. La mayoría de los raperos usa habitualmente o ha usado esta manera de rimar. En el freestyle también se utiliza para marcar el tiempo de cada uno y los turnos, cuando hay más de uno freestaleando. Para comprenderlo mejor, se presentan los siguientes ejemplos:

E2: (47:14) *lo que hemos estado haciendo es como ya "4/4", "hagamos... o un 8/4". Entonces, ahí tenís que tirar la hue'a y el otro pasa.* (47:28)

E4: (24:27) *O de repente, hay alguien que está freestaleando... porque a veces están estas rondas y es un rato cada uno. Un rato cada uno le toca. Sus 20 segundos cada uno, sus 4/4, qué se yo... 8/8, que ahora está más el tecnicismo.* (24:56)

E6: (23:14) *Son 16 tiempos organizados en... son 4/4 po.* (23:20)

E8: (47:03) *... cuatro rimas... 4/4, cuatro rimas, cuatro tiempos.* (47:11)

E12: (29:28) *Yo creo que cuando estái con más gente, hay que hacer 4/4 o 8/4. Y lo bueno que tiene ese ejercicio es que uno, en ese poco rato, uno tiene que decir lo mejor de lo mejor y terminar así ¡pah! Como una guillotina así: ¡Pss! A mí me gusta caleta el 4/4.* (29:46)

1.5.3 Juegos de palabras

Dentro de las diversas características del rap, están los juegos de palabras que hacen que esta actividad sea percibida como un entretenido desafío, tal como refieren las siguientes experiencias:

E2:(06:28) *No, puede ser cualquier palabra... pero, que de repente esté esa cosa del lenguaje que están esas palabras y las podís usar po.* (06:37) (...) (06:48) *No, distintas palabras... se nos iba ocurriendo cosas a cada uno, a casa persona, ¿cachái?* (06:53) (...) (06:56) *... pero, dentro de ese mismo juego, ¿cachai? Que era archi... o sea, que era desglosar palabras o sílabas y juntarlas en una palabra... ¿entiende?* (07:11)

E3: (34:56) *Porque podís jugar con tu mente, qué es lo que te decía que me entretiene mucho, como este juego de palabras, encajar cosa y que digan algo.* (35:04)

1.5.3.1 Calambur

Calambur es una figura retórica que se usa como estrategia poética recurrentemente dentro del rap, la que consiste en darle doble sentido al sonido de la conjugación de palabras concatenadas. Es decir, es un juego de palabras que se utiliza de manera ingeniosa para crear rimas, como lo explica el siguiente entrevistado:

E4: (25:12) *El Calambur es como decir la misma palabra dos veces, pero... o que fonéticamente suene la misma palabra. Pero, estái diciendo otra cosa. Como, por ejemplo, jah, hace poco dije una! ¿cómo era? Eh... socio, eh..., socio... Tú que has tratado a todos como mayordomo. Socio, afuera de esta sociomatrix, hay un mayor domo. (¿Cachái? Dije “mayordomo” dos veces, pero una hablo de tratar a la gente como mayordomo. Como mayordomo, esclavo. Y estoy diciendo después, que afuera de este sistema hay un mayor domo. O sea, una mayor cúpula, una mayor... (25:45)*

1.5.3.2 Multisilábicas y “one-two”

Diversas técnicas se utilizan para hacer juegos de palabras, entre ellas las más usadas son el “one-two” y el uso de las multisilábicas, como cuentan los siguientes entrevistados:

EP2: (01:08:25) (...) *la técnica más... lo más... base del rap gringo es el “one-two” que se llama, ¿cachai? Que es la junta de dos, las... las dos sílabas que vai a rimar últimas, 2 o 3 pega’s y eso también es la multisilábica, ¿cachai? La rima multisilábica... (01:08:47)*

E4: (26:35) *Pero, yo jamás le... como que el one-two es... es rimar, por ejemplo, no sé...: Aquí estamos en la casa con mis amigos y después vamos a la plaza y por eso la paz consigo. No, no... na’ que ver. Pero, así como que rimai dos cosas. Perdón, eso no fue un one-two, de hecho (risas). Me equivoqué. (...) le han puesto tecnicismos, pero igual está bien po (...) También está la multisilábica. La multisilábica es rimar todo, por ejemplo... Yo te digo una multisilábica, no ando buscando una grupie simpática. Rimé con todo:*

mutisilábica, grupie simpática, teletubie sin hábitat.... No sé. ¿Cachái? Como que todo te rime fonéticamente igual, una palabra larga o... bueno, igual me cachaste. (27:38)

1.6 Talleres de rap

Antiguamente, el rap era algo que se traspasaba de boca en boca, tal como la oralidad, en un contexto callejero, donde la gente se agrupaba casi por instinto y gusto por rimar. Actualmente, la experticia de algunos y la popularidad que ha alcanzado el rap ha sentado cimientos para que algunas personas puedan dictar talleres de rap y enseñarles a otros sobre este arte.

En tanto, quienes aprenden de esta última forma, están agradecidos de la instancia. Sin embargo, quienes llevan más tiempo en el movimiento y aprendieron de la forma más convencional, no abogan por esta manera de compartir el rap. A continuación, se explorará algunas características sobre los talleres de rap, según la experiencia de los entrevistados:

1.6.1 Cómo se enseña en un taller de rap

Los siguientes relatos explican parte de cómo es el aprendizaje en talleres de rap:

E5: (15:27) *Eh... escribir po, la métrica. Nos enseñó muchos ejemplos y nos hacía escribir sobre la métrica (15:36) (...) (15:45) Eh... a ver... no, o sea, es que nos decía, por ejemplo, “esta es la métrica” y nos daba un ejemplo y ahí nos hacía escribir y después mostrarlo, ¿cachai? Entonces, eso igual me marcó caleta pa’ poder mejorar mi escritura y poder encontrar mi propio Flow, que nos ayudó caleta a encontrar el propio flow, no copiar. Pero, al final es brígido, porque el Flow igual, a veces, la mayoría de las veces igual saca un poco de tu Escuela po... que son mis cabros... el Ojal, el Jota, los cabros que he escuchado. (16:24)*

E6: (25:39) *... ¿cachai? Entonces, te van marcando como las rimas y cómo podís ir mezclando las distintas formas de escribir poesía. En el fondo, esto es de poesía, es como una clase de lenguaje. Porque te dicen, así como las formas que hay de rimar po. Que rime el primer tiempo con el tercero y el segundo con el cuarto (26:03), no sé po. Que es como lo general en la música, todo es así po. (26:09)*

1.6.2 Distintas posturas frente a los talleres de rap

En las siguientes subcategorías se presenta algunas ideas, por parte de algunos entrevistados, que difieren entre sí, en relación con la realización de talleres de rap:

1.6.2.1 Sobre la autenticidad en el rap

Una de las consecuencias aparentes del taller de rap, tiene que ver con la autenticidad del *flow*. El cual, se ve inspirado por el mentor en cuestión, según se relata en la siguiente experiencia compartida:

E14: (20:59) *Sí, es parte de nosotros también la métrica... por lo menos, la Chita y yo, creo que compartimos mucho como la métrica de Ojal, como... hay otros cabros en el taller que tienen otro flow, tienen otras cosas. Yo con la Chita hemos compartido mucho esa métrica y como de mucho juego de métrica: a Ojal le gusta mucho, eh... en su rap le gusta mucho como jugar con la métrica, como expandirla lo más que pueda, transformarla, romperla, volver a hacerla. Él es como bien mental, para... para su rap también, súper mental. Y yo desde mi ser que también soy súper mental, la Chita también es súper mental... eh, nos llegó fuerte esa información, nos llegó, así como al corazón.* (21:45)

1.6.2.1.1 “bacán que se parezca, si yo aprendí de él”

El siguiente argumento se presenta a favor de los talleres de rap:

E5: (15:43) *Eh... a ver... no, o sea, es que nos decía, por ejemplo, “esta es la métrica” y nos daba un ejemplo y ahí nos hacía escribir y después mostrarlo, ¿cachai? Entonces, eso igual me marcó caleta pa’ poder mejorar mi escritura y poder encontrar mi propio flow, que nos ayudó caleta a encontrar el propio Flow, no copiar. Pero, al final es brígido, porque el Flow igual, a veces, la mayoría de las veces igual saca un poco de tu Escuela po... que son mis cabros... el Ojal, el Jota, los cabros que he escuchado, igual te ayudan a formar tu propio Flow. Entonces, hay gente que dice “mira, este rapero se parece a este”, es porque es su Escuela y aprendió de esa persona. O sea, tampoco le veo como malo que dicen que se parece. Bacán que se parezca po, si yo aprendí de él.* (16:41)

1.6.2.1.2 “rapean todos iguales, tienen la misma Escuela”

Uno de los argumentos en contra de los talleres tiene que ver con la cualidad de autenticidad de los raperos, tanto en estilo libre (como se puede ver en la cita de a continuación) como en el resto del rap. Lo que se desmarca de la cualidad de genuino que se ve implícita en rap, como lo explica mejor el relato de a continuación:

E15: (05:09) *No, la verdad yo... no tengo esa concepción. Es que el freestyle... creo yo, que el freestyle es... su nombre lo dice “estilo libre”. Entonces, no hay ninguna forma, no hay ninguna métrica, no hay ningún concepto, ningún puto taller... que enseñe o te oriente a freestear bien, ¿cachái? Y... esa es la hue’a po. El freestyle son, son... son ideas que uno saca del momento o de repente igual tenís guarda’s algunas rimas y querís decirlas y en ese freestyle la probaste, esa rima. (05:47) (...) (06:40) Es como que te empiecen a tratar de “academizar la hue’a”, así como... realmente ¡¿hacer un taller de freestyle, brother?, ¿un taller de freestyle?, un taller de Estilo Libre! (06:55) (...) (14:09) ¡empezaron a academizar la hue’a po!, ¿cachái? Y es lo peor que se puede hacer en todo. Es como taller... es como lo mismo de talleres de rap, ¿cachai? Talleres en el rap, pa’ lo único que sirven es pa’ que enseñen a hacer pistas porque hay programas de por medio. Y hay un programa y hay matemáticas, y esa hue’a sí. Esa hue’a es como un tutorial, esa hue’a le podís enseñar a un hueón. Pero ¡no le podís enseñar a un hueón cómo escribir, hue’ón! No le podís enseñar a un hueón cómo escribir. Esa hue’a no se aprende en talleres. Esa hue’a se aprende escuchando, leyendo... sino, forman hueones todos iguales, forman caudillos de puros hueones iguales. Rapean todos iguales, tienen la misma escuela, ¿cachai? (14:53)*

2 Freestyle: la improvisación en el rap

El *freestyle* es la improvisación en el momento de letras y/o rimas en el rap, la cual puede ser con música de fondo, como se puede apreciar en el siguiente testimonio compartido:

E4: (57:38) *... pero estaba improvisando, estaba haciendo freestyle, estaba encajando en el beat, estaba rimando... eh... estaba diciendo lo que sentía en ese momento. (57: 47)*

2.1 Siempre freestyle

Las siguientes subcategorías dan cuenta de los diversos contextos más comunes en los que se freestalea según los relatos de los entrevistados. Dado que muchos indican que el *freestyle* siempre está presente en sus vidas, como se puede apreciar a partir de las experiencias expuestas a continuación:

E1: (04:49) ... *sí po... no, no... freestyle. Siempre freestyle.* (04:53) (...) (04:54) *Sí po. No me gusta rapear temas porque me aburre* (04:57) (...) (07:25) *¡Si po! En mi cabeza. Porque siempre estoy rapeando en mi cabeza.* (07:30)

E2: (51:08) *Claro, porque como que me iba como por otros caminos, ponte, pero el rap siempre estaba ahí, como que siempre me llamaba. Y... en una ronda de freestyle como que dije “¡Oh, esta hue’a es lo que yo amo fijo!” y ahí empecé ya ...* (51:25)

E4: (31:27) *Es que siempre estoy así como rimando...* (31:30) (...) (31:34) ... *conversar como en una vola’ distinta. No, si... difícil que pase un día sin improvisar. Ya sea en mi mente, o en la ducha. No, claro... en todos lados. Voy a comprar, y es inevitable no estar rapeando, así ¡pa!* (31:55)

2.1.1 Solo

La mayoría freestalea en soledad, como lo afirman los siguientes ejemplos:

E6: (01:57) *Me gusta, pero yo siempre lo hago solo po.* (02:02)

E7: (02:05) *Cuando estái caminando, de repente estái freestaleando. Si estái solo, no cachai po.* (02:11)

E8: (04:35) ...*Digamos que a veces coloco pistas aquí e improviso.* (07:40)

E10: (06:12) ... *o freestaleo solo...* (06:14)

2.1.2 Con el círculo más cercano

Otra práctica frecuente de *freestyle* es con el círculo social más íntimo, como lo demuestran las experiencias compartidas a continuación:

E5: (23:51) *con los cabros, con el Ojal... cuando me junto con los cabros.* (23:56).

E6: (10:43) *Ahí con amigos, pero con pocos amigos... ¿cachai? Donde se comparte* (10:48) (...) (10:50) *Sí po, donde se comparte la vola' po. Porque si somos poquitos, bacán po. Si somos poquitos, bacán.* (10:57)

E7: (01:58) *No es como cuando estoy carreteando y digo "ya, voy a freestalear con los cabros". O sale un beatbox y te acercai y te unís a rapear po.* (02:05)

E9: (29:39) *Eh, con mis amigos, con mi círculo.* (29:42) (...) (29:43) *De hecho, casi nunca, últimamente estoy hablando hace años atrás ya, casi nunca con gente que no conozco.* (29:49)

E12: (24:14) *Sí, si también. Pero, sobre todo con amigos.* (24:19)

2.1.3 Rondas de *freestyle*

Las rondas de *freestyle* son agrupaciones de personas que se juntan en posición de ronda a freestalear. Normalmente, la práctica se lleva a cabo de pie. Cada participante tiene su turno. Puede darse entre amigos y/o conocidos y también con desconocidos, como se puede apreciar en los siguientes relatos:

E2: (23:45) *Mmmm... mira, con amigos... sólo, harto (ríe). Em... no sé, esos son los dos contextos: sólo. Bueno, en la calle de repente. Pero, con gente que no conozco, también me ha pasado. Y.... y eso...* (22:04)

E8: (02:05) *... porque siempre se encerraban en un círculo de masas* (02:09) (...) (02:12) *de hombres, de niños, de profes...* (02:16)

E13: (25:25) ... *En cambio, cuando estái en un freestyle ajeno, estái como solo experimentando otra cosa nueva, cosa que también es bacán así. ¡Amo esa hue'a también po!...* (25:37)

2.1.4 Para sacar una idea

Se freestalea también para alcanzar el *flow* con el que se va a rapear el tema a componer o la idea sobre la que se rimará. Así lo confirman los relatos de a continuación:

E2: (23:52) *Pongo un beat, hago un beat y freestaleo. En realidad, freestaleo cuando estoy escribiendo para tratar de sacarle una idea al freestyle...* (24:03)

E7: (01:07) *Es que es como parte pa' escribir po. Freestaleo y si me sale algo que queda pa' la letra, lo escribo.* (01:14)

E12: (15:50) *De hecho, yo así escribía, así escribía. Yo, yo freestaleaba y salía. Y salía lo que yo iba a escribir po. Me cuesta visualizar, me es más fácil ir, ir, ir.* (16:04)

2.1.5 En la ducha

Aun la gente que se describe más como escritor, por compartir menos su freestyle en público, freestalea frecuentemente en espacios tan íntimos, como los es, por ejemplo, la ducha. De esto dan fe las siguientes experiencias compartidas:

E4: (40:18) *Ya sea despertando. Ya sea, claro, en la ducha, en el baño... haciendo mis necesidades (risa), comiendo... o... cocinando. Lo que sea.* (40:33)

E7: (02:41) *O en la ducha* (02:42) (...) (02:44) *Ese sí es freestyle decidido po. Así como el del vacile. En la ducha así, estoy freestaleando así como "es la hora del freestyle".* (02:51)

2.2 Poesía oral inmediata

Freestyle entendido como poesía oral que se improvisa sobre una instrumental o sobre un *beatbox* (incluso puede ser sin nada de fondo), como lo explican los siguientes ejemplos:

E4: (28:33) *Pero, a veces están improvisando metáforas, están improvisando... es poesía pura y tú sabís que la están improvisando y le está saliendo, y... por la forma en que mueven los ojos, buscando palabras, sabís que están improvisando ¡ta, ta, ta, ta! Y ahí ¡oh!... las manos.* (28:53)

E12: (05:06) *O sea, yo exteriorizo todo mi mundo a través de esta poesía que no es como la antigua, que era sólo escribirla. Sino que, eh... eh... exteriorizarla en el momento, ¿cachai?* (05:20)

E13: (06:55) *¡La vola' callejera del rap po! ¿cachai? Pero, a mi lo que más siempre me gustó, era la poesía. La elegancia de la hue'a y calleja al mismo tiempo, esa hue'a me enamoró.* (07:08)

2.3 Todo el cuerpo en el freestyle

Al momento de freestalear, la totalidad del sujeto está enfocada en esta actividad, no sólo lo que implica lo vocal. Viéndose reflejado en su cuerpo, en sus movimientos y en la forma de estar allí expresándose en plena comunión con el freestyle, como comentan los entrevistados a continuación:

E2: (32:27) *Mmmm.... de repente, siento como taquicardias.* (ríe) (32:33) (...) (32:35) *Pero, cuando estoy muy envolado sí... (32:38) (...) (32:40) Sí. O sea, no te estoy hueveando que hemos freestaleado y hemos quedado sudando así, como si hubiéramos jugado un partido, una hue'a así. Freestaleando tanto así, o moviéndose tanto que terminai con una energía, te acelera el corazón todo...* (33:03)

E3: (15:29) *Y es como, cómo la vibración de un pedacito de mí, que puede ser mi corazón, cómo que, a través de la voz, mis manos, lo que sale del cuerpo... puede llegar y tocar muchas, no sé, poner muchas semillitas en distintos lugares.* (15:45)

E4: (67:54) *Y el freestyle tiene eso: estái buscando en su cerebro, tú estái buscando en tu mente, estái abajo, tú estái abajo... con la cabeza gacha, para no desconcentrarte con las miradas. O hay locos que no ya... lo dominan tanto, que miran... miran, observan, buscan objetos y los van nombrando y ahí es ine... es indudable que están improvisando, porque*

están nombrando lo que está pasando en el momento. Eso ya, sería raro que estuviera escrito. (68:20)

E5: (32:24) que freestaleo con el cuerpo igual, porque me muevo (32:35) (...) (32:39) ¡También! Soy así... no, me gusta expresar con todo, comunicar con el cuerpo y... todo está unido po. Entonces, es así como sacar la energía de todos lados. (32:51)

E16: (28:32) Ya sea que canten o que freestaleen, ¡o que estén ahí! El estar ahí, en ese círculo, genera una energía. Esa energía es una energía buena pa' los cuerpos, pa' todos po. (28:43)

2.4 Freestyle como forma de expresión personal

Además de los desafíos y entretención que provoca el *freestyle* grupalmente, también se experimenta como una forma de expresión personal, como lo manifiestan las experiencias de a continuación:

E1: (01:26) ... O rapear es una transición de descanso; es como hacer yoga, pa' los que hacen yoga, ... los hue'ones que tienen algo que te hace expresar, ... sentirte libre, como una hue'a así pa' mi es rapear. (01:39)

