

6/2/2025

ELECTRÓNICA AMBIENTAL
RESONANCIA SIDERAL

MIREN

ÍNDICE

ABSTRACT	3
INTRODUCCIÓN	3
PAISAJE ELECTRÓNICO	4
ATMÓSFERA INTROSPECTIVA	6
FRECUENCIAS MODULADORAS	8
EXPERIENCIA MÍSTICA	10
CONCLUSIÓN	12
BIBLIOGRAFÍA	13

ABSTRACT

El presente estudio analiza el imaginario sonoro de la película *Soul* (2022) desde una perspectiva interdisciplinaria que abarca enfoques estéticos, psicológicos, neurocientíficos y filosóficos. A través del análisis de elementos sonoros y narrativos, se examina cómo desde la música ambiental electrónica hasta el mensaje esencial de la película, configuran una representación simbólica de la relación entre lo humano y su experiencia mística. Este estudio busca demostrar como el diseño sonoro acompaña a la película en el planteamiento de varias reflexiones sobre la sociedad moderna, la creatividad, la meditación y el desarrollo espiritual, culminando con una crítica a la obsesiva preocupación por encontrar el propósito de vida.

Palabras clave: imaginario sonoro, música electrónica, musicoterapia, meditación, frecuencias, espiritualidad.

INTRODUCCIÓN

En un universo atemporal donde las almas flotan entre la luz y la oscuridad, un sonido nos conduce al inicio de un viaje que trasciende los límites de la vida y la muerte, guiándonos hacia una reflexión profunda sobre la esencia de la existencia, la creatividad y el propósito que nos define. Se abre el telón y aparece entonces la apertura de *Soul*.

Trent Reznor y Atticus Ross son un dúo de compositores conocido por sus colaboraciones en bandas sonoras de películas dirigidas por David Fincher. Su primera colaboración fue en *The Social Network* (2010), donde su innovador enfoque musical les valió el Premio de la Academia a la Mejor Banda Sonora Original. Posteriormente, trabajaron juntos en *The Girl with the Dragon Tattoo* (2011) y *Gone Girl* (2014), consolidando su reputación en la creación de atmósferas sonoras únicas que complementan y realzan la narrativa cinematográfica. Su estilo distintivo, que fusiona elementos electrónicos y ambientales con intención de conducir al espectador hacia una inmersión sensorial, ha sido fundamental para definir el tono y la profundidad emocional de las películas en las que han participado. En 2021, Reznor y Ross, junto con Jon Batiste, recibieron el Premio de la Academia a la Mejor Banda Sonora Original por su trabajo en *Soul*, la película que se analizará en este estudio. La banda sonora de *Soul* marca un punto de inflexión en la filmografía de Pixar al incorporar una dualidad musical que refuerza la estructura narrativa de la película. Mientras el jazz representa la vida terrenal y la pasión del protagonista, la música ambiental electrónica encapsula la dimensión trascendental de la historia.

A lo largo de la historia del cine, diversos estudios han analizado la relación entre la música y la expresión emocional, así como su capacidad para influir en la percepción del espectador. Teóricos como Michel Chion (1994) han abordado el sonido en el cine como un elemento estructural que transforma la imagen y construye significado, mientras que Leonard Meyer (1956) ha explorado la conexión entre la música y la respuesta emocional. Además, enfoques filosóficos como los de Merleau-Ponty (1945) han resaltado el papel de la percepción sensorial en la experiencia estética, lo que resulta crucial para comprender la dimensión inmersiva del sonido en *Soul*. La banda sonora, compuesta por Trent Reznor y Atticus Ross, introduce una dimensión sonora que trasciende lo meramente musical, convirtiéndose en un lenguaje sensorial que guía la exploración filosófica y emocional de la película.

Su música ambiental electrónica desempeña un papel esencial en la construcción del imaginario de la película, especialmente en la representación de conceptos abstractos como la existencia, el propósito y la espiritualidad. Este artículo abordará ese imaginario desde una perspectiva interdisciplinaria, explorando su impacto en la estética cinematográfica, la percepción psicológica, los fundamentos neurocientíficos y su dimensión trascendental.

