

# Musikaz gozatzeko ezgaitasuna: anhedonia musikala

Ana Galarraga Aiestaran · Elhuyar Zientzia

Musika entzutea, piezaren, unearren eta entzulearen arabera, izan daiteke hunkigarria, dantzagarria, gozagarria, mingarria, iradokitzailea... Gutxi batzuentzat, ordea, ez da ezer; ez die ezer eragiten. Ez sentipenik, ez emoziorik, ez erantzun neurologiko zein fisiologikorik: anhedonia musikala dute. Berezitasun horren oinarriak eta ondorioak ikertu dituzte, besteak beste, Noelia Martínez-Molina neurozientzialariak eta María García-Rodríguez musika-terapeutak.

Anhedonia musikal terminoa 2011n erabili zen lehen aldiz, [garuneko lesioa jasan zuen paziente baten kasua deskribatzeko](#). Lesioaren ondorioz, musika entzutean emozioak sentitzeko ahalmena galdu zuen pertsona horrek. Galera espezifikoa izan zen; hau da, gai zen beste estimulu batzuekin hunkitzeko, eta soinuak eta doinuak ondo aditzen zituen, baina ez zioten ezer sentiarazten.

Terminoa ordura arte erabili ez bazen ere, halako kasuak lehenago ere azaltzen dira literatura zientifikoan. Eta ez soilik lesio baten ondoriozkoak; badira berez ahalmen hori ez dutenenak ere. Hain zuzen ere, berezko anhedonia musikala duten pertsonen eta musikarekin gozaten dutenen arteko diferentziak ikertu ditu Noelia Martínez-Molina neurozientzialariak.

Aitortu duenez, ez da erraza ezaugarri hori duten pertsonak topatzea. Asaldura psikiko batzuetan, depresioan eta eskizofrenian, adibidez, ohikoa izaten da gozatzeko gaitasuna galtzea, edo, neurri ba-

tean, apaldua izatea. Anhedonia hori, ordea, orokorra izaten da; anhedonia musikalean, musikarekiko baino ez da gabezia. Aipatzekoa da populazioaren % 3-5ek dutela anhedonia musikala.

Bartzelonako Cognition and Brain Plasticity Unit eta McGill Unibertsitateko ikertzaileek elkarlanean egindako [ikerketan batean](#), frogatu zuten musika entzutean sortzen den gozamena eta dirua irabazteak eragiten duena independenteak direla. Ikerketa horretan anhedonia musikala zuten pertsonen parte hartu zuten, eta ikusi zuten, musika entzutean, ez zutela erreakzio fisiologikorik: larruzalaren eroankortasun elektrikoa ez zen aldatzen, ezta bihotz-taupaden maiztasuna ere. Aldiz, esperimentuaren barruan diseinatutako jokoan dirua irabazten zutenean, erantzun elektrodermiko eta bihotz-taupadak aldatu egiten ziren.

Erresonantzia magnetiko funtzionala erabilia, [be-reizketa hori berretsi zuten](#): anhedoniarik ez zuten pertsonetan, musika entzutean, entzumenare-



ARG.: Lars Frantzen CC 4.0

kin lotutako eremua aktibatzearekin batera, sari-sistemarekin erlazionatutako eremua ere aktibatzen zen. Aldiz, anhedonia zutenean, ez zegoen aldebereko erantzun hori. Nolabait, entzumenaren eta soinuaren ebaluazio sentsorialaren sistemak eta sari-sistemaren arteko loturak etenda daude pertsona horietan.

### **Erreakzioaren eskalan**

Ikerketa horietan, musikak eragiten duen erreakzioa neurtzeko, eskala bat erabili dute, bost aldagai hauekin: sorrarazten duen emozioa, musika bilatzeko ahalegina, aldartea erregulatzea, onura soziala, eta erantzun sentsitiboa eta motorra.