E2: (00:55) Mmmm... Para mí, el freestyle es como una... manera de expresarme, de... es algo que me dan ganas de hacer cuando siento algo, cuando creo que tengo una buena idea, cuando estoy con amigos o cuando estoy sólo. (01:09)

E6: (41:25) Na'. De repente, me recuerdo buenas rimas y la escribo al toque. Si, porque obvio que hay más expresión cuando uno freestalea, decís hue'as que así de escritas, no se puede o no te salen así. (41:36)

E7: (25:03) O sea, a nivel de hacer rap, porque cuando uno está rapeando es sincero, uno fácilmente puede estar en un grupo de personas y conversar caleta, sin decir nada po. Pero, cuando está haciendo rap igual uno se va con freno de mano, pero hay un momento en que ya es inevitable, ya está entregando algo de tu parte... te está mostrando. (25:33)

2.5 Competencia en batallas de freestyle

Las batallas de *freestyle* es una rama de este que está muy en boga en la actualidad. Consiste en enfrentarse a un contrincante, con el objetivo de hacer una mejor rima que el otro, como lo explican las siguientes citas:

E1: (09:45) *Putá hay como un freestyle de batallas, que son como dos batallando po... como que todos quieren, no sé si quieren ser mejor que el otro, pero es como competencia po. Es como que se debaten, ¿cachai?, pa'... puta es como vacile o ser mejor que el otro.* (10:01)

E12: (29:46) *Eso. Y bueno, lo otro que pienso es que está la otra arista de las batallas que, por un lado, eh... son un poco más... eh, frívolas. Pero, pero... tienen la, lo, la... la... ¿cómo decirlo? La cap... la... la facultad o la capacidad de hacerte, de obligarte a colisionar ideas, ¿cachai?, ¿cachai? Te obliga. Porque, ¡claro po! Tenís que hacer reír a los demás, o... o, bueno, responderle al otro en el momento, ¿cachai? Que lo, es una colisión misma de ideas, ¿cachai?* (30:30)

2.5.1 Humorístico o entretenido:

Las batallas de *freestyle* tendrían un componente humorístico o de entretenimiento, según argumenta el siguiente relato:

E1: (10:30) *Yo igual batallé caleta po, en un tiempo batallé mucho y me gustaba caleta po, me hacía... me hacía feliz la hue'a. Pero, es porque era un momento de pasarlo bien, más que todo. Es como una hue'a de pasarlo bacán, lo pasai bien. O sea, hay otros que no po, hay otros que se la echan... (10:47) (...) (10:49) es más entretenido porque te vacilan, porque vacilai, más juego, más fiesta, más diversión, más talla, puras tallas entre tallas. (10:57) (...) (10:59) Es humorística la hue'a po.* (11:01)

2.5.2 Bullying

En este escenario, de las batallas de *freestyle*, de hacer reír al público o vencer al otro se cae en el bullying al contrincante, como se refleja en las siguientes opiniones:

E4: (06:52) ... *la gente lo aplaude así porque es morbo. O sea, es un ring de boxeo, es bullying, al final es bullying.* (07:02).

E7: (04:49) ... *Los locos de las batallas de gallos son cuáticos, sí po... Llegan al punto de hacerle bullying al otro loco.* (04:58)

2.5.3 Más básico

Los recursos usados en las batallas de *freestyle* son identificados como más básicos que los *freestyles* en otros contextos, tal como lo ejemplifican los siguientes comentarios:

E4: (06:37) *Pero, como lo de las batallas... eso del recurs... lo bueno que se ha dado cuenta, han dado cuenta que el recurso de insultar a los familiares o insultar por insultar, es básico. Eso ya es lo básico.* (06:48)

E7: (04:30) *Ese es el freestyle que me gusta a mí. No así como... porque el freestyle de batalla es una basura de métrica, que al final te dice “puta”.* (04:38)

2.6 La diferencia en un buen *freestyle*

Las subcategorías que se desprenden a partir de esta exploran lo que sería catalogado como un “*buen freestyle*”, según los entrevistados, y lo necesario para llegar a ese nivel de improvisación. Al parecer, habría diversos componentes que nutren el propio *freestyle* para alcanzar un buen desempeño en la improvisación del rap, como lo explica el siguiente testimonio:

E4: (48:23) ... *en qué se diferencia uno que le pone al que no le pone: ... a mi parecer o a mi juicio, son las técnicas que hablábamos antes, las técnicas... eh, de rima... y al final, son como técnicas como de poesía también po. La poesía, la escritura, la literatura tienen esas técnicas. Y poder conversar, atreverse, decir lo que pensai, además con técnica. Después rimar con la venida atrás y transformarla en otra cosa... eh, son lujos po.* (48:57)

2.6.1 Es necesario un nivel de inteligencia/astucia/ingenio

Para hacer un buen *freestyle* en el rap, se requiere tener un nivel de inteligencia donde se encuentren la astucia y el ingenio del rapero. Así lo grafican las siguientes experiencias:

E1: (25:02) *Pero, sí po: hue'ones que son buenos pa'l freestyle, que los conozco, que llevan harto rato, o hue'ones también llevan poco... son inteligentes los culia'os.* (25:11)

E3: (13:51) *El rap me parece algo muy entretenido a nivel mental... es como estratégico, como que hay que ser vi'o dentro de tu propio cerebro pa' sacar recursos de distintos lugares y generar algo hermoso y armónico.* (14:06)

E11: (26:05) *Yo creo que... mira, es complicado porque es un deporte pa'l que hay que ser inteligente, pa'l que hay que ser rápido.* (26:14)

E12: (31:34) *¡Mmmm! ¡Eso mismo! Colisionar ideas... para colisionar una idea con otra, uno necesita ingenio. Ingenio, ¿cachai? ¡Por supuesto que sí! Por supuesto que sí, ingenio es muy buen aliado del rap. El ingenio es un muy buen aliado del rap.* (31:51)

2.6.2 Requiere práctica o entrenamiento.

Quienes se han adentrado más en el mundo del *freestyle* consideran que es una actividad que requiere práctica o entrenamiento para mantener un buen nivel, como lo explican los siguientes relatos:

E4: (33:11) *Pero, me alegra saber que siempre tengo que estar practicando y no sentirme "no, yo soy experto". De hecho, no me siento pa' na' experto y eso es bueno. Me gusta saber que tengo que entrenar... que tengo que entrenar y...* (33:23)

E11: (22:55) *Eh... Claro, se entrena po. Se entrena de dos maneras po: primero, memorizando caleta de palabras que rimen. Y una vez que... ese es como el entrenamiento básico, lo que uno hace cuando era cabro chico, ¿no cierto? (23:07) (...) (23:41) memorizar caleta de palabras pa' tener respuestas pa' cualquier palabra. Y una vez que aprendís eso, empezai a dominar cosas más bacanes del freestyle, que es el sentido, ¿cachai? (23:51)*

E12: (34:14) *So... bueno, te da un sustento también que te entrena po. ¿cachai? Es como, no sé po, un gimnasio de, de, de rap po, ¿cachai? Una hue'a así.* (34:23)

2.6.2.1 Aumenta el vocabulario

El entrenamiento de *freestyle* implica aprender y dominar más palabras y vocabulario en general para alcanzar un mayor nivel de improvisación de rimas, tal como lo explican los siguientes relatos:

E1: (22:14) *¿Las cualidades del freestyle? Que brígido hue'ón... Puta, de partida, te da un vocabulario inmenso po. Te hace estar atento a todo...* (22:27)

E7: (11:59) *... hay que estudiar caleta y leer pa' ir mejorando porque uno puede decir muchas cosas, pero si ocupai las mismas palabras, suena el mismo tema po.* (12:07)

E8: (26:22) *... dos: que no tenga un vocablo tan simple.* (26:26) (...) (26:30) *Vocablo es el habla.* (26:31) (...) (26:32) *... son las palabras. Pero, simpleza... no me gusta usar palabras simples.* (26:40)

E10: (23:20) *Eh, además como que mejora... mejora mucho como que el vocablo, el lenguaje, ¿cachai? Entonces..., ehm... es que la comunicación en el fondo es como algo... esencial igual en nosotros. O sea, como... como especie.* (23:46)

E11: (24:44) *En el sentido de freestalear, yo diría que la experticia de un freestaletero está dada, primero, por la cantidad de palabras que, que conoce, que rimen. Por su... va a sonar feo, pero por su vocabulario.* (24:55)

2.6.3 Dejarse llevar, sin filtrar lo que viene a la mente.

Para lograr entrar en la corriente del *freestyle*, se hace necesario apartar o suspender otras funciones mentales de la persona. De manera de que la concentración absoluta en el dejarse fluir de la rima, permita que estas emerjan naturalmente. Esto se colige a partir de los comentarios de a continuación:

E2: (26:35) *Mira, yo creo que hay que partir... de repente, es bueno sólo dejarse llevar y no... no pensar tanto, porque ahí la rima sale sola. No estái pensando nada y llega. Yo creo que es una combinación de las dos cosas, de repente pienso algo así y de repente... que salga lo que salga.* (27:02)

E5: (05:30) *Sí. Y con el freestyle estoy aprendiendo a freestalear... a, claro, no pensar tanto de la rima. Los cabros, me dan consejos, me dicen “tenís que estar en tu pieza y poner un beat que te inspire y empezar a hablar no más. No importa si no rimai, ahí vai a entrar en el trance”, porque hay que entrar en un trance.* (05:53).

E12: (22:36) *El freestyle es más personal que la escritura, de repente, ¿te cachai? Porque estái como... no sé po, sin filtro po. (risas) ¿Cachai? Si ponís filtros, no sale bien tampoco po.* (22:51)

2.6.4 Identificación con lo expresado

Esta categoría refiere a la identificación que se da en los oyentes cuando alguien se está expresando en *freestyle*, especialmente en cuanto a contenidos emocionales. Se podría entender como aquello que “te toca” como espectador, como relatan los siguientes entrevistados:

E3: (05:19) *... el cuánto te libere... (51:21) (...) (51:30) sí. Que te haga un click a ti mismo y al resto (51:35). (...) (51:48) Pero, para mí cuando freestyle dice lo que te pasa, te hace conocerte, te ayuda a conocer al otro... Pa’ mí, es un freestyle que me toca la hebra y yo con esa hue’a digo “¡You!” (52:06) (...) (52:56) lo que a mí me llena de freestyle es como cuando me toca una hebra, ¿cachai? Otro me la toca o yo veo que yo estoy tocándome mis propias hebras... y con eso se tocan otras (53:14).*

E5: (23:09) *Cuando sale del corazón y no es tanto ego así. Cuando digo cosas bacanes, como mismo en la escritura, que salen consejos del alma para mí y para otras personas. Eso, para mí, cuando lo hago es como un buen freestyle y logro decir cosas bacanes y que rimen.* (23:38)

2.6.5 Que el mensaje tenga contenido

El rap, como música y portavoz de la cultura Hip-Hop, conlleva a que sus letras posean contenido político y cultural, que muestra las realidades sociales más invisibilizadas. Así mismo, aspira a plasmar una realidad sentida, la cual también puede tener la arista más

emocional de sus compositores, que refiera también a su propia experiencia. El *freestyle*, al ser parte del rap, no queda ajeno de todo esto, como se puede apreciar en las siguientes citas:

E5: (25:39) *Claro, contenido y... pero, contenido de corazón. Eso es para mí es un buen freestyle.* (23:48)

E6: (40:10) *Un buen freestyle... no sé, yo creo que cuando hablo de contenido... porque si estoy rapeando pa' gente... eh... meter un contenido social po. Como... porque la... lo normal de la gente está toda sometida a esta hue'a po. Entonces, si voy a rapear una hue'a pa' alguien, que sea una hue'a que la haga pensar un poco.* (40:30)

E8: (26,15) ... *Para mí, una: que tenga contenido...* (26:21) (...) (26:22) ... *dos: que no tenga un vocablo tan simple...* (26:26)

2.6.6 Uso de técnicas de poesía al plantear una rima

El uso de las diferentes técnicas de poesía aplicadas en el *freestyle* aporta para que un *freestyle* sea considerado bueno. Así lo aclara la siguiente experiencia:

E4: (08:39) ... *en qué se diferencia uno que le pone al que no le pone... A mi parecer o a mi juicio, son las técnicas que hablábamos antes, las técnicas... eh, de rima... y al final, son como técnicas como de poesía también po. La poesía, la escritura, la literatura tienen esas técnicas. Y poder conversar, atreverse, decir lo que pensai, además con técnica. Después rimar con la venida atrás y transformarla en otra cosa... eh, son lujos po. Es como jugar fútbol y hacer una rabona... eh... es rapear y hacer estos trucos. Siento que son no lujos de avaricia. Sino, un lujo, un lujito, darse un gusto, un... una voltereta, algo diferente. Eso le sube el grado de dificultad.* (09:29)

2.6.6.1 Métrica

Dentro de las técnicas usadas, una de las más comunes es el juego con la métrica. Así lo explicitan los testimonios de a continuación:

E12: (28:14) *Que, eh... hace métrica. Eh, métrica, eh... ojalá, eh, propias, ¿cachai? O sea, bueno igual, al final es la misma disciplina. Pero, como con sabor a propias.* (28:32)

E13: (10:07) *No sé. Yo creo que es métrica, jugar con la métrica no más po.* (10:10)

E15: (25:57) *Porque la métrica también es limitada entre cierto... ¿es matemática! Y las matemáticas son calculables y así... y son lógicas y son predecibles, ¿cachai? (26:10) (...)*
 (26:22) *La métrica sí, es fácil la métrica. Es hue'a de estudiar, es hue'a de leer poesía y chao. Esa hue'a la hace cualquiera.* (26:31)

2.6.7 Fluidez

La importancia de la fluidez, toma este lugar dado aquel que suena tan fluido en su rapear que llega a parecer que es un tema previamente creado y no improvisación, dado el uso de técnicas y nivel de la improvisación, como lo explican los siguientes relatos:

E7: (10:30) *Sí po. Es que parece tema porque, por ejemplo, en un tema uno no repite la rima, no hay muletilla, no hay... así como... desencajes po. El tema es terrible planeado. Y a veces el freestyle sale tan bueno, que parece que estuviera planeado, pero es freestyle po. Está improvisado y ya la hue'a es como "¡Oh, god damn it!" Ahí está el nivel.* (10:55)

E15: (17:05) *Es como si escucharai a un hueón y estái escuchando una rapea', sin ninguna palabra repetida. Sin ningún "eeeh..." o sin ningún silencio, ¿cachai? Un loco fluido, ¡eh! De hecho, esas son las veces que yo he dicho "hermano, ¿qué hue'a? ¿Esa esa una letra?". He dicho "¡Oh!". Ahí es cuando he dicho "oh, el medio freestyle. Pensé que era una letra" ¿Cachai? Y me ha pasado con el Niel, con el Benja y con el Andi.* (21:05)

2.6.8 Tempo

El tempo es la velocidad con qué va el ritmo de las rimas en el rap, el cual debería ir acorde a la música o sonido que acompañe a la voz. El hacer calzar bien la velocidad de la rapeada con el ritmo denota distinción, como refieren los siguientes entrevistados:

E8: (44:33) *Nunca he llegado al doble tempo, nunca.* (44:40)

E9: (38:26) *En el freestyle es más fácil, eh... soltar la idea y en el tempo, digamos, clavar la, la rima no más.* (38:35)

E13: (29:46) *Tempo es encajar bien, es mantener el 4/4 bien... no desfasarte de él, ¿cachai? Eso es tempo, a diferencia de tiempo. Tempo... no salirte del tempo. Buen tempo...* (30:06)

2.6.9 Compenetrar con la instrumental o beat

Por su lado, la distinción del rap (y *freestyle*) con la poesía escrita tradicionalmente, tiene que ver también con la fundamental cualidad de compenetración de esta poesía con el ritmo y de la habilidad para hacerlo, como definen los siguientes relatos:

E12: (10:09) *Yo me tiendo a, a, ah... ¿cómo decir? Compenetrar con las instrumentales. ¡Siento que ahí está la clave del freestyle y ahí está la clave de la fluidez y de todo!: Conectarte con... bueno, con lo que querís decir, con tu estilo y con, y con la instrumental misma.* (10:29)

E16: (32:01) *Entonces, en ese sentido, yo creo que sí el Hip Hop es sanador porque tiene una conexión con la raíz de la, de la humanidad. Que tiene que ver con la representación de un círculo al ritmo de un beat, que es como el corazón. Y que está ahí, y que te hace identificarte y te hace tirar cosas. En ese aspecto el freestyle es pura sanidad...* (32:21)

2.6.10 Espontáneo

Otra cualidad para categorizar un buen freestyle como tal es la espontaneidad, como lo manifiestan los siguientes entrevistados con más claridad:

E5: (06:15) *Eh, yo creo que... quizás miedo a no hacerlo bien o será como espontaneidad frente a los otros, con eso creo que va. Seguridad.* (06:26) (...) (28:50). *Y en el freestyle, es poder mostrar mi espontaneidad e ir avanzando cada vez más con mostrarme frente a otros y como desnudarme frente a otros, sin... sin... barreras. Eso es lo beneficioso de cada cosa.* (29:05)

E12: (28:03) *¿Un buen freestyle...? Primero, esponta... es espontáneo, ¿cachai? Espontáneo, realmente espontáneo. Totalmente espontáneo.* (28:14)

E13: (46:06) *... y me siento bacán ahí las rimas, pero ¡pf! como florecen así: ... espontáneas y brígidás. Pero, porque yo creo que tú le estái dando la disposición a eso y la atención a eso con ganas po.* (46:15)

2.7 La completa y variada experiencia en el freestyle

Esta subcategoría busca caracterizar la experiencia subjetiva de hacer *freestyle*. Ya que, como explican las citas adjuntas a continuación, lo que se vive en el *freestyle* es difícil de abarcar o generalizar, dado que es una experiencia completa y única.

E7: (15:44) *Y te concentrai... y es... es que todo no siempre es lo mismo po. Así como decir “cuando freestaleo, siento esto”, es cuático. Igual sería abarcar mucho po... (16:00) (...)*
(16:04) *Del momento, a veces hasta del tema que estái... (16:08)*

E4: (05:37) *El freestyle es una experiencia completa.* (05:39)

2.7.1 En el momento

Esta categoría está referida a la experiencia personal de cada rapero con el *freestyle*, en el momento mismo de freestear.