Finalmente, *Soul* nos enfrenta a una pregunta ineludible: Si la vida es un conjunto de notas en una sinfonía cósmica, ¿qué melodía sigue sonando cuando el último acorde se desvanece?

PAISAJE ELECTRÓNICO

El Más Allá

El recurso sonoro ambiental que se analizará aparece por primera vez cuando el protagonista, Joe Gardner, cae distraído por un agujero en medio de la calle y despierta en *El Más Allá* (*The Great Beyond*). Este espacio irreal representa el tránsito final de las almas que han completado su ciclo de vida en la Tierra, disolviéndose en una forma cósmica. Visualmente, está marcado por tonos suaves y formas difusas, lo que refuerza la idea de la disolución de la identidad y el reposo absoluto. Su estética puede relacionarse con la teoría de John Cage (1961), quien argumentaba que la música no estructurada, el silencio y los sonidos dispersos reflejan la liberación de las formas y la aceptación de lo intangible. En esta secuencia, la música ambiental es minimalista, compuesta por frecuencias largas y sostenidas que sugieren una calma trascendental, reforzando la sensación de eternidad.

La música extradiegética en *The Great Beyond* amplifica esta sensación de suspensión temporal y desapego. Walter Murch (2001), en *In the Blink of an Eye*, sostiene que el sonido tiene la capacidad de alterar la percepción del tiempo, un principio que se observa en la música de esta escena. Un recurso similar se encuentra en *2001: A Space Odyssey* (1968) de Stanley Kubrick, donde el uso del silencio y la música clásica minimalista enfatiza la inmensidad del espacio exterior, generando una atmósfera de infinitud y trascendencia. Asimismo, *The Tree of Life* (2011) de Terrence Malick emplea un diseño sonoro etéreo para representar la transición entre la vida y la muerte. En ambas películas, el sonido no solo acompaña la imagen, sino que la trasciende, generando una experiencia inmersiva que envuelve al espectador en una atmósfera de contemplación y espiritualidad.



Soul (2020). *The Great Beyond*.

El Portal

Atrapado en este espacio incierto, Joe, dominado por el terror, huye precipitadamente hasta lanzarse al vacío, atravesando un portal conformado por luces geométricas en blanco y negro. La estética visual y auditiva de este portal guarda paralelismos con los túneles dimensionales de *2001: A Space Odyssey* (1968) y *Interstellar* (2014), que representan transiciones existenciales y cósmicas hacia un entendimiento más abstracto y trascendental del universo. En *2001*, el "Star Gate" presenta formas caleidoscópicas que sugieren una evolución superior de la humanidad, mientras que en *Interstellar*, el agujero negro y el "tesseracto" visualizan la distorsión del espacio-tiempo (Chion, 1994).

Sonoramente, las tres películas emplean estrategias similares para evocar una transformación metafísica. *Soul* utiliza música ambiental electrónica con pulsaciones etéreas para representar la desmaterialización (Cage, 1961). *2001* recurre a *Also Sprach Zarathustra* y sonidos atonales para enfatizar la trascendencia (Deleuze, 2004). *Interstellar* adopta un órgano de tonos graves, que sugiere la vastedad del cosmos y la insignificancia humana frente al infinito (Zimmer, 2014). Así, estos portales, más allá de su función narrativa, funcionan como símbolos de transición dimensional: en *Soul*, representan el paso de la muerte a la vida; en *2001*, la evolución de la conciencia; y en *Interstellar*, la expansión del conocimiento a través del espacio-tiempo.



Soul (2020). El portal.

El Más Atrás

Tras cruzar el portal, Joe cae en un mundo vibrante de formas y colores, *El Más Atrás* (*The Great Before*). Este plano cósmico simboliza el estado previo al nacimiento, donde las almas jóvenes adquieren sus características, intereses y personalidades antes de encarnar en la Tierra. Visualmente, se distingue por tonos brillantes y estructuras geométricas dinámicas que evocan el potencial infinito y la creatividad en estado puro.