“Musika bilatzeko ahalegina deitu diogu pertsonak musika entzuteko hartzen duen lanari eta egiten duen saiakerari; adibidez, musika erostea, kontzertu batera joatea, erreferentziak bilatzea...”, azaldu du Martínez-Molinak. Anhedonia musikala dutenek puntuazio baxua dute eskala horretan; baina ez dute arazorik plazera sentitzeko beste estimulu batzuekin, hala nola janariarekin edo sexu-harremanekin.

Anhedonia musikala izan gabe ere, aldeak egoten dira pertsonatik pertsonara eta egunaren arabera. Eragin handia du, esaterako, musikaria izateak edo musika-ikasketak edo kultura musikal zabala izateak.

*“Nolabait, soinuaren ebaluazio sentsorialaren sistemen eta sare-sistemaren arteko loturak etenda daude anhedonia musikala dutenetan”*

Bada, ordea, eragin esanguratsua izan dezakeen beste aldagai bat, aintzat hartzen ez dena, eta, Martínez-Molinaren iritziz, kontuan hartu behar-ko litzatekeena: hilekoaren zikloa. “Emakumeok hormona-gorabehera nabarmenak ditugu, eta, horren ondorioz, gure erantzun emozionalak aldatu egiten dira. Hortaz, zikloaren unearen arabera,

musikarekiko erantzuna bat ala bestea izan daiteke. Alabaina, ikerketetan ez zaio horri erreparatzen, eta ni neu ohartu naiz ezen, zikloaren une jakin batzuetan, errazago hunkitzen naizela, negar egiteraino. Nire ustez, emozioak aztertzen diren ikerketa guztietan izan beharko zuketen kontuan, baina, momentuz, ez diote garrantzi handirik ematen”.

Berri Txarrak taldearen azken kontzertuko argazkia, musikak jendea biltzeko eta emozioak bideratzeko duen ahalmenaren erakusle garbia. ARG.: Gaizka Peñafiel Dañobeitia.



**María García-Rodríguez**  
Musika-terapeuta



**Noelia Martínez-Molina**  
Neurozientzialaria



Nolanahi ere, azpimarratu du ikerketa horiek frogatu dutela anhedonia estimulu jakinekiko espezi-fikoa izan daitekeela, eta anhedonia musikala dela motetako bat. Horrek erakusten du arazoaren muina ez dagoela sari-sisteman, baizik eta sistemen arteko erlazioan; "estimulua jasotzen duen sistemaren eta sari-sistemaren arteko erlazioan, hain zuzen".

### **Plazeraren giltza**

Illo horretatik, galdera honi erantzuten ere saiatu dira: zein da plazeraren giltza musika entzutean? Martínez-Molinaren esanean, aurreikuspenekin du zerikusia. "Nota-segida bat entzuten ari garenean, oharkabean, gure garunak hurrengo nota zein den kalkulatu du. Asmatzean, sari-sistema aktibatzen da, eta plazer sentitzen dugu. Baina, beti asmatzen badugu, aspertu egiten gara. Horregatik, are plazer handiagoa ematen digu tarteka ez badugu asmatzen eta harritzen bagaitu. Hori bai, harridurak neurrikoa izan behar du. Oreak horretan dago koska, eta alde handia dago pertsonatik pertsonara, norberaren kulturaren eta ezagutza musikalaren arabera".

Anhedonia musikala dutenen garunak ez du halako kalkulurik egiten. Martínez-Molinak, gainera, ohartarazi du berezitasun horrek ondorioak izan ditzakeela ikuspegi klinikotik: "Gero eta asaldura gehiagotan erabiltzen da musika-terapia, tratamendu gisa. Baina aurrez ez da begiratzen pazientek anhedonia musikala ote duen ala ez. Beraz, baliteke anhedonia musikala duen pertsona bat musika-terapia egitera bideratzea; kasu horretan, tratamendua ez da eraginkorra izango, eta beste era batera tratatzeko aukera galtzen da".

### **Emozioen erregulazioa**

María García-Rodríguezek goi-mailako musika-ikasketak ditu, klarinete-jotzailea da, musika-irakaslea, musika-terapeuta, ikertzailea, eta, orain, doktoretza amaitzean da Madrilgo Complutense Unibertsitatean. Hain justu, musikarekiko eta giza harremanekiko plazeraren artean dagoen erlazioa da haren tesiaren ardatz nagusia.