2.7.1.1 Freestyle sin filtro emocional

Al parecer, en la improvisación en el rap aflorarían todas las emociones que la persona está experimentando, sin la capacidad de poner un filtro ante ello, como se da normalmente en una composición escrita. Así lo explican los siguientes ejemplos:

E2: (29:46) *... cómo yo me siento de repente, eso aflora. Si me siento alegre en un momento, se va a notar; si yo me siento triste por algo, ¿cachai?, igual se puede notar. Más allá de la palabra, ¿cachai? Pero, igual uno lo enfoca... (30:05)*

E3: (14:10) *Pero, al mismo tiempo al ser como una herramienta de autoconocimiento, me lleva a... no me puedo mentir en un freestyle, no me puedo mentir a ni a mí misma, ni a ti, ni al que me está escuchando, ni a nada de lo que me rodee. (14:24) (...) (27:57) Si. algo que transparenta lo que pasa en tu mente y corazón. Por lo menos, es muy difícil mentirme a mí mismo o mentirle a alguien que estoy cantando. (28:11)*

E9: (12:59) *... no hay filtro. (13:00)*

E4: (39:19) *En el freestyle es como sin filtro. De hecho, más... más sincero. (39:26)*

2.7.1.2 Estado de plenitud máxima y exaltación emocional.

En el momento mismo de estar freestaleando, los entrevistados comparten que se sienten en un estado de plenitud máxima, euforia o exaltación emocional, como se puede ver a continuación:

E2: (33:14) *Euforia, sí, ... catarsis. No sé. (33:17)*

E3: (53:50) *Un éxtasis. Como mil turbinas vibrando adentro de ti a 1000 kilómetros por hora. Pero, no voy a chocar con la pared, ¿cachai? Es como que el aire... estuviera la pista despejada, ¿cachai? (54:04)*

E7: (15:27) *¡Oh, a veces es como adrenalina, así! Es como adrenalínico igual. (15:32)*

E13: (03:25) *euforia, adrenalina, felicidad. (03:29)*

2.7.1.3 Sensación de liberación o descarga emocional

En el momento en que se freestalea, se siente una liberación o descarga emocional, según comentan los siguientes entrevistados:

E4: (43:16) *¿Qué siento? Una liberación (43:18) (...) (56:35) ... Pero, sí o sí, el que lo intente, va a sentir esa liberación o va a sentir una liberación que no pensó que iba a ocurrir. (56:46)*

E6: (16:19) *Es como liberarme po, como reconocermelo igual po: qué estoy sintiendo, qué estoy pensando. (16:24)*

E13: (11:47) *Ahí vomito la mierda, s... claro. Pero... por eso te digo po: al momento de, de... de ponerme a freestalear y ando con la... con la mierda... al momento que me tirai el beat así... o... empieza la ronda de freestyle, ¡pa! ¡Esa hue'a se va! ¡Ya fue, así! Y ya no está po. Entonces, ya po, me descargo no más y empiezo a elevar (12:13) (...) (33:22) Como desp... parecido a después de haber tenido sexo (risas) (33:26) (...) (33:29) Descargado, con alegría, ... acariciado, liviano. (33: 42)*

E15: (40:56) *Yo, como te decía, usualmente freestaleo como ante poca gente y con puros cercanos. Entonces... como que se siente liberador... (41:08)*

2.7.1.4 Felicidad

Además, en el momento mismo de estar improvisando rap, algunos raperos se sienten felices, como relatan a continuación:

E1: (07:52) *¡Sí, caleta po! Caleta. Me hace más feliz que la chucha, me hace sentir como una persona con algo que tenís que entregar acá. (08:02)*

E2: (52:06) *Pero, nunca encontré lo que había en un freestyle. Nunca sentí la sensación que me llegó en un freestyle, ¿cachai? Una hue'a que... no sé, no la he encontrado en ningún otro lugar. Ni en la música, ah. Porque yo también toqué guitarra y todo... y me iba en la vola', ¿cachai?, tocando guitarra y todo. Pero, me di cuenta que ponerle palabras a las cosas, tiene otra significación así... (52:32) (...) (52:42) Es único, o sea, no... En nada que yo conozca... es otra... otra rama, no sé. (52:51) (...) (52:54) Sí po... o sea, una manera de... de... encontrar la... de estar feliz, por lo menos para mí. (53:11)*

E4: (44:24) *Es como una incertidumbre, una felicidad, un... quiero seguir. Es como oh, terminé este freestyle. Pero quiero seguir. Y estaría todo el día improvisando, de hecho. (44:37)*

E7: (16:52) *Porque me gusta, uno... disfrutái, es como un estado de concentración. Porque estái ahí, disfrutando del momento perfecto po. Y ahí de nuevo, eris feliz po. (17:13)*

2.7.1.5 Sinceridad en la expresión

El *freestyle*, en el momento mismo, goza de sinceridad al no poder generar filtro en todo lo que se dice, lo que revela la esencia de la persona, como se puede comprender mejor en los siguientes testimonios compartidos por los entrevistados:

E3: (14:17) *... me lleva a... no me puedo mentir en un freestyle, no me puedo mentir a ni a mí misma, ni a ti, ni al que me está escuchando, ni a nada de lo que me rodee. (14:24)*

E6: (40:55) *Es que a mí me gusta hacerlo, así como sólo. Entonces, como que me siento poder expresarme... no sé si tú bailai sola, ya po... es como eso, como poder expresarte tú... uno po. (41:18)*

E7: (25:03) *O sea, a nivel de hacer rap, porque cuando uno está rapeando es sincero, uno fácilmente puede estar en un grupo de personas y conversar caleta, sin decir nada po. Pero, cuando estái haciendo rap igual uno se va con freno de mano, pero hay un momento en que ya es inevitable, ya estái entregando algo de tu parte... te estái mostrando. (25:33)*

2.7.1.6 Atrapante

El momento mismo del *freestyle* se experimenta como una actividad que atrapa a la persona y la aleja de otras actividades, como se puede ver en los siguientes ejemplos:

E1: (48:00) *El freestyle es un conchesumadre (risas), la pulenta.... Sabís que de repente, yo desearía dejar de rapear hueón... esto pasa en las noches, cuando quiero dormir, y no puedo dormir. Y no puedo parar de rapear y rapeo, y rapeo, y rapeo, y rapeo... Y me digo a mí mismo rapeando: "¡cállate, cállate, cállate!" y no puedo. Y sigo rapeando, y sigo... y no puedo, y no puedo. Y no puedo para de rapear po, y rapeo y me hablo caleta de hue'as así y le busco la quinta pata al gato. Y hablo hue'as de hace años, me hablo hue'as de ahora y después me vuelvo a decir que me quede callado. Y no puedo parar de rapear po. Hasta sueño rapear po. (48:36)*

E7: (16:26) *Porque en el momento que ya estái rapeando en el freestyle así, es como que alrededor tuyo se formó una burbuja po. Y atrás tuyo, pueden estar pasando los pacos... al otro lado, unos hueones agarrándose a combos. Y tú estái aquí, así, en eso, atrapa'o a cagar. (16:45)*

E8: (09:55) *Lo que sí y lo que me llama la atención de que uno cuando se mete al rap o al freestyle, lo cómico es que ya es complicado salir. (10:07)*

E14: (23:22) *... de que me he metido tanto en el freestyle, que me fui un poco del área de la pintura y todo. (23:27)*

2.7.1.7 Freestyle como trance

Entendiendo que el trance se da en el momento mismo de hacer *freestyle*, donde este se convierte en la única actividad que concentra toda la atención y actividad del individuo, donde además florecen las ideas. Esto podemos entenderlo a partir de los siguientes relatos:

E2: (33:25) *Cuando, eh... a ver... me ha pasado que yo en un freestyle así, me he embalado como en un hilo y, de repente, no puedo parar... ¡pa, pa, pa, pa, pa! Y puedo estar horas así po. Y se me... ahí como que me acelero y como que las ideas afloran por sí solas y viene esta, esta, esta, esta y... Y bueno, una vez me pasó, en la misma casa del Zanetti, esa hue'a de... relato de fantasía. Pero, es verdad po: estaba tan metido en la vola' así, que salí volando así... (34:13)*

E5: (05:31) *Sí. Y con el freestyle estoy aprendiendo a freestalear... a, claro, no pensar tanto de la rima. Los cabros, me dan consejos, me dicen "tenís que estar en tu pieza y poner un beat que te inspire y empezar a hablar no más. No importa si no rimai, ahí vai a entrar en un trance", porque hay que entrar en un trance. (05:53)*

2.7.1.8 Aparecen ideas solas

En el instante que se está freestaleando es usual que las ideas aparezcan solas, como explicitan los siguientes comentarios:

E1: (33:53) *Sí po. Entonces, esa hue'a es como cuática... es como un clímax, cuando estái rapeando y te ponís a rapear, pero no tenís el control de lo que decís. Pero, la hue'a fluye. A lo que iba denantes, cuando vai por un río, ¿cachái? Que todo fluye, que no tiene... no tenís que apretar una idea porque la hue'a va fluyendo. Entonces, ahí te escuchai y te vai analizando, y hasta tú mismo te escuchai a ti, y tú mismo aprendís de hue'as que decís po... de hue'as que ni siquiera teníai idea que podíai decir po. ¡Ideas culia's terrible cuáticas po! Que solamente nacieron solas po. (34:23)*

E6: (26:40) *Eh, no sé... igual es un como un poco la mente en blanco. (26:44) (...) (26:46) Sí... porque se... llega... llegan palabras e ideas (26:50) (...) (26:51) Ah, no sé po... aparecen no más. (26:53)*

E13: (20:58) *Emm... poder sacar lo que tenís adentro tuyo y rimarlo en un freestyle. Por... por eso te digo que vai al hoyo, vai al choque, no la pensai dos veces: ¡pa, te tiraste! Y de ahí empezai a fluir y de ahí es donde empiezan a aparecerte ideas solas... (21:18)*

2.7.1.9 La emoción en las rondas de freestyle

Las rondas, donde se comparte grupalmente el freestyle, es uno de los grandes atractivos de esta actividad por las emociones que provoca en sus participantes, como lo expresan los siguientes relatos:

E4: (46:02) *Quedo ¡yeah! Y quiero que la ronda, como la ansiedad de... ¡oh, no puedo esperar a que ya me toque de nuevo!, que me toque de nuevo para hacerlo mejor de lo que lo hizo. No mejor que los demás po, pero mejor que mi entrega de freestyle, mi conversación innata... no innata, mi conversación inmediata... quiero como decirlo de mejor manera, que me salga a mi mejor de lo que yo lo hice antes. (46:33)*

E7: (15:27) *¡Oh, a veces es como adrenalina, así! Es como adrenalínico igual. Por ejemplo, cuando estái con amigos, es súper relaja'o, pasándola bien y hue'as. De repente, cuando*

estái con locos que no cachai y como que te están juzgando un poco el freestyle, igual tiene su hue'a de "jah, tengo que hacerlo!" (15:44)

E12: (52:15) *¡Ah, no! A mí, esa hue'a... a mí, eso me encanta. Eso me fuerza a, por ejemplo, está freestaleando el que viene y yo ya me empiezo como a preparar. Así como a calentar motores, ¿cachai? ¡No! ¡Esa hue'a de las rondas, a mí me fascina! (52:33)*

E13: (11:47) *Ahí vomito la mierda, s... claro. Pero... por eso te digo po: al momento de, de... de ponerme a freestalear y ando con la... con la mierda... al momento que me tirai el beat así... o... empieza la ronda de freestyle, ¡pa! ¡Esa hue'a se va! ¡Ya fue, así! Y ya no está po. Entonces, ya po, me descargo no más y empiezo a elevar... es como un "ki", ¡es como un "ki", así! (12:18)*

2.7.2 Inmediatamente luego de freestalear:

Las siguientes subcategorías refieren a las sensaciones emocionales y corporales de la persona inmediatamente luego de freestalear:

2.7.2.1 Sensación de conexión con algo mayor

Cuando se está freestaleando se genera la sensación de que aparecen ideas por sí solas o que son provenientes de una fuente de información mayor que utiliza a la persona como instrumentos, como contemplan incluso algunas religiones. A partir de esta definición, se comprende el *freestyle* como una experiencia que conecta con algo mayor al ser humano, lo que podemos colegir a partir de los siguientes relatos:

E3: (35:24) *Pero, cuando digo la verdad... como mi verdad cruda interiormente así, y el corazón está así palpitando afuera de ti... Onda, diciéndolo todo, quedo como tiritando y como en una conexión con Dios. Es muy loco. Realmente, siento, que de pronto... no todas las veces, pero a veces siento que se genera una canalización. Como que llegara una infor... es lo que te decía del tubo... (35:49) (...) (35:53) ... cuando sale ese tubo, todos quedan como... como que... es como que se te para el tiempo así. Genera una atmósfera, genera un algo... Y siento que no lo digo yo. Hay cosas que sí digo yo, y hay cosas que no las digo yo. Es información que siento que me es entregada para compartirla y para asumirla, ya que fue mi verbo también es mi responsabilidad lo que dije, ¿cachai? (36:15).*

E13: (21:44) *En mi caso, igual a veces hay freestyles que no te van a decir nada, que no vai a entenderlo. Y hasta que ni yo mismo entendería tanto, pero es como una especie de hasta hablar en lenguas así. (21:57) (...) (22:33) Yo creo que es sólo una hue'a que tenís adentro y que quiere salir de una forma, que a veces ni tiene palabras pa' explicarlo. En un freestyle sí po. Y esa es la diferencia: que hay palabras po, hay rimas. De repente, y "¿de dónde salen estas rimas?, ¿por qué? Y ¿de qué... por qué estoy rapeando de esto?" Porque yo creo que son cúmulos po. (22:55)*

2.7.2.2 Acelera el corazón

Referida al estado corporal, donde el ritmo cardiaco aumenta, produciendo un alza de energía, como un subidón de adrenalina. Lo anterior se puede entender a partir de los siguientes comentarios:

E2: (32:27) *Mmmm.... de repente, siento como taquicardias (ríe). (32:33) (...) (32:40) Sí. O sea, no te estoy hueveando que hemos freestaleado y hemos quedado sudando así, como si hubiéramos jugado un partido, una hue'a así. Freestaleando tanto así, o moviéndose tanto que terminai con una energía, te acelera el corazón todo... (33:03)*

E3: (34:54) *Tiemblo, como... cuando sale algo del corazón. (34:58)*

E7: (15:27) *¡Oh, a veces es como adrenalina, así! Es como adrenalínico igual. (15:32)*

E13: (03:25) *... euforia, adrenalina, felicidad. (03:29)*

E15: (40:44) *... y me da como, sentís como adrenalina. Es como... es como cuando estái rapeando en vivo. (40:52)*

2.7.3 A mediano plazo

Los efectos de la práctica del *freestyle* no sólo parecieran tener resultados inmediatos, sino que además motivarían al individuo a realizar otras actividades posteriormente. Es decir, a mediano plazo. Esto se explora en las siguientes subcategorías:

2.7.3.1 Motivación para mejorar en el rap

La práctica del *freestyle* motivaría a perfeccionar la técnica del rap, en general, como se puede apreciar con los siguientes relatos:

E4: (42:53) *O, de hecho, a los freestylers yo creo que eso también, que van a batallas a otras partes y que sólo improvisan con modismos, no se les entiende. Entonces, también los lleva a, sí o sí, querer hablar mejor y que los entiendan. Y, por último, aprender los modismos del otro país, del otro país. Entonces, también aprendís modismos de otros lugares. Te interculturizai... o no sé si se dice así, pero... te culturizai. Y es aprender.* (43:25)

E13: (04:05) *De que... me motiva po... a pulir, a pulirme. A pulir mi creación, mi mente. Y la disfruto, obviamente por el ritmo, porque me encanta el rap, ¿cachai? Y porque... me llena. Me llena el alma así, brígido.* (04:24)

2.7.4 A largo plazo

Esta subcategoría describe las consecuencias de la práctica constante del *freestyle*, más propio de los integrantes de la categoría “*Freestyle experto*”.

2.7.4.1 Aumentar el desafío

Una de las consecuencias a largo plazo de hacer *freestyle*, es aumentar el nivel de desafío que implica su práctica, como se puede apreciar a continuación:

E1: (54:25) *El Amer, cuando empezamos a rapear, me dijo “oye, tengo un entrenamiento” y la hue’a es que lo hicimos. ¡Es una hue’a a lo vi’o la hue’a! Vo te ponís a rapear, y te ponís a rapear y atrás tuyo hay un hue’ón que te está empujando ¡pa! Y te empieza a empujar. Al lado tuyo, hay un hue’ón que te está gritando. Al frente, hay un hue’ón que te empieza a hablar. Al otro lado, hay un hue’ón que te está haciendo cosquillas. Y tú meta es no parar de rapear. Esa hue’a es un entrenamiento brígido.* (54:52)

E13: (25:59) *Emm... que con los cercanos po, porque... lo ponís más en práctica po.* (26:06) (...)
(26:21) *Pero, es mucho más... en mi caso, me exployo más po con los cabros cercanos*

porque te retroalimentai con ellos po. ¿Cachai?, el freestyle que nos pegamos hace dos días atrás ya y ahora: “¿qué de nuevo vamos a ofrecer, cabros?”, ¿cachai? ... Y jugar así con freestyle, con rimas, con todos es... (26:53)

2.7.4.2 Constituir una identidad

El hacer mucho *freestyle*, a largo plazo, conforma la identidad de la persona. Así lo podemos ver en la siguiente experiencia compartida:

E12: (03:51) *Hay una parte buena de esto, ¿cachai?: Yo soy lo que soy gracias al rap también po. (03:54)*

E13: (41:58) *Entonces, yo cacho que, con el freestyle, empecé a... ya po, a sacar lo mío no más. Y hasta que empezó a salir bien toda esa hue'a... Me empecé como a dar cuenta que, que soy yo po. Entonces, como que me dio una personalidad po. Y creo que, a base de eso, ¿cuánto? 14 años haciendo freestyle. Me han... me han hecho descubrir quién soy po, por sacar en mi lo que no conocía y más encima haberlo rimado. Yo creo que por esos mis freestyles siempre van a hablar así de caleta de cosas, que en vola' son muchas informaciones. Pero, las escupo y... y me sanan po hu'ón. ¡Me sanan así! (42:59)*

2.7.4.3 Círculo social de freestyle

Al compartir la práctica del *freestyle* con otras personas, estos generan vínculos y estrechan lazos para seguir haciendo rap, como lo podemos ver en las siguientes historias compartidas:

E1: (19:11) *Me dio un arma de pararme allá, al frente de la gente, de viajar pa' todos lados, de pararme a rapear con gente, de conocer gente bacán; conocerte a ti, al Shazko. ¿Cachái? Me abrió caleta de puertas po hue'ón. Al principio, me gusto, dije “¡Oh!”. Le vi un futuro, me puse a rapear y conocí gente, me abrió puertas, he viajado también por rapear. Y son cosas que, me las dio esto po. Y por el freestyle, no por los temas. (19:52)*

E3: (09:21) ... a las 2 semanas. Y ahí conocí “Alimaña”, al Ches, al Huaike... empecé a conocer a otros raperos y se empezó a construir una nave supersónica, donde empecé cada vez a conocer más gente que hacía rap. (09:36)

E7: (20:38) ¡Oh, conocer caleta po! Gente y Chile po. ¡Caleta, caleta! Si... yo cacho que... es el Rap, mi círculo es el Rap po. (20:51) (...) (26:45) Sí po, a veces rompís el manzo pedazo de hielo, porque freestaleaste y...te... conversai po... con la gente. Y llegái a un lugar en donde no estabai hablando con nadie. (26:59)

E10: (23:07) ... O sea, obviamente crea como nuevas... nuevos círculos. No sé po, vai a un lugar y cachai que hay un grupo de cabros rapeando, y como que uno se suma... (23:20)

2.7.4.3.1 Sentirte parte de un piño

Al compartir la misma actividad con otras personas, como es el *freestyle*, se desarrolla un sentido de pertenencia, como se explica mejor a continuación:

E4: (55:25) ... sin que nadie enjuicie... (55:27) (...) (55:30) ... reunir, el autoestima, el miedo, ehm... compartir, sentirte parte de... Te hace sentir parte de, de... una pandilla, de un piño. (55:42)

2.8 Qué importancia le da cada persona en su vida

Esta subcategoría caracteriza la importancia que cada persona le otorga al *freestyle* en su vida:

2.8.1 “Es principal en mi vida”

Todas las siguientes subcategorías refieren, de distintas maneras, a la importancia central que tiene el *freestyle* en la vida de quienes más lo practica. Para introducir mejor el tema, se presenta el testimonio de a continuación:

E12: (36:07) Mmm... sí, puede ser. Puede ser espiritual o puede ser eh... Eh, doctrina. No sé, puede ser de todo, ¿cachai? Pero, pa’ mí, sí es... es, es, es una cosa... que está, que es principal en mi vida, ¿cachai? Más que de espíritu o de la materia, es de mi vida, ¿cachai? Es parte de mi vida, es... no sé po, no sé cuál sería la palabra adecuada para

decirlo. Pero, es algo como muy incorporado, ¿cachai? Muy... (36:42) (...) (36:46) ¡Intrínseco, muy bien! (36:49)

2.8.1.1 El freestyle como pasión

Para algunos raperos más activos en la improvisación, el *freestyle* se ha transformado en su pasión, como podemos ver a continuación:

E12: (18:01) *Pero, mi cualidad, eh... así como “¡oh, lo que a mí me apasiona!”*, no es escribir. Claro que no po. No po, lo que a mí me apasiona es freestear. (18:09)

E13: (37:32) *Porque... me enamoré de eso y... y descubrí que ahí había dedos pa'l piano. (37:43) (...) (37:58) Me convenzo en mi vida que esto jamás lo voy a dejar. (38:03) (...) (38:51) Empecé a...a enamorarme de la rima en sí. Pero, primero ciegamente. (39:04) (39:06) Y después de eso, es la herramienta hermosa que tenís pa'... pa' narrar lo que está dentro de ti. (39:19)*

2.8.1.2 Es prioridad de vida

El rap y el *freestyle* ha tomado un lugar prioritario en la vida de algunos, como lo explican los siguientes entrevistados:

E2:(51:31) *Sí, demasiado... no puedo decir si es lo más importante, pero es demasiado importante pa' mi así. No sé yo creo que no tendría sentido mi vida sin la hue'a, así de corta. (51:43)*

E12: (35:41) *Yo, yo pienso en un tipo de, de, de pasión, así como... como lo primero, ¿cachai? Pa' mi está el rap y después está lo demás. (35:49)*

2.8.1.3 Es lo mejor en mi vida

Para mucho, el *freestyle* ha llegado a ser lo mejor o mayor en sus vidas, como cuentan los siguientes relatos:

E1: (05:01) *Es mejor la hue'a de improvisar po, si la vida es un freestyle po hue'on, ¿estar acá es un freestyle po! Estábamos allá y la decisión fue venir pa' acá y fue un freestyle.* (05:12)

E2: (48:56) *A ver... mm... yo creo que... el rap es lo más... lo mayor que yo he conocido así... en... en cuanto a... quizás en mi vida.* (49:07).