Este concepto puede vincularse con la teoría de Arnold Schoenberg (1984), quien sostenía que la música atonal, al no adherirse a estructuras rígidas, permite una expansión constante, semejante a las almas en *The Great Before*, aún sin una identidad fija y en proceso de formación. Aquí, el sonido ambiental no es solo un fondo sonoro, sino un elemento que moldea la percepción del espectador. Michel Chion (1994), en *La Audiovisión*, afirma que el sonido en el cine tiene el poder de transformar la percepción del espacio, y en *Soul*, la música etérea contribuye a la sensación de exploración y desarrollo personal. Las frecuencias suaves y los sonidos envolventes refuerzan la idea de un universo en gestación, donde las posibilidades aún están abiertas.

Películas como *Avatar* (2009) de James Cameron también emplean música ambiental para construir paisajes sonoros que evocan una experiencia sensorial de descubrimiento. En *Avatar*, la composición musical y el diseño sonoro de Pandora transmiten una conexión con la naturaleza y la evolución, de forma similar a como *The Great Before* sugiere el despertar de las almas en un estado de preparación para la vida.



Soul (2020). *The Great Before*.

ATMÓSFERA INTROSPECTIVA

Percepción emocional

La música desempeña un papel fundamental en la creación de la atmósfera emocional de *Soul*, actuando como un catalizador de las emociones y facilitando la conexión del espectador con los estados internos de los personajes. Como argumenta Leonard Meyer (1956), la música puede generar una respuesta emocional inmediata a través de su estructura, armonía y ritmo, influyendo en la percepción del oyente. En *Soul*, la música ambiental electrónica, con su cualidad etérea y disonante, contribuye a la creación de un ambiente sonoro que enfatiza la conexión mística entre las almas y el cosmos. Especialmente en *The Great Before*, la música evoca una sensación de desmaterialización y vacío, transmitiendo una ausencia emocional clave para el mensaje filosófico de la película sobre la vida, la muerte y la transición.

El uso de sonidos electrónicos dispersos y flotantes refuerza una percepción de alienación y desorientación, reflejando el estado de Joe Gardner al encontrarse atrapado en un espacio ajeno a la vida humana. En este sentido, la obra de Merleau-Ponty (1945) sobre la percepción sensorial ayuda a comprender cómo la música en *Soul* construye una experiencia corporal y emocional que sumerge al espectador en la sensación de vacío y la distorsión temporal de estos planos cósmicos.

De manera similar, *Inside Out* (2015), que comparte director con *Soul*, emplea la música para reflejar y amplificar los estados emocionales internos de su protagonista, Riley. Así como en *Soul* la música ambiental refleja un estado de desconexión emocional y transición existencial, en *Inside Out* la música subraya la fluctuación emocional de Riley a medida que navega por sus sentimientos de tristeza, alegría y confusión. En ambas películas, la creación sonora permite que los personajes expresen estados emocionales complejos y que el espectador empatice con su viaje interior. En este sentido, tanto *Soul* como *Inside Out* utilizan la música como un recurso para el reconocimiento y validación de las emociones, fomentando la autoexploración y el entendimiento emocional, en línea con la teoría de las emociones de Russell (2003) y los enfoques de musicoterapia aplicados al autoconocimiento.

Música introspectiva

Los estudios de Julian C. McKinney (1987) en el campo de la musicoterapia sugieren que la música puede modificar la conciencia y facilitar el acceso a estados emocionales profundos, lo que ayuda a explicar por qué las secuencias de introspección en *Soul* resultan tan impactantes y significativas. En la película, la música electrónica ambiental genera una sensación de distorsión temporal y espacial, similar a las prácticas de relajación profunda utilizadas en musicoterapia para inducir estados de autoexploración.