García-Rodríguezek gogorarazi du musika adierazpen sozial bat dela, kutsu emozional nabarmena duena. "Kultura guztietan dago, eta ekitaldi sozial askoren funtsezko osagaia da. Izatez, giza harremanak sortzeko eta sendotzeko duen ahalmena da musikaren iraupenaren eta garapenaren arrazoi nagusia. Funtzio sozial hori estuki erlazionatuta dago musikarekiko plazerarekin".

Musikak, pertsonon plazer-iturri garrantzitsuenetako bat izateaz gain, parte hartzen du emozioen erregulazioan. "Guri alderdi hori asko interesatzen zaigu; nola erabiltzen dugun musika emozioak bideratzeko, adibidez, estresa apaltzeko, lasaitzeko... Eta bereziki gazteak aztertzen ditugu. Izan ere, musika da aisialdiko jarduera maitatuena gazteen artean, eta erlazio zuzena du ongizate emozional eta sozialarekin. Azken finean, esperientzia musikal partekatuar pertsonak bildu eta elkar lotzen ditu".

**Giza harremanekiko erlazioa**

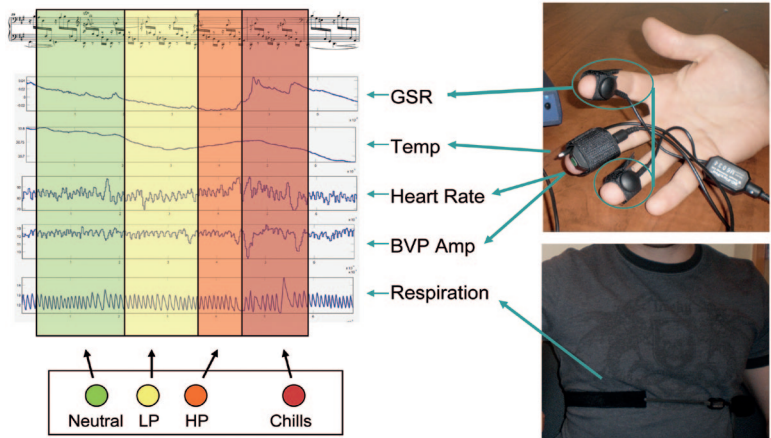
Hori guztia aintzat hartuta, García-Rodríguezek erabaki zuen ikertzea ea badagoen erlaziorik mu-

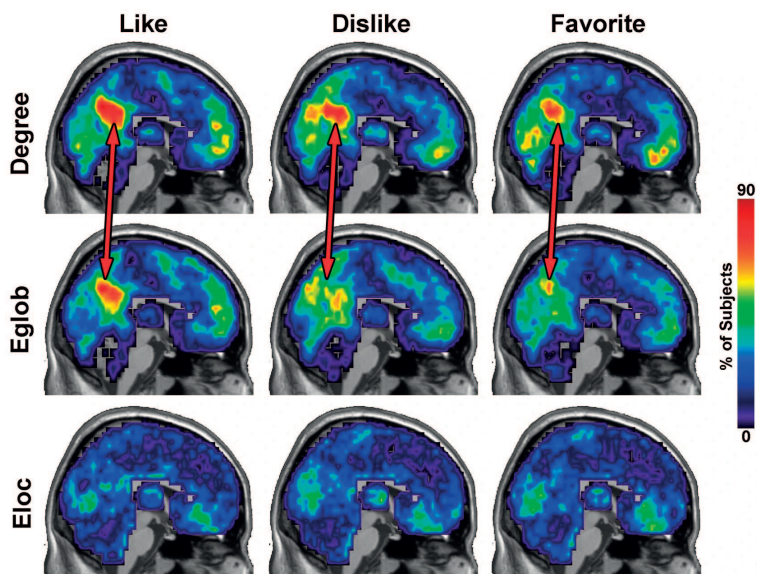
sikak sortzen duen gozamenaren eta giza harremanek ematen dutenaren artean. Horren barruan, jakin nahi zuen anhedonia musikala dutenek besteek bezainbeste gozatzen ote duten giza harremanekin ala ez, eta alderantziz.