2.8.1.4 Es lo que amo

Algunos raperos incluso manifiestan sentimientos de amor al *freestyle*, como se puede apreciar en los comentarios de a continuación:

E1: (28:25) *... sí, le tuve amor. Fue como amor... lo conocí y me enamoré de la hue'a...* (28:33)

E2: (50:35) *Y nos pusimos a freestalear así... y yo en ese día dije "No, esta hue'a es lo que yo amo". Y estaba haciendo blues y toda la hue'a, hacía otra hue'a ... y dije "esta hue'a es lo que yo amo, así".* (50:48)

E13: (36:29) *Porque... me enamoró, por lo que te había dicho antes. Porque fue mi adolescencia po. Fue el fruto de mi adolescencia.* (36:47)

2.8.1.5 Me da vida

La práctica del *freestyle* hace sentir vivos a sus practicantes, como se puede apreciar en el siguiente testimonio:

E13: (03:46) *Porque es una potencia que me da vida po. Entonces, al sentirme con vida, agradezco eso po.* (03:56) (...) (03:58) *Me da vida, mucha vida.* (04:00)

2.8.1.6 Es único

La práctica del *freestyle* y sus efectos no se comparan con otras experiencias vividas, según podemos apreciar en los siguientes ejemplos:

E2: (52:07) *Pero, nunca encontré lo que había en un freestyle. Nunca sentí la sensación que me llegó en un freestyle. Una hue'a que... no sé, no la he encontrado en ningún otro lugar. Ni en la música, ah. Porque yo también toqué guitarra y todo... y me iba en la vola' tocando guitarra y todo. Pero, me di cuenta que ponerle palabra a las cosas, tiene otra significación así... (52:31) (...) (52:33) Es único, o sea, no. En nada que yo conozca... es otra rama, no sé (52:37)*

E10: (34:55) *... algo que se diferencia mucho es como... como te decía antes, con respecto al freestyle, que el freestyle te da como la... como de compartir un momento único, ¿cachai? Bueno, todos los momentos son únicos, pero me refiero como a... no sé po, es que... la escritura queda plasma' po, ¿cachai? Entonces, el freestyle es como un momento, así. Y como... queda en el recuerdo y sino, como que se lo lleva el viento, ¿cachai? (35:30)*

2.8.2 Es una necesidad

En cierto punto el freestalear se transforma en una necesidad para los raperos, como podemos ver a continuación:

E1: (03:24) *Necesitai rapear. (3:25)*

E3: (13:21) *¡Obvio que quiero ir a rapear! Así como "¡necesito ir a rapear, cabros!" (13:27)*

E7: (17:18) *Es una necesidad... Sí. Y satisfacer una necesidad, te hace feliz. (17:25)*

2.8.3 Es un trabajo de conciencia y darse cuenta

Al momento de freestalear, con una capacidad de expresarse casi inconsciente, emergen contenidos a la conciencia que permiten a la persona darse cuenta de lo que están pasando o sintiendo, como podemos apreciar mejor en las siguientes experiencias compartidas:

E1: (13:14) *No sé. De repente, como que es mi Pepe Grillo, creo. (13:20) (...) (15:08) No sé si darte cuenta. Porque a veces tú te dai cuenta, pero igual estái po... sino, que abrir los ojos po o darte cuenta (risas). No, pero no sé po... es como... aterrizar, puede ser. Como ver, estar, mirar, darse un tiempo pa' mirar todo... pa' mirar tu entorno, pa' analizar tus*

cosas, darte un tiempo en el espacio... en el espacio tiempo de que estái tú y está tu entorno, ¿cachai? Y, entonces, en tu cabeza hay algo que está ahí... ¿y el freestyle qué hace? Te lo hace sólo po, te habla cosas que tú tenís tanto pensadas y que no sabís como decirlo y te lo dice sólo. Y te hace pensar la hue'a po. Eso po. (15:52)

E12: (42:30) Me refiero a... a verme, ¿cachai? Cuando yo... cuando uno, por ejemplo, freestaleando dice cosas de sí que uno no cacha. Bueno, también uno miente. Pero... pero, en el contexto de confianza uno no miente, ¿cachai? Uno dice la verdad. Y la verdad, la verdad en la vida. ¡Ah, no! El culia'o religioso. No. La verdad... la verdad es eh, un camino que te dirige hacia ti mismo. (42:56)

E13: (43:50) Porque pa' mi el freestyle es terrible inconsciente. (43:54)

2.8.4 Relacionado con la religión

Para algunos el rap, incluyendo el *freestyle*, tiene una connotación religiosa, tanto por la forma de ritual que tiene como por la fascinación que provoca en sus adeptos. Esto lo podemos comprender mejor con los siguientes relatos:

E4: (39:28) Dele, y es bienvenido. Eso es bacán del Hip Hop, en general... que no discrimina raza, no... de hecho, es la "No-religión" más completa, creo yo, que no discrimina. (39:39)

E12: (34:46) Pero, en otro tiempo, cuando pa' mi era religioso... Bueno, todavía lo es igual, pa' qué voy a mentirlo. Pero, pa'... esa religiosidad personal, ¿cachai? Es una religiosidad personal, para mí el freestyle es una religiosidad personal, ¿cachai? Nadie me lo va a sacar, así como hay iglesias de todo tipo, ¿cachai?, o hue'as religiosas. (35:06)

E16: (29:04) Entonces, el Hip Hop fue esa hue'a, ¿cachai? Esa hue'a que veíamos también en los documentales, que era a los negros con un tarro de fuego, a los hue'ones cantando con la hue'a. Bueno, es una hue'a africana, que vino desde ahí y es indígena también. También aquí se hace, los mapuches también lo hacen en el fuego, también hay un kultrún. Hay un ritmo, también se habla y se canta también en círculo. Y yo creo que incluso más allá de la cosa negra, es parte de la, de la genética cultural del humano, el reunirse en pos

del ritmo. (29:35) (...) (29:59) Bueno, esa ceremonia es el origen del Maestro de Ceremonia, porque a ese médico brujo que salía en Tarzán y la gente “¡Oh, se va a comer a la gente!” y está como bailando... Bueno, ese hue’ón se llamaba “Maestro de Ceremonias” en África. Entonces, de ahí viene, en el fondo también, esta es una ceremonia. Y la música es una cerem... es una cosa que tiene que ver y tendrá que ver mucho con Dios, yo creo. Con, no con Dios, con un dios en específico, sino con la... con la conecta’ con la espiritualidad humana hacia el espacio, hacia el Universo. Entonces, el fuego, el ruido siempre, que es el corazón. ¡Tucutú, ta, ta! Siempre estuvo y siempre estuvo el canto como una suma a eso. El canto, la oración, la adoración a Alá o Mahoma o a Jesús. Siempre estuvo y siempre está. Tiene caleta que ver con la religión, tiene caleta que ver con todas las religiones, yo creo. Y con las más antiguas sobre todo porque son más tribales: hagamos el círculo y cantemos, ¿cachai? Es una cosa, eso sí yo creo que es sanador porque es muy, como que volvemos a nuestra esencia más... más transparente, yo creo. (31:12)

2.8.5 Deporte para la inteligencia

El freestyle requiere de un entrenamiento y práctica constante, para poder sacar los mejores recursos de cada uno, por lo que se aprecia también como un deporte. Así lo podemos ver en los relatos de a continuación:

E4: (32:10) Es una conversación con uno mismo, de forma deportiva. De forma deportiva porque también practicaí la manera de conversar. Porque que la conversación sea con estilo, es lo difícil. (32:25)

E6: (42:05). Pero, el freestyle tiene el otro lado que es como más creativo. Entonces, es bacán estimular esa hue’a igual po, porque igual es como un ejercicio. Como hacer ejercicio... (42:16)

E11: (26:05) ... es un deporte pa’l que hay que ser inteligente, pa’l que hay que ser rápido. (26:12)

2.8.6 Freestyle como juego

La práctica del *freestyle* es también experimentada como una forma de jugar y de entretenerse, como podemos ver en las experiencias compartidas a continuación:

E1: (03:25) *Ni siquiera rapear, vai improvisando, vai... jugai con la hue'a: de repente sin querer te ponís a hacer freestyle* (03:34).

E2: (03:34) *Hacíamos juegos. Hacíamos juegos, me acuerdo... así como... a ver, como, por ejemplo, yo digo una cosa y muevo algo. Entonces, el otro tiene que... como la historia. El juego de la historia. Entonces, yo digo algo, muevo una cosa y le agrego algo. Y me pongo, no sé, la mochila. Entonces, para memorizar, para ir metricando, íbamos haciendo esos juegos, así como... o, por ejemplo, darle vuelta a una palabra, sacarle más palabras. Por ejemplo, a neumático... una vez con el Jota nos sentamos, me acuerdo... le sacamos 200 palabras a "neumático".* (04:10)

E4: (24:26) *... sí, ahí como que eso me pasa. Por ejemplo, rapear al lado del Shaz, que es terrible brígido, ¡oh! Y hace tantas técnicas. Que, de repente, ¡oh, quiero hacer lo mismo! Y ahí me preocupo por hacer lo que está haciendo él y no fluyo tranquilo. Pero, me es por una cosa de un juego.* (24:49)

2.8.7 Es una herramienta de comunicación

Según lo recogido y como demuestran los ejemplos de a continuación, el *freestyle* es también una herramienta de comunicación al ser un medio por el cual se puede enviar mensajes:

E1: (17:48) *Yo sé que uno de esos, con que me escuche uno, ya entregué una idea. Entonces, eso ya empieza a propagarse... es un arma que está acá po (apunta cabeza), un arma que la entregai y la hue'a no la parai po.* (18:10)

E2: (00:55) *Mmmm... Para mí, el freestyle es como una... manera de expresarme, de... es algo que me dan ganas de hacer cuando siento algo, cuando creo que tengo una buena idea, cuando estoy con amigos o cuando estoy sólo. Y para mí, es una herramienta de*

comunicación para llegar más allá de lo que se puede hablar comúnmente, por así decirlo.
(01:19)

E7: (39:44) *Hay que expresarlas, por eso el ser humano tiene lenguaje, comunicación y toda la hue'a po. Si la necesidad de comunicarse no fue un capricho de las personas, es el resultado de evolucionar. (39:58) (...) (40:00) Y el rap tiene caleta de comunicación. De hecho, es un medio de comunicación terrible fuerte. Y ahora, más encima, es masivo.*
(40:09)

E14: (57:09) *... Considero fundamental eso de... que el rap te enseñe a comunicarte mejor porque creo que todos los problemas del Ser Humano parten por la comunicación. Onda, cualquier problema que haya. Entonces, el rap y el freestyle, te enseñan a hablar mejor, ser un mejor comunicador. Y, por ende, ser más empático y que empaticen más contigo. Y listo. Eso es súper importante para cualquier rollo en la vida.* (57:30)

2.9 Efectos del freestyle en el rap

Las siguientes subcategorías exploran los diversos efectos que tiene el *freestyle* en el rap para las personas que lo practican. Los cuales están ordenados en positivos o terapéuticos, negativos y ambiguos, según refieren los entrevistados, como lo podemos ver a continuación:

2.9.1 Efectos positivos o terapéuticos

Esta categoría refiere a las características que tiene la práctica del *freestyle* que pueden ser un aporte positivo o indicar bienestar en el sujeto, según lo que el mismo individuo identifica en su experiencia, y cómo le hace sentir o experimentar esta práctica, propiamente tal.

2.9.1.1 Me hace feliz

El freestear provoca un estado de felicidad, como se puede apreciar en los testimonios siguientes:

E1: (07:54) *Me hace más feliz que la chucha, me hace sentir una persona con algo que tenís que entregar acá.* (08:02)

E4: (44:24) *Es como una incertidumbre, una felicidad, un... quiero seguir. Es como oh, terminé este freestyle. Pero quiero seguir. Y estaría todo el día improvisando, de hecho. Se me pasan horas y horas. Y a veces puedo estar improvisando y se me olvida comer.* (44:43)

E13: (03:25) *... euforia, adrenalina, felicidad.* (03:29) (...) (03:33) *Creo que, si estoy con un sentimiento, aunque sea malo, con un freestyle así... no...no puede haber nada malo.* (03:40)

2.9.1.2 Entretención

El freestyle proporciona entretención al ser un desafío mental, por la respuesta inmediata e improvisada que se da en el momento. Así lo podemos entender a partir de las experiencias de a continuación:

E3: (34:58) *Porque podís jugar con tu mente, que es lo que te decía que me entretiene mucho: como este juego de palabras, encajar cosa y que digan algo, que tengan un peso después de que no tenís nada planeado y que fuera todo tan “casual”. Y me produce un gozo en el alma demasiado entretenido.* (35:13).

E13: (07:48) *... a mí me gusta el juego eterno, el parque de diversiones de la hue'a... de todo, ¿cachái? De todas las formas que podai rimar, la hacís. Y ahí empezai a jugar con la métrica...* (08:01)

2.9.1.3 Disipador de negatividades

El freestyle, gracias a sus diversas cualidades, lograría disipar un sentimiento o emoción negativa como explican los siguientes testimonios:

E8: (10:09) *Porque es como una cosa de liberarse, pero más que te ayuda, que te hace, como dijimos denantes, salir adelante... sin tartamudear, sin enojarse. Prácticamente, un contexto de amistad y fraternidad.* (10:34)

E13: (03:33) *Creo que, si estoy con un sentimiento, aunque sea malo, con un freestyle así... no...no puede haber nada malo.* (03:40)

2.9.1.3.1 Transmutador energético

Algunos raperos usan como sinónimos el rapear, freestalear y cantar. En tanto, al parecer, el poder cantar o rapear sobre lo que se está sintiendo, serviría para transmutar la mala energía o sentimiento que se experimenta, por algo positivo o una inyección de energía positiva. Lo anterior se desprende de los siguientes relatos:

E8: (24:40) *Me encierro en mi pieza, cuando estoy enojado... y lo único que hago es cantar, cantar, cantar, cantar... hasta que se me pasa.* (25:17)

E13: (05:05) *Podís estar, imagínate así, con pensamientos terrible malos, teniendo un día de mierda y te ponís a rimar sobre eso, le cambiái así como la energía al toque po. Por el hecho de rimarlo, me hace sentirme bien a mí.* (05:23)

E16: (28:32) *Ya sea que canten o que freestaleen, ¡o que estén ahí! El estar ahí, en ese círculo, genera una energía. Esa enegía es una energía buena pa' los cuerpos, pa' todos po. En el fondo, todos los carentes de hue'as tienen que llegar a un fuego porque son como los perros callejeros, que están cagados de frío y, de repente, alguien prende un fuego y llegan ahí. Ese fuego es el ritmo, es la música. Y ahí, han llegado todos esos que tienen dolores, cuando son chicos, cuando son jóvenes o, o no sé si dolores. Pero, faltas de cosas, carencias, ¿cachai? Pobreza.* (29:04)

2.9.1.4 Fuente de inspiración y motivación

El rap y el ser partícipe activo de esta rama, inspira tanto en la composición como en la creación de rimas improvisadas. Así mismo, motiva a sus seguidores a aprender más y alcanzar una mayor experticia en el tema, como se puede apreciar en las siguientes experiencias compartidas:

E4: (79:22) *De hecho... de hecho, el rap me hizo querer aprender muchas cosas. Porque querís decir cosas y eso te incita a querer aprender más, a tener conocimiento, tenís hambre*

de conocimiento, tenís hambre de querer decir cosas que tengan fundamento y todo. Oye, no puedo hablar de tal historia, si en verdad no tengo idea (79:42) (...) (80:36) ... que sí po: Inspira y te lleva a tener hambre de conocimiento, de aprender, de leer... (80:43)

E13: (04:08) De que... me motiva po... a pulirme. A pulir mi creación, mi mente. Y la disfruto, obviamente por el ritmo, porque me encanta el Rap, ¿cachai? Y porque... me llena, me llena. Me llena el alma así, brígido. (04:24) (...) (53:33) Teniendo esa energía, esa energía de escuchar vo... la pista así. Y la inspiración que tenís en ese momento, tu mente se activa, yo creo, que tu mente se activa y atrae información que tiene apaga'. (53:50)

2.9.1.5 Promueve autoconfianza, mejorando la autoestima.

El freestyle promueve la autoconfianza y mejora la autoestima a partir del desafío que implica improvisar letras. Así lo podemos ver en las siguientes experiencias relatadas:

E1: (17:11) En lo personal, a mí me dio otra postura de vida. Yo antes era, puta... el típico hue'ón. O sea, el típico escolar, como todos... y me puse a rapear y me entregó un arma gigante po. (17:27) (...) (17:34) El freestyle me entregó un arma gigante. A mí también me dio... me dio el arma a mi persona... me hizo levantarme. Si estaba escondido... (18:47) (...) (18:52) ... me ayudó a pararme al frente de la gente, me ayudó a pararme yo mismo, a creer en mi po. (19:02)

E3: (03:49) Siento que, a mí por lo menos, me ayudó a trabajar... atreverme... y “ya, lo voy a hacer... Voy a improvisar, ahora, con toda esta gente acá”. (03:58)

E4: (03:00) Sí po. De hecho, es como... que estái ahí terrible pollo y como que si jugai a la pelota, como que también te sube un poco más la autoestima. Pasa lo mismo, yo creo, con el rap. (03:14) (...) Uh, caleta: autoestima, sobre todo. (11:53)

E5: (14:07) Pero, gracias al rap es como... parir algo, una creación. Entonces, eso aparte te da también un gusto y orgullo por ti, así como hice algo que me ayudó y que puede ayudar a las personas al mismo tiempo. Entonces, la sensación es hermosa (14:27).