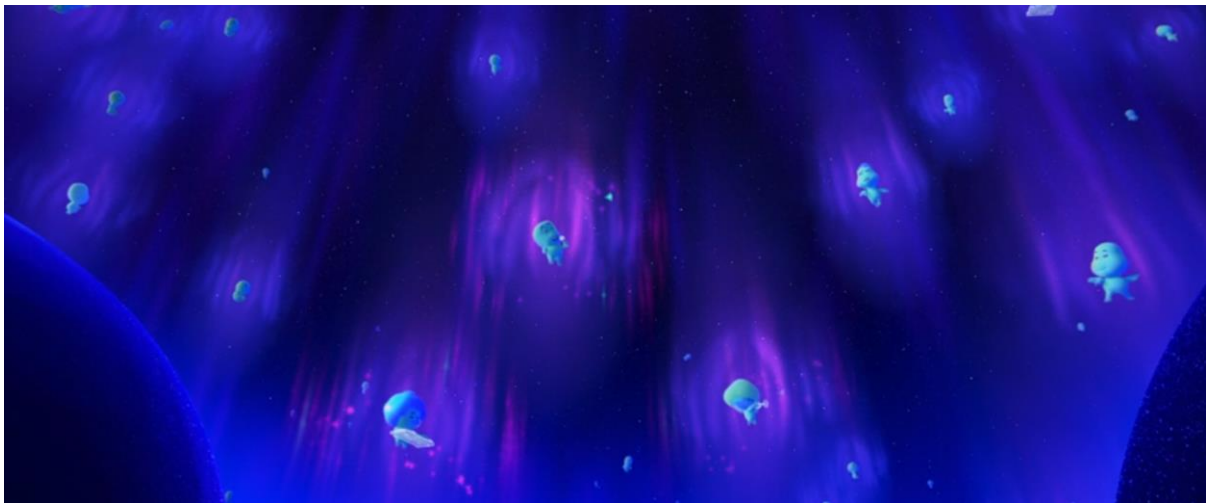
Por ejemplo, cuando Joe se encuentra perdido en *The Great Before*, la música y los sonidos electrónicos envolventes lo guían hacia una experiencia de conexión interna, permitiéndole reflexionar sobre su vida y su propósito. Este proceso es comparable a las intervenciones de musicoterapia diseñadas para aumentar la conciencia corporal y emocional, facilitando que los individuos exploren sus propios pensamientos y sentimientos. Levitin (2006) y Merleau-Ponty (1945) han señalado que la música puede enfocar la atención y guiar la introspección, elementos esenciales en la película, particularmente en los momentos de reflexión de los personajes. Según McKinney (1987), la música induce estados de autoexploración y facilita la concentración, un fenómeno que en *Soul* se traduce en la manera en que la música ambiental electrónica enmarca los procesos de pensamiento y redescubrimiento de Joe. Además, la música en la película no solo funciona como un recurso narrativo, sino que también permite a los personajes acceder a su mundo interior, promoviendo el autodescubrimiento y el cuestionamiento del propósito de vida. Este enfoque coincide con los estudios de Storr (1992), quien argumenta que la música es un canal privilegiado para la introspección emocional y cognitiva.

Construcción identitaria

En *Soul*, la música ambiental electrónica juega un papel clave en la construcción de la identidad y la creatividad de los personajes, especialmente en el caso de Joe Gardner. La música actúa como un medio de exploración creativa, facilitando la autoexpresión y la conexión con la esencia interior del personaje. Meyer (1956) sostiene que la música no solo transmite emociones, sino que también actúa como un catalizador creativo, permitiendo que los individuos se conecten con su fuente más profunda de inspiración. En la película, la música electrónica fluida y etérea simboliza la naturaleza intangible y en constante evolución del proceso creativo, ayudando a Joe a superar su crisis artística y redefinir su relación con la música.

Como señala Levitin (2006), la música activa regiones cerebrales relacionadas con la creatividad y la resolución de problemas. En *The Great Before*, el sonido ambiental genera un espacio sonoro propicio para la creatividad, en el que las ideas pueden fluir sin las restricciones impuestas por la vida cotidiana. Este ambiente contribuye a que los personajes experimenten el *estado de flujo*, una experiencia de absorción total en la que pensamiento y acción se combinan armónicamente, concepto ampliamente desarrollado por Csikszentmihalyi (1996) en su estudio sobre la psicología de la creatividad.