Bigarren hezkuntzako ikasleak aztertu zituen, eta datuak sexuaren eta adinaren arabera bereizi zituen. Argitu du emaitzetan ez zela nabari adinaren eragina; bai, ordea, generoarena: "Anhedonia sozialaren maila handiagoa da mutiletan nesketan baino".

Musikari dagokionez, frogatu zuen erlazio zuzena dagoela neurtu zituen bi parametroen artean: atsegina eta kitzikapena. "Musikaren eragina neurtzeko, emozioen eredu dimentsionalean oinarritu ginen; zehazki, Rusellen ereduan. Haren arabera, estimulu batek eragindako emozioa bi aldagai neurofisiologikoren arabera da: estimulua zenbateraino den atsegina (-4tik 4ra, arbuigarria izatetik plazer handia sortzera), eta kitzikapena (ezer ez eragitetik guztiz aktibatzerara)".

Anhedonia musikala duten pertsonak, musika entzutean, ez dute erreakzio fisiologikorik: larruazalaren eroankortasun elektrikoa ez da aldatzen, ezta bihotz-taupaden maiztasuna ere. ARG.: Salimpoor, V. N., Benovoy, M., Longo, G., Cooperstock, J. R., & Zatorre, R. J. (2009), CC BY 4.0.





Erresonantzia magnetiko funtzionalaren bidez, ikertzaileek jakin dezakete zenbateraino den atsegina musika-pieza jakin bat entzulearentzat. ARG.: Wilkins, R., Hodges, D., Laurienti, P. *et al.*

Sei oinarrizko emozio sorrarazten dituzten piezak entzunarazi zizkieten: poza, nazka, haserre, beldurra, harridura eta tristezia.” Parte-hartzaileek bi dimentsio horiek baloratu behar zituzten, eta ikusi genuen bien artean erlazio zuzena dagoela. Adibidez, beldurra eta nazka eragiten duten musikak kitzikapen handia sortzen dute, eta negatiboki baloratzen dira; pozak eta tristurak, berriz, kitzikapenaren eskalan puntuazio txikia dute, baina atsegintzat jotzen dira”.

Alabaina, zenbait ikasleren balorazioetan ez zen erlazio hori agertzen: “Adibidez, musika beldurgarriaren edo nazkagarriaren atsegina-erkalan, puntuazioa ez zen negatiboa, zero baizik. Ez da musika gorroto dutela edo desatsegina iruditzen zaiela, baizik eta ez diela ezer esaten, ez hotzik ez berorik”. Hau da, anhedonia musikala zuten. Eta justu ikasle horiek ziren giza harremanak atsegina ez dituztenak. “Hori da, hain zuzen ere, [gure ikerketaren emaitzarik aipagarriena](#): anhedonia soziala eta musikala erlazioatuta daudela”.

Horrekin batera, beste ikerketa batzuetan ere identifikatu izan den paradoxa bat detektatu zuten: “Aitortzen zuten tristetzat jotzen zuten musikak

plazera eragiten ziela. Hau da, tristea izanagatik, ez zuten desatsegintzat hartzen, alderantziz baizik. Hori paradoxikoa da, bizitzako beste alderdi edo gertakari tristeak ez baitzaizkigu gozagarriak iruditzen; musikarekin ez da hori gertatzen”.

## “Anhedonia musikala eta soziala erlazioatuta daudela frogatu dute”

Emaitza horiek erabilgarriak izan daitezke musikaterapiaren. García-Rodríguez guztiz bat dator Martínez-Molinarekin: alferrik da musika-terapiara bideratzea anhedonia musikala duen paziente bat; “horregatik, komenigarria litzateke aurrez begiratzea”. Biek ere ikerketekin jarraitzeko asmoa dute, are gehiago sakontzeko anhedonia musikalaren barrunbeetan. ●