E13: (16:08) *¡Mm! (asiente) Una autoconfianza en mi... terrible grande... (16:14) (...) (17:41) Pero... creo que más me... me entregó esto de autoconfianza el freestyle que las letras. (17:53)*

2.9.1.6 Aporta a la formación de una identidad propia

Además, el rap y el *freestyle* en lo particular, por sus características aportan a la formación de una identidad propia, como lo explican los siguientes comentarios:

E7: (30:59) *... yo cacho que, si no hubiera hecho música, nunca habría tenido la personalidad para pararme frente a un kilo de personas po. (31:08)*

E12: (03:51) *Hay una parte buena de esto, ¿cachai?: Yo soy lo que soy gracias al rap también po. (03:54)*

E13: (41:45) *... Y después cuando crecí, como que nunca tuve una identificación conmigo mismo. Me costaba. Así como que no sabía quién era yo po. Entonces, yo cacho que con el freestyle, empecé a... ya po, a sacar lo mío no más. Y hasta que empezó a salir bien toda esa hue'a... Me empecé como a dar cuenta que, que soy yo po. Entonces, como que me dio una personalidad po. (42:17)*

2.9.1.6.1 Autoeficacia

Quienes rapean, se sienten gratificados al poder hacer una o más rimas buenas. Al darse cuenta de ello, les motiva a seguir mejorando o superando el nivel anterior. Esto lo podemos apreciar en las siguientes experiencias:

E2: (17:55) *Es como "¡oh, bacán que pude lograr esto", o que... me gustó lo que hice po. Y lo dije sinceramente y lo traté de corazón que me salga... y eso pa' mi es como satisfacción. Lograr... lograr hacer algo de corazón y también... ponerle cabeza, ¿cachai? (18:21)*

E8: (38:40) *Siento, así como una sensación de satisfacción. (38:43) (...) (39:12) (...) En primer lugar, a mí no se me da la escritura. (39:18) (48:19) Pero, lo que más me gusta, digamos, es sacar las rimas por mí mismo, sacar rimas propias. (48:32) (...) (48:34) ¡Me alegro! (48:35) (...) (48:37) Porque es un avance... desde el rapear con la misma palabra*

a no sacar rimas, que esos fueron mis inicios, a tener, así como rimas propias... ¡Fabuloso po! (48:56)

2.9.1.7 Promueve la integración en grupos

En el hacer *freestyle* está implícito el respeto por escuchar a todos los participantes, se entiende que cada uno está poniendo de sí mismo, en el ejercicio que realizan. Por lo que eso provoca que se establezcan relaciones a partir de compartir la misma actividad, pudiendo integrar grupalidades, como se puede apreciar mejor en las siguientes experiencias compartidas:

E7: (26:45) *Sí po, a veces rompís el manzo pedazo de hielo, porque freestaleaste y...te... conversai po... con la gente. Y llegái a un lugar en donde no estabai hablando con nadie. (26:59)*

E10: (23:07) *... O sea, obviamente crea como nuevas... nuevos círculos. No sé po, vai a un lugar y cachai que hay un grupo de cabros rapeando, y como que uno se suma... (23:20)*

2.9.1.7.1 El freestyle grupal motiva

Al freestalear junto a más personas, genera un incentivo que potencia la motivación para freestalear, como podemos apreciar a continuación:

E4: (46:02) *Quedo ¡yeah! Y quiero que la ronda, como la ansiedad de... ¡oh, no puedo esperar a que ya me toque de nuevo!, que me toque de nuevo para hacerlo mejor de lo que lo hizo. No mejor que los demás po, pero mejor que mi entrega de freestyle, mi conversación innata... no innata, mi conversación inmediata... quiero como decirlo de mejor manera, que me salga a mi mejor de lo que yo lo hice antes. Y eso me genera. Ya, termino y quiero de nuevo, de nuevo. Porque siento que pude dar más, siempre siento que puedo dar más. Aunque haya quedado, así como “¡oh, que bacán!” Yo siempre siento que puedo dar más y quiero empezar de nuevo... (46:53)*

E12: (52:15) *¡Ah, no! A mí, esa hue’a... a mí, eso me encanta. Eso me fuerza a, por ejemplo, está freestaleando el que viene y yo ya me empiezo como a preparar. Así como a calentar motores, ¿cachai? ¡No! ¡Esa hue’a de las rondas, a mí me fascina! (52:33)*

E13: (12:24) *De que te vai cargando... y cada vez que, que... y sobre todo que me pasa que escuchando a los otros también po. Así escuchai a los otros y ¡Oooh! ¡Querís más, conchetuma're! Así brígido po. (12:37)*

2.9.1.8 Respeto inherente a la Cultura Hip-Hop

El respeto es algo que se enmarca en la Cultura Hip-Hop y que se intenta rescatar en la mayoría de los espacios donde se comparte la cultura y donde, específicamente, se da el rap. En este contexto, el escuchar y respetar lo que dice el otro y su forma de expresión es algo que marca la experiencia dentro de los círculos de *freestyle* y lo que genera gran atracción. Esto se puede apreciar de mejor manera a partir de las experiencias de a continuación:

E1: (30:35) *... y por respeto, hay que escucharlos po hue'ón. (30:37) (...) (03:47) El respeto pa' mi es más importante que la chucha. Puta, ya si ponte... somos 4 y yo me tengo que ir, yo no voy a rapear de los últimos. Voy a rapear de los primeros y voy a escuchar al último, y me voy a ir. Por respeto po. Porque si a mí me gusta que me escuchen, también a los demás hay que escucharlos po. (31:03) (...) (31:35) Puta, ahí voy a volver como a la hue'a de por qué me gustaba el rap po: Por el inicio. Ya no me gusta mucho la música, no me gusta mucho la evolución que tuvo, ni la dirección que toma. Pero, sí el inicio... es la hue'a del respeto po. De hecho, por el rap dejó de morir caleta de gente. Allá cuando nació la hue'a en Estados Unidos po, por el rap dejó de morir caleta de gente po hue'ón. Se hacían las batallas de break para no matarse. Pa' ganarse territorio, bailaban break pa' no matarse ellos po, ¿cachái? Los hue'ones luchaban y empezaron a luchar en base a eso po. Se dieron su espacio en base a la música, en hartos lados. Y esa es la hue'a por la que a mi me gusta el rap po: del inicio po, como la igual po, ¿cachái? Puta, yo llegué siendo a nadie acá po. Me puse a rapear, me gané mi espacio po, sólo po, me amaché po y me tiré adelante. Y, ¿quién va a venir pa' acá... quién va a ir allá a huevearme por mi espacio, si yo me lo gané? Entonces, eso también... es respetable po. (risa) Tanto también como un hue'ón que está recién cantando, ¿y por eso, no le vai a tener respeto? No es así po... Todo se respeta: desde la hormiga hasta el elefante. (32:48)*

E7: (21:32) *Así como yo consigo respeto, también he llegado a respetar a caleta de locos que no conozco... (21:36) (...) (21:55) Sí po, porque es sano el respeto. Es sano pa' un ser humano sentirse respetado y respetar po. Esa una hue'a humana po. Que hace bien, a uno como persona, en el entorno po. Una persona sin respeto, la vende caleta po, vale callampa. (22:11)*

2.9.1.8.1 Ausencia de respeto, ausencia de Hip-Hop

Dentro de los entrevistados, el único caso en que la persona no ha expuesto su *freestyle* habitualmente durante algún período en grupalidades o rondas -luego de intentarlo en un comienzo y abandonar la práctica-, coincide con que dicha persona no pertenece a un “piño de rap”, según comenta. Por ende, no está inmerso en la cultura Hip-Hop y esta falta de conexión se relacionaría con la falta de respeto y compañerismo, como refiere el siguiente testimonio compartido:

E6: (11:43) *No sé si es más flayte, si es la misma hue'a, al final po. Pero, ... no es gente como lo decís tú, de que comparte el rap. (11:56) (...) (12:00) Eh, así como cultura como social, no po. Así como no conozco gente, o sea, raperos. Así como mis amigos de acá no más po... O sea, es que... (12:11) (...) (12:12) Es que no tengo un piño que sea de rap po, ¿cachai? (12:15) (...) (13:30) La misma vola' del Bullying, ¿cachai? que cuando uno era chico, esa hue'a es permanente todavía po, ¿cachai? Entre los mismos cabros, aunque ahora somos más grandes. Entonces, ahora ya no importa tanto po. Pero... de chico, era así la hue'a po, como competitiva. Tiene que ver como con el contexto de la gente con la que vivís po. (13:46)*

2.9.1.9 Perder el miedo a la exposición.

La práctica del *freestyle*, sobre todo de manera social, contribuye para dejar el miedo a la exposición de lado. Así lo podemos ver a partir de los siguientes relatos:

E3: (38:45) *Onda... como de superar mi miedo. Tenía mucho miedo (38:50) (...) (38:51) al rechazo, yo creo. Al rechazo, al juicio. Por eso, yo te digo qué que yo creo que es lo que más me ha hecho trabajar. Como... que no sea un obstáculo (39:09) (...) (41:42)*

Exponerme me dio mucho miedo... Entonces, es algo que me ayuda a trabajar eso, como...a superarlo. (41:48)

E4: (11:53) *... dejar el miedo, la vergüenza (11:56)*

E5: (28:57) *Y en el freestyle, es poder mostrar mi espontaneidad e ir avanzando cada vez más con mostrarme frente a otros y como desnudarme frente a otros, sin... sin... barreras. (29:02)*

2.9.1.10 Satisfacción

El hacer una buena rima o darle armonía a lo que se está freestaleando, trae satisfacción a quienes hacen *freestyle* en el rap, como podemos apreciar a partir de los testimonios de a continuación:

E1: (34:23) *Y cuando termina ese lapso, esa es la satisfacción que cae como el climax... cuando empezai a analizar y decís “¡oh! Cuática la hue’a po”. (34:34)*

E2: (12:25) *... también me ha dado como satisfacción hacer una buena idea, ponte... y que me de risa o no sé, que me cause algo... (12:36)*

E4: (11:24) *... digo ¡eeeeh! y quedo terrible satisfecho conmigo y ahora sí, quiero seguir rapeando. (11:31)*

E7: (17:34) *Te hace sentir el manzo placer, satisfacción. (17:38)*

E8: (38:40) *Siento, así como una sensación de satisfacción. (38:43)*

E12: (44:10) *Pero, yo quisiera guardarme pa’l rapcito no más, sa’i que... la hue’a es satisfacción pura. Es como... llenador, ¿cachai? Es como una comida así, que no te daña, que te hace bien. (44:27)*

2.9.1.11 Freestyle-terapia

Para muchos raperos el *freestyle* es tomado de lleno como una terapia. Así podemos ver con las experiencias que a continuación se comparten:

E4: (18:41) *El mismo desahogo te va a dar, la misma terapia (18:47) (...) (32:26) ... sin querer... sin querer tomarlo como una terapia, fue así. Fue una tremenda terapia para mí, para muchos. Pa' ir dándome cuenta de las cosas que estaba diciendo. (32:39)*

E5: (19:08) *Haber botado cosas que tenía po, también como la terapia. Haber botado cosas que sentía y que pensaba. (19:17)*

E7: (31:08) *Y esa hue'a yo cacho que es la manza terapia po, de personalidad, de explayarse y hue'as. Yo cuando chico, no decía lo que pensaba po. (31:16)*

E12: (41:54) *Un... parte de, de, de la llama de, de algo tan importante y terapéutico, y trascendental como es para quienes lo hacemos, ¿cachai? (42:06)*

E13: (42:44) *Yo creo que por esos mis freestyles siempre van a hablar así de caleta de cosas, que en vola' son muchas informaciones. Pero, las escupo y... y me sanan po hu'ón. ¡Me sanan así! (42:59)*

E14: (46:40) *Volví a entender que el freestyle seguía siendo la terapia que más me hacía sentido. (46:48)*

2.9.1.12 Sentido de vida

El *freestyle* llega a ser una pasión tan intensa para quienes la practican férreamente, que llega a ser un sentido de vida para ellos. Así podemos ver a partir de las siguientes experiencias compartidas:

E2: (51:37) *Sí, demasiado... no puedo decir si es lo más importante, pero es demasiado importante pa' mi así. No sé yo creo que no tendría sentido mi vida sin la hue'a, así de corta. (51:43)*

E12: (35:23) *Me refiero con... como con adoración. No sé, como con eh... como lo que le da sentido a tu vida, ¿cachai?* (35:32)

2.9.1.13 Sensación de liberación de algo

Al freestalear y soltar las palabras, la sensación es de liberar algo, como se puede ver en los siguientes testimonios recogidos:

E1: (02:03) ... *que liberai todo.* (02:04).

E2: (30:13) *Develaría, pero también... lo libera también, yo creo* (30:18) (...) (30:28) *Lo... lo lanzai, ¿cachai? Lanzai lo que sentí... y de algún modo, como que lo dejai... lo dejai ir po. Entonces, no llevai dentro de ti cosas que te agobian o te molestan, ¿cachai?* (30:42) (...) (53:11) *Y... y me ayuda también a liberar.* (53:15)

E3: (03:55) *Como que me ayudó a liberarme a mí de mis propios juicios, yo me estaba juzgando a mí.* (04:04)

E4: (03:28) *¿Qué siento? Una liberación.* (03:30)

E6: (16:19) *Es como liberarme po.* (16:20)

2.9.1.14 Desahogo

Otra sensación inherente al *freestyle* tiene que ver con el desahogo que se experimenta, como se aprecia en las siguientes citas recogidas:

E1: (02:45) ... *te vai desahogando del enojo.* (02:48)

E4: (18:26) *Entonces, el freestyle es demasiado amplio, puede ser... lo haga un rapero o no. Podís cantar, rimar o no. Podís ser coherente o no... te va a dar el mismo desahogo. El mismo desahogo te va a dar, la misma terapia.* (18:47)

E5: (19:12) *Haber botado cosas que sentía y que pensaba.* (19:17)

E8: (08:08) *En lo que digamos, también es una forma de desahogar.* (08:12)

E12: (53:25) *Eh, siento que... siento que, eh... fue un, un entrenamiento, como yo te contaba antes, y también un desahogo.* (53:45)

2.9.1.15 Sentirte libre

Otra sensación que aparece en el *freestyle* es la de sentirse libre, como vemos a partir de los siguientes relatos:

E1: (01:34) ... *sentirte libre, como una hue'a así pa' mi es rapear.* (01:39) (...) (02:51) *te hace sentir libre haciendo algo que te gusta a ti y, de ese mismo, te destapa otras cosas... y deja que fluya...* (03:00) (...) (08:00) *Si po, me hace sentir una persona libre, llena y con algo que podís dar.* (08:07)

E7: (16:20) *De repente, estoy con los amigos vacilando y ahí estoy siendo feliz o como libre así. Porque en el momento que ya estái rapeando en el freestyle así, es como que alrededor tuyo se formó una burbuja po.* (16:31)

2.9.1.16 Equilibrio emocional

También al freestear se experimenta una sensación de equilibrio, según se puede inferir a partir de los siguientes testimonios compartidos:

E1: (03:15) *Es como un equilibrio wom. Es como si no rapeai, como que vai cojo.* (3:23)

E8: (24:40) (...) *Me encierro en mi pieza, cuando estoy enojado... y lo único que hago es cantar, cantar, cantar, cantar, cantar... hasta que se me pasa* (25:17) (...) (25:26) *me gusta, me desahogo mucho* (25:30) (...) (25:34) *armonía... como un equilibrio* (25:47)

2.9.1.17 Darse cuenta

A partir de escuchar el propio *freestyle*, los raperos pueden darse cuenta de cosas de ellos mismos. Lo anterior puede quedar más claro a partir de los siguientes ejemplos expuestos:

E1: (13:15) *No sé, hue'ón. De repente, como que es mi Pepe Grillo, creo. (13:21) (...)*
(15:06) *No sé si darte cuenta. Porque a veces tú te dai cuenta, pero igual estái po... si no, que abrir los ojos po o darte cuenta. (risas) (15:16).*

E3: (18:37) *Me muestra lo que soy. Y cómo me siento, que a veces ni yo misma me doy cuenta. (18:45)*

E4: (33:24) *Y a veces freestyle que saliera así sin recortar, freestaleai no más y después lo vai escuchando... después pasa un mes o un año... pasa el tiempo, y te vai escuchando y decís “¡oh!”, te vai contradiciendo, decís “mira, yo pensaba así, ya no pienso así”. Pero, igual gracias a escucharte, te dai cuenta de cómo pensabai, es como una foto igual...”*
(33:56)

Este “darse cuenta” tiene diversas cualidades y formas de hacerse patente, como se puede ver en las subcategorías que se exploran a continuación:

2.9.1.17.1 Conversación con uno mismo

El *freestyle* en soledad tiene la cualidad de ser como una conversación con uno mismo. Esto lo podemos ver a partir de las experiencias que se presentan a continuación:

E1: (13:15) *No sé, hue'ón. De repente, como que es mi Pepe Grillo, creo. (13:21) (...)*
(13:25) *De repente, cuando ando en la rama... como que me pongo a rapear y me rapeo yo mismo. Y me digo a mi hue'as y... converso yo solo. (13:38)*

E4: (32:01) *Es como... es una conversación con uno mismo al final po. Es una conversación con uno mismo, de forma deportiva. De forma deportiva porque también practicaí la manera de conversar. Porque que la conversación sea con estilo, es lo difícil.*
(32:25)

2.9.1.17.2 Conocerse y poder mirarse a sí mismo

El darse cuenta también viene dado por la capacidad que se da, a partir del freestyle en el rap, de conocerse y mirarse a sí mismo mientras se freestalea. Así lo manifiestan los siguientes relatos:

E1: (14:08) ... *como un reencuentro, es como un reencuentro pa' conocerte a ti.* (14:13) (...) (25:59) ... *y te ponís a cantar, como que ahí te reencontrai po. Decís... no sé... ¿por qué estái haciendo esto o... bacán esta hue'a... o... no sé. Pero, te... te auto encontrai po, tenís un auto encuentro contigo mismo.* (26:22)

E6: (16:20) ... *como reconocirme igual po, qué estoy sintiendo, qué estoy pensando.* (16:24)