Este estado de inmersión profunda, en el que la identidad individual parece disolverse en el acto creativo, resuena con la noción de "éxtasis musical" explorada por Friedrich Nietzsche (1872) en *El nacimiento de la tragedia*, donde describe la música como un portal hacia lo dionisíaco, lo irracional y lo trascendente. En *Soul*, la música no solo impulsa la narrativa, sino que también funciona como un símbolo de la búsqueda del sentido de la vida y la conexión con lo inefable.



Soul (2020). Éxtasis creativo.

FRECUENCIAS MODULADORAS

Estado de *flow*

En *Soul*, la música ambiental electrónica funciona como un recurso estilístico y narrativo para evocar estados alterados de conciencia como el *flow*, el trance y la meditación. El estado de *flow*, descrito por Csikszentmihalyi (1990) como una inmersión total en una actividad donde la percepción del tiempo y del yo se desdibujan, encuentra su representación visual y sonora en momentos clave de la película, como la interpretación de Joe Gardner al piano. A medida que se sumerge en la música, el entorno tangible se disuelve, dando paso a un espacio etéreo de tonalidades azuladas. El uso de sonido ambiental flotante, sintetizadores suaves y estructuras rítmicas difusas refuerza la sensación de abstracción y trascendencia, traduciendo cinematográficamente la experiencia del flujo: un estado en el que la identidad del individuo se disuelve momentáneamente en la actividad creativa.

Otro momento significativo ocurre cuando Joe, atrapado en el plano astral, recurre a la meditación para regresar a su cuerpo en el hospital. En esta escena, la música se reduce a texturas minimalistas y frecuencias sostenidas, evocando un espacio de introspección profunda. La ausencia de melodía y el uso de pads atmosféricos generan una sensación de suspensión y concentración mental, reflejando cómo la meditación, a través del enfoque en la respiración y la repetición de sonidos, puede inducir una disociación del mundo externo. Aquí, *Soul* traduce audiovisualmente el proceso de inmersión meditativa, de manera similar a cómo *Enter the Void* (2009) de Gaspar Noé emplea drones sonoros y sintetizadores prolongados para representar experiencias extracorporales y transiciones entre estados de conciencia.

Más ampliamente, en *The Great Before* y *The Great Beyond*, la combinación de sintetizadores suaves, pads ambientales y progresiones armónicas abiertas construye una atmósfera de contemplación y desmaterialización, evocando un estado meditativo. Al igual que en la meditación, donde la repetición y la cadencia de la respiración inducen relajación y desapego de lo terrenal, la música en estos planos funciona como un reflejo de la introspección. En este sentido, la película emplea la música para traducir en términos audiovisuales lo que Walsh & Shapiro (2006) denominan “estados de conciencia expandidos”, en los que la percepción del tiempo y la identidad se diluyen.

Frecuencias relajantes

Desde un enfoque neurocientífico, la música en *Soul* puede vincularse con la activación de ondas cerebrales alfa y theta, frecuencias asociadas con la relajación profunda, la concentración y los estados meditativos. A través de la música ambiental electrónica, caracterizada por tonos suaves, disonancias sutiles y estructuras envolventes, la película aprovecha el potencial de las frecuencias para inducir una sensación de calma y reflexión. En *The Great Before* y *The Great Beyond*, la organización rítmica de la música favorece la relajación cerebral y refuerza el proceso introspectivo del protagonista.

Este efecto puede relacionarse con la teoría del *brainwave entrainment*, que sugiere que la exposición a ciertos patrones sonoros puede sincronizar la actividad neuronal con las frecuencias de estímulos externos, facilitando estados alterados de conciencia (Terry, 2021). Will & Berg (2007) sostienen que el uso de notas sostenidas y ritmos repetitivos en la música puede inducir un estado de sincronización cerebral, promoviendo la meditación y la inmersión sensorial. En *Soul*, este principio se manifiesta en la forma en que los sonidos ambientales electrónicos envuelven al espectador, generando una atmósfera de contemplación que refuerza la conexión emocional y cognitiva con la narrativa.