E12: (42:13) *En un sentido de conocerme y de conocer mis capacidades.* (42:19) (...) (42:30) *Me refiero a... a verme, ¿cachai? Cuando yo... cuando uno, por ejemplo, freestaleando dice cosas de sí que uno no cacha. Bueno, también uno miente. Pero... pero, en el contexto de confianza uno no miente, ¿cachai? Uno dice la verdad. Y la verdad, la verdad en la vida.* (42:47) (...) (42:50) *La verdad... la verdad es, eh, un camino que te dirige hacia ti mismo. Entonces, aunque, aunque lo que yo diga no sea tan verdad, igual en este momento en que yo estoy conectado con esta fuerza, o como se le quiera llamar, que soy yo mismo, yo... eh... me veo, ¿cachai? Me veo reflejado en lo que hago, mucho más que en el espejo, por ejemplo, o un juicio de otro, ¿cachai?* (43:19)

E13: (16:22) *Y creo que, a base de eso, ¿cuánto? 14 años haciendo freestyle. Me han... me han hecho descubrir quién soy po, por sacar en mí lo que no conocía y más encima haberlo rimado.* (42:44)

2.9.1.17.3 Autoconocimiento a partir del propio freestyle

La posibilidad de poder escucharse a sí mismo freestaleando abre las puertas del autoconocimiento y el poder aprender de sí mismo. Así lo podemos ver a partir de los comentarios de a continuación:

E1: (32:59) *No... no, si hay. Cuando estái rapeando y de repente, te devolvís... te ponís a cantar como en tercera persona, ¿cachái? Y yo me hablo, pero no me escucho, ¿cachái? Estoy hablando, pero más que hablando, estoy escuchando... y me analizo. ¿Cachái? Como que se divide: como que la mitad de mi persona se pone a rapear y rapea, y la otra mitad me está escuchando y analizando lo que estoy diciendo... (33:50) (...) (34:08) Entonces, ahí te escuchai y te vai analizando, y hasta tú mismo te escuchai a ti, y tú mismo aprendís de hue'as que decís po... de hue'as que ni siquiera teniai idea que podíai decir po. ¡Ideas culia's terrible cuáticas po! Que solamente nacieron solas po. Y cuando termina ese lapso, esa es la satisfacción que cae como el climax... cuando empezai a analizar y decís "¡oh! Cuática la hue'a po". (34:34)*

E3: (14:10) *Pero, al mismo tiempo al ser como una herramienta de autoconocimiento, me lleva a... no me puedo mentir en un freestyle, no me puedo mentir a ni a mí misma, ni a ti, ni al que me está escuchando, ni a nada de lo que me rodee. (14:24)*

E4: (36:38) *... y te vai tú mismo enseñando cosas y bacán, porque me voy escuchando. (36:25)*

2.9.1.17.4 Te hace pensar sobre lo que freestaleas

El freestyle promueve la reflexión sobre lo que se improvisa. Así refieren los siguientes tesminios compartidos:

E1: (15:37) *... ¿y el freestyle qué hace? Te lo hace sólo po, te habla cosas que tú tenís tanto pensadas y que no sabís como decirlo y te lo dice sólo. Y te hace pensar la hue'a po. Eso po. (15:52)*

E7: (26:59) *... y a veces... y a veces igual quedai hasta más atrapado después de freestalear. Así como que quedai pensando en algo que dijiste y es como... ¡oh, sí...! (27:07)*

2.9.1.18 Abrió mi cabeza

Entrevistados indican que el *freestyle* les abrió la cabeza o la mente, positivamente, como se puede ver a partir de las siguientes experiencias recogidas:

E1: (45:47) *Eeeh... mantenerme activo. Me mantiene la cabeza activa. Siempre activo, siempre activo. Y no sólo pa'l rap, porque esto me abrió la cabeza para estar activo, para estar atento siempre.* (45:59)

E2: (49:08) *... como que me abrió mi mente así, realmente.* (49:13)

2.9.1.19 Ordenar la mente

El *freestyle* también se usa para ordenar las ideas que están en la mente. Así lo explican los siguientes testimonios con mayor precisión:

E3: (13:39) *Siento que es como... algo que nutre mi mente, ordena mi mente.* (13:47) (...) (26:34) *Pero, el freestyle siento que ayuda mucho a ordenar la mente, como Rap así. Yendo a lo preciso y conciso.* (26:41) (...) (56:30) *Podís poner un beat, echado en tu cama, queriendo morirte. No pronunciar ninguna palabra, pero ordenar tus pensamientos: "pm... ts... pm, pm, ts..." Hay un bombo y caja (Reproduce beatbox). Y eso, te va marcando tiempo, entonces ir pensando con todas tus nubosidades mentales, acomodarlas a un tiempo. Aquí está esto, aquí está esto, aquí está esto y esto. Entonces, la nubosidad dispersa, como que se condensa, se enfoca y te puede llevar una respuesta de tu nubosidad, a una claridad, a una certeza...* (57:09)

E14: (01:27) *... para ordenar mis cosas mentales. Muchas veces el freestyle ayuda a como que uno empiece a sacar y sale información que se empieza a ordenar y tú empiezas a entender mejor los conceptos que estaban como un poco dispersos en la cabeza...* (01:42)

2.9.1.20 Puedo decir lo que quiero

En el rap, a diferencia de otros géneros musicales, se tiene prácticamente libre albedrío para decir lo que se quiera. Esto se vivencia como un beneficio y atracción para los raperos, como podemos ver a continuación:

E3: (48:57) *La improvisación la puedo llevar a todos los planos. Como... puedo improvisarte un cuento, puedo improvisar una historia, se puede improvisar una canción... de Bossa Nova, que transmite algo distinto a un soul. Y el Rap es como un personaje, pa' mí, que es como un edificio fuerte, robusto, ¿cachái? Pero, que se puede conectar con Dios, que se puede conectar con la luz. (49:28) (...) (49:30) Te abre muchas opciones, ¿cachai? Como... puedo decir lo que quiera, puedo decir lo que quiera. (49:38)*

E4: (03:22) yo creo, con el rap. Como... que... au... buscái un respeto igual y... y decir tu opinión y que sea escuchada y como que, al final, el rap no discrimina, eso es bacán... No discrimina. (03:25)

2.9.1.20.1 La versatilidad de la libre expresión

El freestyle al inspirar la libre expresión de los sujetos, además impulsa la versatilidad de estos en los diversos matices que ofrece la misma práctica de la improvisación en el rap. Lo anterior se puede comprender con más detalles a partir de los siguientes comentarios:

E3: (48:57) *La improvisación la puedo llevar a todos los planos. Como... puedo improvisarte un cuento, puedo improvisar una historia, se puede improvisar una canción... de Bossa Nova, que transmite algo distinto a un soul. Y el Rap es como un personaje, pa' mí, que es como un edificio fuerte, robusto, ¿cachái? Pero, que se puede conectar con Dios, que se puede conectar con la luz. O sea, podís hacer un trap espiritual, si querís. Te abre muchas opciones, ¿cachai? Como... puedo decir lo que quiera, puedo decir lo que quiera. Si quiero cantarle una canción a mis peos, puedo hacerle una canción a mis peos. ¿Tú puedes hacer un Jazz para cantarle a tus peos o a tus yayas? Mmm... no, no po. (49:53) (...) (49:54) Como que no tiene límites... en cuanto a la temática, siento. (49:59)*

E12: (33:35) *El mismo freestyle como que te hace ser un poco arlequín o, o burlador, o actor, todo lo que querái po. ¡Si es freestyle! Estái ahí tú en persona, hacís cualquier hue'a po, cualquier hue'a que tú querái. Erís como amo y señor de tu... de lo que querís hacer. Porque más encima se lo lleva el viento po. Entonces, ¡da lo mismo! Se van a olvidar los cabros de la estupidez que dije, ¿cachai? ... Es como, es como, no sé po... un lugar de prueba. Es como un... es la raja la hue'a po. (34:08)*

2.9.1.21 Fomenta mayor interés por el lenguaje

El *freestyle* fomenta un mayor interés de los raperos por el lenguaje, tal como comparten los siguientes entrevistados:

E1: (21:58) *Putá, te ayuda en el vocabulario, te ayuda a crecer po hue'ón. Te enseña caleta de hue'as. (22:07) (...) (22:21) de partida, te da un vocabulario inmenso po. Te hace estar atento a todo... (22:27)*

E4: (42:19) *... igual yo creo que en el freestyle eso también va. De repente, estái improvisando y hay niños, hay mayores. Yo creo que también uno no puede estar diciendo garabatos o... ¡ba, ba, ba! O, de hecho, a los freestylers yo creo que eso también, que van a batallas a otras partes y que sólo improvisan con modismos, no se les entiende. Entonces, también los lleva a, sí o sí, querer hablar mejor y que los entiendan. Y, por último, aprender los modismos del otro país, del otro país. Entonces, también aprendís modismos de otros lugares. Te interculturizai... o no sé si se dice así, pero... te culturizai. Y es aprender. (43:25)*

E12: (45:09) *Bueno, y el tema de las palabras. Bueno, todo... te entra como una pasión por las palabras, ¿cachai? Yo las anoto, las colecciono, las... las esquematizo, ¿cachai? (45:21) (...) (45:24) Porque es la mejor manera de conocer el lenguaje, de aprender un idioma, yo creo que es freestaleando, ¿cachai? (45:30)*

2.9.1.22 Desarrollar herramientas, gracias al freestyle, que son útiles en otros planos de la vida

Al practicar el *freestyle*, se desarrollan diversas habilidades y herramientas que sirven para que las personas puedan desenvolverse en otros ámbitos de su vida, tal como lo explican los siguientes testimonios:

E1: (18:34) *Pero... a eso voy, ¿cachai? El freestyle me entregó un arma gigante. A mi también me dio... me dio el arma a mi persona... me hizo levantarme. Si estaba escondido... (18:47) (...) (18:49) Un arma... un arma. Si yo estaba escondido. Me entregó esta hue'a y yo dije "no, démosle." Y salí po. Y fui po. Putá, me ayudó a pararme al frente*

de la gente, me ayudó a pararme yo mismo, a creer en mi po. (19:02) (...) (19:11) Me dio un arma de pararme allá, al frente de la gente, de viajar pa' todos lados, de pararme a rapear con gente, de conocer gente bacán. (19:25)

E12: (04:54) O sea, yo quiero ir a pedir trabajo, y yo me sé expresar; yo quiero vender los libros, y yo me sé expresar. Todo eso, es gracias que desarrollé esto que es, a la vez introspectivo y, a la vez, extrovertido, ¿cachái? (05:06)

2.9.1.22.1 Prepara para la contingencia de la vida diaria

El practicar continuamente la improvisación en el rap, trasladaría la capacidad de improvisar y estar atento para ir acorde a las contingencias diarias de la vida. Así lo podemos ver a partir de los siguientes testimonios compartidos:

E1: (22:25) Te hace estar atento a todo... (22:27) (...) (45:47) Eeeh... mantenerme activo. Me mantiene la cabeza activa. Siempre activo, siempre activo. Y no sólo pa'l rap, porque esto me abrió la cabeza para estar activo, para estar atento siempre. (45:59)

E7: (28:30) Sí po. De partida, cuando era más cabro chico, improvisar ya era una hue'a así que me producía rechazo así... que no hubiera un plan (28:44) (...) (28:45) Sí. O cuando los planes cambiaban, se me erizaba la piel así y era como casi una hue'a obsesiva compulsiva (28:52) (...) (28:54) Sí, súper estructurado. (...) (29:03) Asumo que es como una hue'a que uno improvisa, y cachai que a veces improvisa'o también salen hue'as buenas po (29:08), que no es necesario... hay que fluir po. (29:11) (...) 30:23) Y ahí cambió caleta mi vida po, en ese momento así... fue cuático. Porque yo pasé de ser un hue'ón que despertaba sabiendo lo que iba hacer en todo el día, a despertar sin saber dónde iba a terminar después en la tarde po. (30:37)

E12: (50:35) ¿Cachai? Uno aprende también... a controlar lo que viene. Pero... pero, a la vez uno está en la constante búsqueda de, de la fluidez po, claro. Y te lo enseña en otras cosas, obvio. Hasta incluso jugaba mejor a la pelota después. (50:52)

2.9.1.22.2 En otras aristas artísticas

Además, las habilidades aprendidas a partir de la improvisación del rap pueden también ser extrapoladas a otras artes. Eso se infiere a partir de los testimonios compartidos a continuación:

E12: (49:26) *La cuestión es que, eso de la fluidez...* (49:30) (...) (49:40) *Ehm, yo lo incorporé a otros ámbitos, ¿cachai? Porque yo, por ejemplo, gracias al freestyle – a eso me refería-, yo aprendí a dibujar también po. O sea, no sé dibujar, eh... que digamos, excelente. Pero, por ejemplo, aprendí a hacer unos monos que hago, como por ejemplo este, mira:* (49:55) (...) (50:13) *Pero, yo sé que esos monos son hijos del freestyle. ¿Por qué? Porque yo aprendí como a dejarme a llevar po.* (50:20)

2.9.2 Efectos negativos

Hay algunas consecuencias negativas para quienes se han dedicado mucho más a hacer *freestyle* dentro del rap, las cuales se revisan en las siguientes subcategorías:

2.9.2.1 No concretar discos o producciones

La atención y el tiempo están mayoritariamente puestos en freestalear, sobre todo con amigos y/o rondas de *freestyle*. Por lo que no queda mucho tiempo y disciplina para componer y/o grabar temas de rap. Lo negativo de esto, es que dada la fugacidad propia del *freestyle*, no se dejan registros de su arte que perdure en el tiempo. Así lo explican los siguientes testimonios:

E11: (57:02) *Normalmente, el tiempo que tú le pones a una cosa, esa cosa va a durar... no me preguntís por qué, pero tengo la impresión de que la vida suele funcionar así.* (57:15) (...) (57:20) *Eh... si tú te demorai un año en construir tu casa, tu casa probablemente dure 10 años. Si tú te demorai 10 años en construir tu casa, tu casa probablemente dure 100.* (57:30) (...) (57:44) *Dicho eso, estas literaturas... espontáneas, mueren espontáneamente. Duran lo que duraron en crearse.* (57:55)

E12: (17:54) ... *¿sabís cuál es el problema del freestyle? Que los Mc's que hacemos mucho freestyle no, no logramos... discos, no logramos...eh, no sé po, hue'ón... cosas concretas.*

Algunos sí po. (18:24) (...) (18:36) Pero, me refiero a que el problema del freestyle, por un lado, claro, podís hacer aparecer, pero el freestyle se lo lleva el viento, ¿cachai? (18:42)

2.9.3 Efectos ambiguos

Los efectos que se describen a continuación no se pueden categorizar como positivos o negativos, pues los entrevistados no hacen un juicio claro sobre esto y parece difícil encasillarlos como alguno de los anteriores.

2.9.3.1 Freestyle como conducta compulsiva

Para la mayoría de los entrevistados de esta muestra, el *freestyle* aparece como una actividad de la que es muy difícil despegarse una vez que están dentro de ella. Para comprender mejor esto, se exponen los siguientes relatos compartidos:

E1: (06:36) ... *¡Es que es inevitable igual po! (06:40) (...) (48:02) Sabís que de repente, yo desearía dejar de rapear hueón... esto pasa en las noches, cuando quiero dormir, y no puedo dormir. Y no puedo parar de rapear y rapeo, y rapeo, y rapeo... y me digo a mi mismo rapeando "¡cállate, cállate, cállate!" y no puedo. Y sigo rapeando, y sigo... y no puedo, y no puedo. Y no puedo para de rapear po, y rapeo y me hablo caleta de hue'as así y le busco la quinta pata al gato. Y hablo hue'as de hace años y hablo hue'as de ahora y después me vuelvo a decir que me quede callado. Y no puedo parar de rapear po, no puedo. Hasta sueño rapear. He soñado caleta de veces rapeando y de repente estoy soñando que estoy rapeando y me doy cuenta que estoy soñando, y trato de acordarme de las hue'as que estoy diciendo pa' después acordarme de la hue'a po. Y no puedo po. No sé... (48:49)*

E2: (33:22) *Cuando, eh... a ver... me ha pasado que yo en un freestyle así, me he embaldado como en un hilo y, de repente, no puedo parar... ¡Pa, pa, pa, pa, pa! Y puedo estar horas así po. Y se me... ahí como que me acelero y como que las ideas afloran por sí solas y viene esta, esta, esta, esta y... (33:59)*

E4: (02: 51) ... *porque estaban esperando ese momento... que sonara un beatbox o una rima, y ahí todos se acercan y... y... no quieren parar. Eso es divertido (03:06) (...) (04:34) un... quiero seguir. Es como oh, terminé este freestyle. Pero quiero seguir. Y estaría todo el día improvisando, de hecho. (04:49)*

E5: (06:31) ... y que freestalean y no paran. ¡Esa es la hue'a! ¡No paran! Les cuesta parar porque entran en el trance. Les cuesta parar. (06:45)

E13: (10: 01) El freestyle es compulsivo para mí. (10:05)

2.9.3.2 Exceso de prioridad al freestyle

Refiere a dejar de hacer otras actividades que son relevante en la vida de las personas, por darle prioridad al *freestyle*. Algunos ejemplos de esto los podemos ver con más detalles a continuación:

E4: (01:17) Pero, pongo una pista y me puse a improvisar y se me pasaron las dos horas. Y digo "puta, no alcancé a escribir na' y me la pasé las dos horas improvisando". Pero, no me culpo porque disfruté, lo disfruté (01:36) (...) (04:47) Se me pasan horas y horas. Y a veces puedo estar improvisando y se me olvida comer. Así como cuando estoy escribiendo o grabando, pero improvisando también. Yo cacho que les pasa a todos los que improvisan, que pueden estar ¡todo el día improvisando! (05:03)

E12: (02:54) A ver, a mí me pasó, a mí me pasó que yo dejé de lado todo el resto de cosas de mi vida porque me enamoré de la cuestión, ¿cachai? (03:01) (...) (03:04) ... de que, de que a mí me empezó a gustar tanto eso, que abandoné todo, todo el, todo el resto de cosas que significan la vida, ¿cachai? (03:15)

E14: (23:02) Me he metido tanto en el freestyle, que me alejé de la pintura. (23:10)

2.10 Facilitadores

Las siguientes subcategorías exploran aquellas instancias, situaciones o motivaciones personales que ayudan o fomentan en la persona la práctica del *freestyle*.

Estos factores facilitadores también se pueden conjugar entre sí. Ejemplo: No necesitar muchos recursos musicales (2.10.1) y sentirse aceptado por el grupo. (2.10.6.1)

2.10.1 Requiere pocos recursos materiales

Uno de los atractivos del rap es, precisamente, los pocos recursos que se requieren para hacer este tipo de música. No es necesario tener instrumentos musicales ni una gran voz, sobre todo en el *freestyle*. En las siguientes experiencias compartidas se puede comprender mejor:

E1: (55:44) *... porque no es tan musical, quizás. No tiene una banda sonora ... Si no que, puede tenerlo si, pero más es como cortar un sample, un bombo, una caja y decir así lo que uno siente y chao.* (56:05)

E4: (05:22) *Y lo entretenido es que uno no necesita nada po, uno no necesita nada pa' improvisar. De hecho, ni siquiera un beat. Podís improvisar acapella, podís estar con tus palmas, con la música que suene.* (05:45)

E9: (46:10) *Y, a parte, al ser tan accesible... porque hacer rap es fácil. O sea, no necesítai más que un beatbox y la mente, digamos. Entonces, es una de las formas de hacer artes más accesibles, y eso no se puede perder po. Entonces los raperos, y el que es raper, tiene la responsabilidad de dejar ese legado.* (46:33)

E12: (01:16) *No, mira: para mí lo que me pasa es que siento que cualquiera puede hacer rap, ¿cachai?* (01:26)

2.10.2 El plus de la fugacidad

El hecho de que el *freestyle* tenga aquella característica de ser fugaz, promueve que las personas se desenvuelvan más libremente y se atrevan a explorar con la práctica de la improvisación. Pues, parece un terreno menos rígido y no tiene permanencia en el tiempo, así lo podemos ver a partir de los siguientes comentarios:

E12: (33:16) *Da lo mismo... porque se lo lleva el viento... los cabros se van olvidar de la hue'a que digo...* (33:25)

E14: (10:38) *Me da miedo freestear frente a ti, porque me puedo equivocar. Pero, tú también te puedes equivocar. Así que da lo mismo.* (10:50)

2.10.3 *Freestyle* sin restricciones de tiempo

Otro de los facilitadores se relaciona con la libertad de tiempo para desplegarse en la práctica, donde no hayas restricciones de éste, como lo explica el siguiente relato:

E1: (50:21) *...ese es mi mejor tiempo pa' hacer freestyle: cuando tengo el tiempo a mi favor.*
(50:28)

2.10.4 Cuando no hay necesidad de filtro

Para los practicantes del *freestyle*, ante la falta de certeza en lo que implica una improvisación en el rap, es más fácil fluir en *freestyle* cuando no hay necesidad de filtrar los contenidos personales. Para entender mejor este contexto, se presentan las dos siguientes experiencias:

E4: (19:04) *... me es más fácil improvisar ahora, que siento mi espíritu, mi alma más liviana, que he sido más sincero que he eliminado egos, culpas, como que no tengo por qué tener filtro... siento que este es el momento en que me cuesta menos improvisar...* (19:32)

E9: (15:37) *... en ese momento, me sentí bien... porque estaba en mí... con mi círculo cercano, con mis amigos. Que... en el fondo, que... como ya saben que yo... Igual, es verdad que eh... de repente, siento esa, lo que decís tú... que es como una...la, la aprobación del resto, ¿cachai? Y con mis amigos me pasa que no necesito esa aprobación, porque ellos ya me conocen, ya saben que yo freestaleo, digamos. Y he vivido freestyle buenos con ellos, y freestyles malos, etc. Entonces, no tengo que probarle nada a nadie. Entonces, ahí lo hago con comodidad, ¿cachai? Me suelto. (16:14) (...) (16:37) ¡Hay confianza! O sea, no, no... Si, si me equivoco en una letra, sé que no me van a huevear y sé que va a quedar ahí entre nosotros. Entonces, claro, hay comodidad.* (16:49)

2.10.5 Con instrumental de fondo

En el rap, se usan como sinónimos las denominaciones pista, *beat* e instrumental, aludiendo al acompañamiento musical que acompaña el rapero en su expresión. Los

siguientes relatos dan cuenta de que dicho acompañamiento musical es un facilitador de la experiencia del *freestyle*:

E4: (02:09) *En donde más, cuando suena un beat y yo creo que en mi vida, siempre suena un beat.* (02:17)

E12: (10:03) ... *Si hubiera que hacer sus categorías, por ejemplo, a mi me cuesta a capella, me cuesta mucho a capella. Hay algunos que no po, que no les cuesta. Yo me tiendo a, a, ah... ¿cómo decir? Compenetrar con las instrumentales. ¡Siento que ahí está la clave del freestyle y ahí está la clave de la fluidez y de todo!: Conectarte con... bueno, con lo que querís decir, con tu estilo y con, y con la instrumental misma.* (10:29)

E13: (02:26) *Claro, y porque me iba motivando... y me solté ahí con la pista.* (02:32)

2.10.6 En grupalidad

Las siguientes subcategorías exploran los facilitadores de la experiencia en el *freestyle* que se relacionan con agruparse o pertenecer a un grupo de raperos.

2.10.6.1 Sentirse aceptado o aprobado

También relacionado con todo lo que emerge en un *freestyle*, es un facilitador de esta actividad el sentirse aceptado o aprobado por el entorno al momento de exponerse en una improvisación en el rap. Así podemos ver a partir de las experiencias compartidas a continuación:

E4: (08:16) *Y pasar de... esa brecha de improvisar solo y a mostrarlo a alguien más, se dan cuenta de que nadie se va a burlar de él po. Se dan cuenta de que ¡ah, igual fui aceptado! O sea, con mi freestyle, aunque igual fue... (08:34)*

E6: (11:10) ... *donde no hay vergüenza, donde no te van a juzgar, ¿cachai?* (11:15)

E9: (15:37) ... *en ese momento, me sentí bien... porque estaba en mí... con mi círculo cercano, con mis amigos. Que... en el fondo, que... como ya saben que yo... Igual, es*

verdad que eh... de repente, siento esa, lo que decís tú... que es como una...la, la aprobación del resto, ¿cachai? Y con mis amigos me pasa que no necesito esa aprobación, porque ellos ya me conocen, ya saben que yo freestaleo, digamos. Y he vivido freestyle buenos con ellos, y freestyles malos, etc. Entonces, no tengo que probarle nada a nadie. Entonces, ahí lo hago con comodidad, ¿cachai? Me suelto. (16:14) (...) (16:37) ¡Hay confianza! O sea, no, no... Sí, si me equivoco en una letra, sé que no me van a huevear y sé que va a quedar ahí entre nosotros. Entonces, claro, hay comodidad. (16:49)

E13: (16:26) Como descubriendo en ti que podís hacer cosas terrible buenas po (16:35) ... como cuando siempre... alguien te dice: “¡Oh, hermano, que brígido! ¡La media pata’ así!” ... Y nunca esperaste eso no más... o cuando erái un cabro chico así... na’ po... Es bacán igual eso (16:58): sentir la aprobación de los demás sin esperarla po (17:01).

2.10.6.2 Comodidad y confianza

Aporta más seguridad y, por tanto, mayor fluidez cuando la persona se siente en un ambiente de comodidad y confianza, muchas veces con su círculo más cercano. De esta manera, este contexto se transforma en un facilitador del *freestyle*, como podemos apreciar en las siguientes experiencias compartidas:

E3: (27:17) Yo siento que como que empieza a despegar, si es que estái con la... las personas apropiadas que te sentís cómoda y amándose. O sea, después quedai lana po. (27:30)

E4: (02:30) Sí, sí. Y obviamente, más cuando estoy con amigos. Con amigos que les gusta la onda po. (02:38).

E7: (08:29) Y no me están escuchando y hue’as, entonces estoy como en confianza po. De repente, cuando uno está pegándose un freestyle, fluís y hue’as. Pero, yo igual soy súper atento con quién estoy freestaleando po. No freestaleo lo mismo a con uno amigo que cuando estoy en un grupo de hueones con los que no cacho. De repente, el freestyle con hueones más desconocidos es como nivel no más po, no es tan sincero po. A mí me pasa eso... (08:56)

E12: (21:44) *¿En qué momento no me ha salido...? Eh, en momentos cuando no me siento como... cómodo, ¿cachai? Si no estoy cómodo, no estoy acostumbrado a que me salga. Aunque debería. Pero, me gusta como compartirlo así fraternal, ¿cachai? Así como con los amigos, con gente que uno conoce. Igual de repente, he freestaleado en momentos más hostiles. Pero... cuando mejor me sale a mí, es con los amigos, ¿cachai? Esa es la verdad.* (22:17)

2.10.6.2.1 Círculo de confianza donde el propósito es el freestyle

Para algunos es más fácil hacerlo con quienes se sienten en confianza, pero si además son *freestylers* reconocidos por su buen nivel, se contempla como una práctica que es mucho más motivante. Se puede comprender mejor a partir de los siguientes relatos:

E1: (49:58) *Pero, sí me gusta mucho escuchar ideas ajenas, porque aprendo de esa hue'a po. Me gusta caleta. ¡Me gusta caleta rapear con los cabros po! Por la misma hue'a: ¡porque los hue'ones son buenos! Y aprendo de ellos y ese es mi mejor tiempo pa' hacer freestyle: es cuando tengo el tiempo a mi favor.* (50:28)

E4: (64:11) *... sí, ahí como que eso me pasa. Por ejemplo, rapear al lado del Shaz, que es terrible brígido, ¡oh! Y hace tantas técnicas. Que, de repente, ¡oh, quiero hacer lo mismo! Y ahí me preocupo por hacer lo que está haciendo él y no fluyo tranquilo. Pero, me es por una cosa de un juego... así como ¡oh, yo también quiero...! Claro, a lo mejor también es parte del ego igual. A lo mejor, sin querer. Porque a lo mejor quiero demostrarle que yo también puedo y sin querer me termino fundiendo.* (64:48)

E13: (24:06) *Con... los cabros po... con los cercanos. Te puedo nombrar así, por ejemplo, con Moise, con mis cabros po: el Drais, Ouija, el Vincent, con el Edi, con el Chyste, con cabros que... que conozco, ¿cachai?* (24:29) (...) (24:43) *Pero, pa' mi es mucho más placentero hacerlo en el círculo preciso.* (24:49) (...) (24:55) *Porque... me motiva más...* (24:57) (...) (25:15) *Pero, pa' mi es mucho más... más fácil hacerlo con los cabros cercanos... porque creo que nos estamos retroalimentando.* (25:25) (...) (25:37) *Pero, veo más la retroalimentación de ir puliéndote con tus cercanos po, porque es frecuente. Es algo que practicaí...* (25:49)

2.10.7 No pensar tanto la rima

El “dejarse fluir” y no pensar tanto la rima y/o lo que ocurre en ese preciso instante, sería un facilitador para hacer freestyle, como se comprende en los siguientes relatos:

E2: (26:35) ... *mira, yo creo que hay que partir... de repente, es bueno sólo dejarse llevar y no... no pensar tanto, porque ahí la rima sale sola. No está pensando nada y llega. Yo creo que es una combinación de las dos cosas, de repente pienso algo así y de repente... que salga lo que salga.* (27:02)

E5: (05:32) *Y con el freestyle estoy aprendiendo a freestalear... a, claro, no pensar tanto de la rima* (05:40).

2.10.8 Estar solo

El estar sólo propicia una instancia mucho más plena para freestalear, el estar en solitario es de por sí un facilitador de la experiencia. Pues, se está libre de juicios y situaciones en las que hay que estar atentos a las circunstancias. Incluso este estado de soledad puede ser mientras se realizan otras actividades, como se puede apreciar en los siguientes comentarios:

E1: (07:25) *¡Si po! En mi cabeza. Porque siempre estoy rapeando en mi cabeza. Pero, así de verdad rapeando en voz alta... fue... no me acuerdo, hace como tres días... que venía de una pega, como a las 4 de la mañana, en la micro, solo... y ahí me vine rapeando atrás po, todo el camino en el último asiento hasta mi casa. Me bajé y me fui rapeando hasta mi casa, me fui rapeando, me acosté rapeando y me dormí rapeando. Y desperté feliz.* (07:49)

E2: (46:14) *Mmmm... solo me es más fácil freestalear.* (46:24)

E6: (01:57) *Me gusta, pero yo siempre lo hago solo po.* (02:02)

E7: (02:01) *Cuando está caminando, de repente está freestaleando. Si está solo, no cachai po.* (02:11)

2.10.9 Motivación

Otro facilitador del *freestyle* es la motivación que se pueda sentir para improvisar, como se menciona en los comentarios de a continuación:

E7: (23:53) *Es un día de motivación no más, ahí depende de tu motivación.* (23:59)

E13: (02:26) *Claro, y porque me iba motivando... y me solté ahí con la pista* (02:32) (...) (24:43) *Pero, pa' mi es mucho más placentero hacerlo en el círculo preciso.* (24:49) (...) (24:55) *Porque... me motiva más...* (24:57)

2.10.10 Buen ánimo

El buen ánimo, sentirse bien, feliz o en paz serían otros factores que se transforman en facilitadores de la experiencia del *freestyle*, según dan cuenta más explícitamente los siguientes comentarios:

E5: (24:31) *Cuando estoy bien, feliz. Cuando me siento en paz... cuando en me siento en paz, contenta.* (24:39)

E13: (11:34) *Cuando tengo un ánimo bueno...cuando estoy de buen ánimo. Creo que esa es la clave.* (11:43) (...) (28:30) *Lo demás sería en el otro factor. El ánimo lo primero. El ánimo yo creo que brota la creación.* (28:38)

2.11 Obstaculizadores

Las subcategorías de a continuación exploran aquellas instancias, situaciones o motivaciones personales que obstaculizan o retraen a la persona al momento de freestear:

2.11.1 Entorno desconocido

Cuando el entorno es desconocido, se experimenta como un obstaculizador para dejarse llevar en el *freestyle*, como refieren los siguientes relatos:

E6: (11:24) *Con gente que no conozco po. Gente que no conozco, gente que sé que anda con la patraña, ¿cachai? Es que también tiene que ver como con los círculos, quizás, de uno. Yo me relaciono con gente que no es tanto rap, ¿cachai? Como... ¿cómo te digo?... como... más flayte, no sé.* (11:42)

E9: (48:21) *Los que cuesta un poquito más, es con gente que no conozco y ahí depende de qué energías y qué disposición tengan esas personas.* (48:27)

2.11.2 Tener que cumplir expectativas de otros

El proceso creativo en el *freestyle* se dificulta cuando se está pensando que los otros esperan que se haga algo bueno o si existen expectativas sobre cómo se llevará a cabo el *freestyle*. Esto se puede comprender mejor con las siguientes experiencias expuestas:

E4: (23:04) *Me cuesta cuando hay gente que admiro caleta en el freestyle y que le ponen muy bueno. Me... me... ¡Oh! Como que dejan la vara tan alta que también quiero... como que me gustó tanto tu freestyle y quiero que también que él o ella o quién esté rapeando, que le guste mis freestyle y eso me hace pensar más de la cuenta y no fluir tranquilo, y ahí me dificulta y me enredo solo.* (23:34)

E12: (37:11) *La circunstancia más hostil, yo creo que puede ser con... con gente que te cae mal o... con... a veces los familiares también, que... que no conocen esa faceta tuya. Entonces, como que uno, a mí me pasa, que no lo muestro tanto, ¿cachai? ... y es como hostil igual, porque estái como obligado a hacerlo bien. Como que esas situaciones son las más hostiles: cuando te sentís como obligado a hacerlo bien. ¿Cachai? No querís dejar mal el rap porque amai el rap y toda la hue'a.* (37:41)

EP2: (34:25) *... cuando hay una expectativa que llenar, un título que -no sé- te has hecho, un lugar donde encajar.* (34:35)

2.11.3 Escrutinio público

El miedo a lo que la gente vaya a pensar del despliegue que la persona tenga al momento de freestear o, incluso, la misma vergüenza cohibe a algunas personas para hacer *freestyle*. Así lo explican las siguientes experiencias expuestas:

E3: (38:00) ... y me *paqueé...onda, me paqueé, así brígido. Me dio mucho miedo rapear, sentí como se me heló el cuerpo* (38:09) (...) (41:36) ... *me disminuí. Sentí que no tenía el talento suficiente para hacerlo. Exponerme me dio mucho miedo.* (41:45)

E5: (06:15) *Eh, yo creo que... quizás miedo a no hacerlo bien o será como espontaneidad frente a los otros, con eso creo que va. Seguridad.* (06:26)

E6: (02:17) *De repente, así, no soy de hacerlo con gente por una hue'a más personal...* (02:23) (...) (02:26) *Sí po, caleta. Me da caleta de vergüenza hacerlo con gente...* (02:32)

2.11.4 Comparación con otros más experimentados

El sentirse potencialmente enjuiciado al ser comparados con otros que, normalmente, se podría suponer que tienen más experiencia en el rap, se experimenta como otro obstaculizador al momento de freestear. Esto lo podemos comprender mejor a partir de las siguientes citas:

E3: (40:51) ... *sentí la comparación, creo... Creo que como...* (40:57) (...) (40:59) ... *con el sentir que los cabros eran mucho mejores que yo. Como que... ¿qué iba a ser yo, una amateur, en el espacio de... como una idealización por ellos.* (41:07)

E4: (14:28) ... *y mucha gente quiere rapear. Hay un freestyle, hay un círculo y como ve que hay gente que le está saliendo bien y que le ponen bueno, que rapean y tienen técnica y todo, no quieren ser menos. Entonces, evitan y no quieren... no quieren rapear* (14:47) (...) (23:01) *¿Cuándo es más difícil? Me cuesta cuando hay gente que admiro caleta en el freestyle y que le ponen muy bueno, me... me... ¡Oh! Como que dejan la vara tan alta que también quiero... como que me gustó tanto tu freestyle y quiero que también que él o ella o quién esté rapeando, que le guste mis freestyle y eso me hace pensar más de la cuenta y no fluir tranquilo, y ahí me dificulta y me enredo solo.* (23:34)

3 Improvisar vs. Componer rap

Dentro del rap, se dan dos actividades que se relacionan estrechamente y muchas veces coexisten en la vida diaria de un rapero. La primera es improvisar o freestear, dicha actividad se da en un contexto en donde no se prevé lo que se va a expresar. Si no, que simplemente se improvisa -como dice su denominación- con estilo libre, en la inmediatez de la experiencia.

La segunda, tiene que ver con escribir y componer temas musicales. Para esta última actividad, se tiene más tiempo para pensar en lo que se quiere expresar y se dan las condiciones para poder pulir con mayor detalle lo que se quiere expresar.

Hay raperos que habitan diariamente las dos formas de experiencia en el rap y que, de hecho, se nutren de una para alimentar la otra y viceversa. Sin embargo, también hay quienes se inclinan sólo por una de estas actividades, según motivaciones personales. Al menos en la muestra de la presente investigación, todos -en algún nivel y temporalidad- han practicado ambas actividades con diversos ritmos y gustos. En las siguientes subcategorías, se explorará cómo se estrechan e interactúan estas dos actividades en el rap, que son tan compatibles pero distintas, como se puede apreciar en el siguiente testimonio:

E2: (10:26) *Porque es un mundo distinto freestear que escribir...* (10:30)

3.1 Relación entre improvisar y escribir

Tanto el *freestyle* como componer temas, son actividades propias del rap que están inherentemente asociadas. Las subcategorías de a continuación exploran las formas en que éstas se relacionan:

3.1.1 *Freestyle* como base/cuna del rap

El acto de escribir, es decir, componer rap sentaría sus bases en el *freestyle*. Pues, los entrevistados refieren que cualquier proceso creativo comienza o tiene su base en una idea que aparece más naturalmente desde un *freestyle*. Para comprenderlo mejor se presentan los siguientes comentarios:

E2: (10:17) *O sea, desde un principio el freestyle, encuentro que es la base para después hacer temas y fluir. Porque es un mundo distinto freestalear que escribir... (10:30) (...)*
 (24:48) *Yo creo que el que hace freestyle tiene más... más herramientas... (24:54) (...)*
 (24:57) *Sí, o sea es que el que hace freestyle... así no me acuerdo qué filósofo antiguo decía, que la improvisación era como la cuna de toda la hue'a... el que sabe improvisar... creo que la improvisación es, o sea para mi por lo menos, ha sido necesario. (25:12)*

E4: (65:47) *... igual es un freestyle. Cuando estáis escribiendo, igual es un freestyle. Porque es tu cabeza, no lo estáis buscando en ningún lado. Es un freestyle, en verdad po. Es un freestyle, pero tenís más rato pa' adecuar las palabras, las frases. (65:59)*

E5: (07:14) *Es como freestyle con escritura, porque, no sé... estoy acá sola con mis sentimientos y, ponte tú, para escribir a mí se me ocurre una frase y ahí empiezo como ¡ta, ta, ta, ta! (07:28) (...)* (10:06) *Entonces, por eso, tengo que trabajar en el freestyle porque están terrible unidos y al freestalear también me va a ayudar en la escritura. (10:16)*

E7: (01:07) *Es que es como parte pa' escribir po. Freestaleo y si me sale algo que queda pa' la letra, lo escribo. (01:14)*

3.1.2 Escribir da más herramientas al freestyle

Al mismo tiempo, la escritura de rap entregaría más herramientas para poder freestalear mejor. Así lo explican los siguientes relatos compartidos:

E2: (15:44) *Yo lo reciclaba, pero no... como que también la escritura me ha dado la capacidad de retener. Por el hecho de que cuando uno empieza escribir, ponte... es como un mundo nuevo. O sea, a mí me pasó de que no sabía cómo... cómo caer en la caja justo. Como que se me iba la idea de cómo la tenía antes. Me pasaba en el tiempo y ahora es completamente distinto. Empiezo a escribir y me aprendo la letra casi al tiro, ¿cachai? Yo creo que de tanto escribir pasa eso, como de poder retener y todo. (16:21)*

E4: (60:14) *También, al escribir... entre más letras escribes, más palabras están en tu cabeza también. Entonces, para decir cosas, tienes más armas, tienes más... sí po, hay más opciones. (60:25)*

E10: (32:24) ... es que, en el fondo, la escritura se... igual te complementa mucho el freestyle. No es como que tampoco... vayai a freestalear lo que estái escribiendo po. Pero... pero, si no es como... ehm... como que te mejora, como el... como la... no sé si la velocidad o como... la capacidad de hacer como rimas en el momento. Como que igual ayuda a escribir. Como que... y es como recíproco, yo creo. (33:08)

3.1.3 Freestyle que mejora la escritura.

Las características del freestyle ofrecerían ciertas herramientas que luego son útiles al momento de escribir rap, como lo explica el siguiente testimonio:

E12: (12:05) Entonces, entonces el freestyle, hermana, el freestyle es una hue'a iniciática, ¿cachai? Que permite que los, que incluso los escritores mejoren su escritura. (12:14)

3.2 Similitudes

El rap contiene las dos expresiones: componer y freestalear. Para los raperos que ponen en práctica ambas actividades existen algunas similitudes, las cuales se revisan en las siguientes subcategorías:

3.2.1 El acto de rapear en sí es terapéutico

Tanto al escribir como al improvisar, el sujeto pone contenidos de sí en su expresión. Lo que se relaciona con un desahogo íntimo y personal que provoca bienestar en sus adherentes. Los detalles de por qué se considera el rap como terapéutico, en cualquiera de sus expresiones, las podemos encontrar en las experiencias compartidas a continuación:

E2: (52:54) Sí po... o sea, una manera de... de... encontrar la... de estar feliz, por lo menos para mí (53:11). Y... y me ayuda también a liberar, a crear, ¿cachai?... yo creo que la creación también es una especie de terapia po. Hacer... cuando creai algo, es algo tuyo, ¿cachai? Para los demás y para uno. (53:33).

E4: (18:35) *Entonces, el freestyle es demasiado amplio, puede ser... lo haga un rapero o no. Podís cantar, rimar o no. Podís ser coherente o no... te va a dar el mismo desahogo. El mismo desahogo te va a dar, la misma terapia.* (18:47).

E5: (18:53) *Hermoso. Me siento súper bien.* (18:57) (...) (19:00) *En el momento y después.* (19:03) (...) (19:09) *Haber botado cosas que tenía po, también como la terapia. Haber botado cosas que sentía y que pensaba.* (19:17)

E7: (30:59) ... *yo cacho que si no hubiera hecho música, nunca habría tenido la personalidad para pararme frente a un kilo de personas po. Y esa hue'a yo cacho que es la manza terapia po, de personalidad, de explayarse y hue'as. Yo cuando chico, no decía lo que pensaba po.* (31:16) (...) (41:27) *Esa es la verdadera terapia po... llevarte, sacarte de tu zona de confort y hacer hue'as de las que creíste que no eráis capaz po.* (41:35) *Después llega el punto en que la hue'a ya es parte tuyo y lo hacís con naturaleza. Y ahí subiste un nivel personal, mejoraste como ser humano po.* (41:45)

E9: (35:52) *Bueno, de partida es, saludable incluso. Porque... por ejemplo, yo tuve úlceras en un momento...* (36:02) (...) (36:19) *Y una de las formas que me, que me sané, y que descubrí que me hacía bien, era freestear y era rapear po, era desahogarme. En el fondo es como un psicólogo el... sea el cuaderno, sea un freestyle, sea un micrófono... ehm... termina siendo, claro, como un psicólogo porque, eh, botai todo lo negativo o positivo. Entonces, es una válvula de escape, ¿cachai?* (36:42)

E14: (42:03) ... *Son varias. Pero, yo creo que la primera sensación es como el soltar y sacar. Como, ya, primero es el desahogo y desde ese desahogo, ordenar. Y como primero suelto, saco, me expreso. Y mientras me estoy expresando, puedo estar entendiendo lo que me pasa. Y mientras estoy entendiendo lo que me pasa, puedo ordenarlo. Y si lo puedo ordenar, ya es más fácil de solucionar. Entonces, es como una auto terapia, como que uno pasa a ser su propio psicólogo.* (42:31)

E16: (32:15) *Y que está ahí, y que te hace identificarte y te hace tirar cosas. En ese aspecto el freestyle es pura sanidad..., como tú planteas, yo creo. Es una terapia pa' los cabros que están en el Sename, pa' los cabros de los colegios así de sectores brígidos. Eh... y pa'*

todos nosotros también. Lo mismos viejos que de repente vivimos cosas y estái metido en la vida domesticado en la vida normal. Y de repente, ¿cómo salís de esa hue'a? Ya freestaleando un rap o rapeando una letra tuya o de otro que te gusta, escuchando un rap fuerte, una... el rap es una hue'a muy sanadora del cuerpo. Por eso, tiene baile, yo creo. (32:50)

3.2.2 Poesía callejera

El rap es, de cierta forma, entendido como una manera de poesía con tonalidades urbanas, callejeras. Así lo reflejan mejor las experiencias compartidas a continuación:

E4: (28:33) Pero, a veces están improvisando metáforas, están improvisando... es poesía pura y tú sabís que la están improvisando y le está saliendo, y... por la forma en que mueven los ojos, buscando palabras, sabís que están improvisando ¡ta, ta, ta, ta! Y ahí ¡oh!... las manos... (28:53)

E12: (05:06) O sea, yo exteriorizo todo mi mundo a través de esta poesía que no es como la antigua, que era sólo escribirla. Sino que, eh... eh... exteriorizarla en el momento, ¿cachai? (05:20)

E13: (06:42) Eso fue el 2004... Y... me empezó a gustar caleta la vola' po... y también porque lo veía en la calle. Lo que veía en la calle, así como era... ¡la vola' callejera del rap po! ¿cachai? Pero, a mi lo que más siempre me gustó, era la poesía. La elegancia de la hue'a y calleja al mismo tiempo, esa hue'a me enamoró. (07:08)

3.2.3 Bienestar por desahogo

Otra similitud que hay entre *freestyle* y componer rap, tiene que ver con el bienestar que se siente por el desahogo, como se explica mejor con las siguientes experiencias:

E1: (02:24) Sí po, es como que soltai todo y dejai que vaya como por el río así, que caiga la hue'a, que fluya, que fluya... sin tener que pensar un enfoque. O sea, de por sí, también podís tener un enfoque. Por ejemplo, ya... tenís un enojo y te poní a rapear y es como que centralizai ese enojo en formas de rapear, pero sin estrujar el enojo. Sino, que la hue'a

sale... fluye solo, ¿cachai? Como que te vai desahogando del enojo, pero sin buscar como estrujar ese enojo, sin necesidad de estrujarlo. Sino, que la hue'a fluye, te hace sentir libre haciendo algo que te gusta a ti y, de ese mismo, te destapa otras cosas... (02:58)

E7: (06:18) Feliz po. (ríe) Si es como... pa' mi es como de un niño, así de cuando sale a jugar a la pelota así. Cuando uno niño está encerrado en su casa, está triste. Y cuando sale a jugar a la pelota, y es feliz po. Cuando uno tiene algo muy encerrado adentro así, está mal... pero, cuando... es como salir a jugar a la pelota cuando escribís o a veces también un freestyle, porque estái ahí botando toda esa shit que tenís guardado po. (06:45)

E8: (25:32) me gusta, me desahogo mucho. (25:30)

3.2.4 El desafío de la métrica.

La forma de rimar en el rap se relaciona con la métrica, misma técnica que se utiliza para componer y freestear. El siguiente relato ejemplifica la manera en que se utiliza:

E13: (08:49) No sé po, ya la que terminaba en “era”, era roja. Después, la otra azul, la otra amarilla, ¿cachai? Con lápices de colores po. Entonces, empezaba a rimar así por cada color y después ya, quería más po. Entonces, empezaba no sólo con las terminaciones. Si no, con que, onda, todo el texto tiene una palabra y cada palabra rime con otra. Onda, que no haya nada que no rime. (09:15)

3.3 Diferencias

Estas subcategorías están enfocadas en explorar las diferencias que podrían existir en el rap, entre las técnicas y experiencias de composición y las de improvisación:

3.3.1 El freestyle implica destreza inmediata

El *freestyle*, en su inmediatez, implica manejar con destreza el lenguaje y las formas en que se lleva a cabo la improvisación para que suene armónico. Los siguientes comentarios dan cuenta de esto:

E4: (26:21) ... y por eso que cuando hay freestyle, locos que le ponen esa estructura y todo es improvisado, es más valorable porque es muy difícil. Y uno, como improvisa, sabe que es difícil, lo valora más po. (26:34)

E9: (25:08) ... nunca va a existir un freestyle que le gane a una letra, pero tiene más mérito. (25:15)

E12: (46:08) A ver, primero, eh... el que escribe tiene que contemplar y el que freestalea tiene que ser partícipe, ¿cachai? (46:21)

3.3.2 La fluidez del freestyle vs. La pulcritud de la escritura.

Una de las grandes diferencias entre el *freestyle* y la composición en el rap tienen que ver con la forma de ejecución de cada actividad. El *freestyle* lleva en sí la fluidez natural de la improvisación, mientras que en la escritura el tiempo que está a favor se puede utilizar para darle mayor estructura a las rimas. Lo anterior, se puede comprender mejor a partir de los siguientes relatos compartidos:

E2: (12:38) Claro... que diga “esta va”, ¿cachai? De repente, tú decís “esta no va”. Cuando sabís que esa va po, la terminai... y esa hue’a me gusta po. Cachar cuál es la que va y cuál es la que no, también es parte del filtro en la escritura. Cuando lo hacís con el freestyle no tenís... o tenís como un límite de tiempo o no podís dejar una pausa gigante tampoco, tenís que tener esa... como saber cómo “darle el torque”, por así decirlo, o sea para mí. (13:09)

E3: (18:15) Y es lo que pasa, así como... dejar que fluya y reconocerse a través de esas palabras, que dibujan un cuadro, que te rodea mientras estás improvisando algo. (18:27)

E4: (65:59) Tenís más rato pa’... (66:02) (...) (66:04) Más elaborado y que quede más bonito. Como pa’ pulir la estructura. Eso es lo que yo creo que me diferenciaría... y por eso que cuando hay freestyle, locos que le ponen esa estructura y todo es improvisado, es más valorable porque es muy difícil. (66:18)

E6: (41:38) ¿Escribir y el freestyle? Mmm... es que yo creo que escribir es una hue’a un poco más racional. (41:57)

E12: (08:11) *Y yo sé que es un camino de varios de los cabros que tú nombraste. Porque en el fondo, descubrimos nuestra máxima fluidez y esplendor en el freestyle, pero de repente en el papel como que sabemos que hay un muro, ¿cachai?* (08:23)

E13: (20:58) *Emm... poder sacar lo que tenís adentro tuyo y rimarlo en un freestyle. Por... por eso te digo que vai al hoyo, vai al choque, no la pensai dos veces: ¡pa, te tiraste! Y de ahí empezai a fluir y de ahí es donde empiezan a aparecerte ideas solas... Y es bacán así como ir construyéndolas, porque...tenís como ideas y las reservai pa'l ratito pa' después tirar esa rima. Y entre esa rima y otra, querís hacer la conexión y pensai otras rimas. Y... sin querer queriendo, estai hablando hue'as igual bacanes po hu'on.* (21:40)

3.3.2.1 La fugacidad del freestyle vs. La permanencia de la escritura

También dada las diferentes formas de ejecución de la improvisación y la composición en el rap, es que el *freestyle* es algo fugaz y el rap compuesto puede trascender en el tiempo. Mejor lo explican los siguientes argumentos expuestos:

E10: (34:55) *... algo que se diferencia mucho es como... como te decía antes, con respecto al freestyle, que el freestyle te da como la... como de compartir un momento único, ¿cachai? Bueno, todos los momentos son únicos, pero me refiero como a... no sé po, es que... la escritura queda plasma' po, ¿cachai? Entonces, el freestyle es como un momento, así. Y como... queda en el recuerdo y sino, como que se lo lleva el viento, ¿cachai?* (35:30)

E12: (46:16) *Entonces, en la escritura queda mucho más en evidencia, eh, las falencias. En cambio, en el freestyle, uno se puede ir salvando, ¿cachai?* (46:46) (...) (46:50) *Porque uno dice una mala y después dice una buena al toque po. Y se olvida porque se la lleva el viento, ¿cachai? En cambio, en el escribir uno tiene que ser como mucho más prolijo.* (47:04) (...) (47:13) *No tenerle miedo al recuerdo. Porque si le tenís miedo al recuerdo, no podís escribir po.* (47:18)

3.3.2.2 Composiciones con línea temática y freestyle como lluvia de ideas

Al componer un tema de rap, por lo general, se trabaja sobre una línea temática que inspire el tema a realizar. Sin embargo, en *freestyle* es más probable que el tema sea más libre y que no requiera necesariamente de una temática puntual en la cual enfocar todo lo que se improvisa, haciendo honor a su denominación “estilo libre”. Todo esto, se puede comprender mejor a partir de las siguientes citas:

E1: (20:03) ... *y tampoco quiero estar tanto rato tratando de escribir una hue'a, si puedo decir mil cosas así rapeando po.* (20:13)

E10: (36:33) *Que me gustan... igual me gusta freestear caleta. Pero... pero escribir es como distinto, como que... ehmm... a ver, ¿cómo decirlo?* (36:51) ... *mmm... como la cuestión igual de hacer una base, ¿cachai? Eh... como... hablar como de determinada cosa, que es algo como mucho más dirigido por así decirlo, como...* (37:18) (...) (37:20) ... *más producido, sí po. Y... como que hablai de algo concreto. En el freestyle como que podís... igual es bacán eso, como de divagar harto entre muchas cosas.* (37:35)

E13: (19:04) *Pero... ahí en las letras me... me provoca más explicar precisamente lo que quiero decir, ir al punto. En un freestyle no po, en un freestyle son millones de ideas que van saliendo. Y todas dicen hue'as bacanes, ¿cachai? Pero, no son las mismas... como en un tema.* (19:24) (...) (19:48) ... *a mí me gusta el concepto y eso pa'... como escritor po, ¿cachai? En un freestyle igual a veces bacán así con los cabros: “ya, pongamos un concepto”, y bacán po y su rato. Pero, no y después: “ya, hermano, que cada uno rapee”, que cada uno explote, ¿cachai? Eso lo encuentro bacán del freestyle igual po.* (20:24)

3.3.3 El tiempo marca la diferencia

Dada la cualidad de inmediatez que tiene el *freestyle* y el tiempo que se invierte en la escritura, se genera una relación distinta con la forma creativa de hacer rap. En los siguientes relatos podemos encontrar cómo este factor tiempo influye en la ejecución del rap en las personas:

E2: (10:26) *Porque es un mundo distinto freestear que escribir...* (10:30) (...) (10:36) *la distinción es... entre el filtro, el tiempo... el filtro y el tiempo, yo creo. Y... y las ideas.* (10:47)

(...) (10:52) *Y que de repente sacar una buena idea, ponte... yo lo puedo, a ver, metaforizar, de algún modo, como alguien que hace un dibujo a la rápida o alguien que se dedica a hacer algo, ¿cachai? Y lo pinta y hace una hue'a po, ¿cachai? O una escultura, o cualquier... como cualquier cosa, así. Alguien que hace una composición, ¿cachai? A eso yo voy po, o sea, dentro de la escritura po. No como un freestyle, que hay un montón de ideas que de repente no me gustan tanto y que es una cosa que me guste a mí, ¿cachai?*
 (11:20) (...) (11: 21) *Si a mí me gusta lo que voy a decir, ir de a poco como puliendo eso.*
 (11:26)

E4: (38:35) ... *al final, tengo más tiempo pa' pensar esa conversación innata. Porque el freestyle es una conversación innata y la escritura es una conversación en que tengo más tiempo pa'... escribir ese libro. Escribir un libro.... Eh... tener más tiempo pa' escribirlo. Es eso no más sí. Factor tiempo... que tenís más tiempo pa' decirlo no más. En el freestyle salió y no podís borrarlo po. En cambio, te podís dar el tiempo de borrar y decir "no, a lo mejor esta palabra no... o esta palabra la he usado mucho. Quizás lo abordo de otra manera. O no... a lo mejor, aquí alguien se va a sentir mal, mejor lo digo de otra manera más... o quiero llegar a lo mismo, pero de otra manera". En el freestyle es como sin filtro. De hecho, más... más sincero. Igual trato que... que la escritura sea lo más sincera posible. Pero, claro, tengo más tiempo pa'... no pa' arreglar lo filtros. Si no, pa' pulir la calidad de esa conversación innata po. (39:47).*

E12: (09:00) *Entonces, yo, a mí me pasa que yo puedo dividir mi mente en varias líneas. Yo eso lo aprendí con los cabros. ¿Cachai? O sea, por mi cuenta también, pero... pero, que uno puede mover expresando mucho más allá, mucho más allá pa' dónde va y eso es lo que yo no lo tengo tanto en la escritura. ¿Cómo explicártelo? Yo, voy escribiendo, voy... ¡y es paradógico, ¿cachai?!, ¡es muy paradógico! O irónico. Porque yo estoy escribiendo y supuestamente tengo tiempo para pensar lo que viene después. ¡Mucho más tiempo para pensarlo! Pero ¿qué pasa?, que cuando estoy freestaleando, tengo más tiempo para pensarlo, ¿cachai? (ríe) O sea, estoy más apurado de tiempo, pero tengo más tiempo, ¿cachai? No lo sé explicar. Lo que pas... debe ser porque como estoy dentro de ese campo, de ese ámbito, yo... estoy más naturalizado con el, con el... con el ritmo, ¿cachai? O no sólo el ritmo, sino la atmósfera que me genera la instrumental y todo, ¿cachai? (10:03)*