Sincronización Armónica

Si bien la película no busca aplicar literalmente la teoría del *brainwave entrainment*, sí la simboliza a través de su tratamiento musical y narrativo. La idea de que la mente puede sincronizarse con ciertos ritmos externos se convierte en una metáfora de la conexión entre los personajes y lo inefable. Joe Gardner alcanza su mayor claridad emocional en los momentos en que la música y su conciencia parecen alinearse, como cuando entra en *la zona* mientras toca el piano. Esta sincronización entre su estado mental y el sonido sugiere una armonización entre el yo y el entorno, evocando la noción de resonancia cerebral en la teoría del *brainwave entrainment*.

A nivel cinematográfico, esta representación metafórica de la sincronización entre mente y sonido encuentra paralelos en películas como *Her* (2013), donde la música minimalista de Arcade Fire refuerza el proceso de conexión emocional del protagonista con la inteligencia artificial, o *Arrival* (2016), donde la banda sonora de Jóhann Jóhannsson emplea texturas vocales y loops sonoros para representar una percepción no lineal del tiempo. En estos ejemplos, la música traduce sensorialmente experiencias subjetivas y estados de conciencia alterados, del mismo modo que en *Soul* facilita la inmersión del espectador en los procesos internos de los personajes.



Soul (2020). Joe meditando.

EXPERIENCIA MÍSTICA

Misticismos

La dimensión mística del sonido en *Soul* se manifiesta de manera explícita en la experiencia del protagonista, Joe Gardner. A lo largo de la película, Joe atraviesa diversos estados de conciencia alterados, siendo el más significativo su entrada en *la zona*, un estado de *flow* donde el tiempo y el espacio se disuelven mientras toca el piano con profunda concentración. En esta escena, la música se convierte en un portal de trascendencia, evocando lo que William James (1902) describe como una experiencia mística: una percepción intensificada de la realidad que trasciende lo racional y lo cotidiano. Este misticismo se acentúa en la secuencia en la que Joe, a través de la meditación y la introspección, logra regresar a su cuerpo en el hospital. En este momento, el sonido ambiental se disuelve en una resonancia expansiva, reflejando su viaje espiritual de autodescubrimiento.

El misticismo en *Soul* también se refuerza a través de la dicotomía sonora entre la Tierra y los planos espirituales. Mientras que el mundo físico está representado por el jazz dinámico y rítmico, el universo espiritual se construye a partir de sonidos electrónicos flotantes y estructuras armónicas abiertas, evocando un estado de conciencia expandida. Esta separación entre lo material y lo inmaterial se vincula con la noción de lo sagrado y lo profano en la fenomenología de Mircea Eliade (1957), donde el sonido actúa como un umbral entre ambos planos.

El propósito

Uno de los temas centrales de *Soul* es la crítica al paradigma moderno del propósito de vida. La película cuestiona la obsesión contemporánea por definir la existencia en función de un objetivo único y trascendental, desafiando la idea de que la vida solo adquiere valor si está guiada por una meta clara. Joe Gardner encarna esta lucha interna entre la búsqueda obsesiva de su propósito y la posibilidad de encontrar significado en la experiencia misma. Su transformación se alinea con las ideas de Jon Kabat-Zinn (1990), quien argumenta que la meditación y el *mindfulness* permiten liberarse de la angustia de la autorrealización forzada, promoviendo una relación más fluida con la vida.

Esta idea se refuerza en la película a través de su diseño sonoro: mientras el jazz simboliza la búsqueda de la identidad a través de la pasión, la música ambiental de *The Great Before* y *The Great Beyond* sugiere un estado de aceptación y rendición ante la inmensidad de la existencia. Desde una perspectiva trascendental, la película plantea que la vida no necesita un propósito predeterminado para ser significativa. Esta noción se materializa en la escena final, cuando Joe toca el piano y se sumerge en sus recuerdos más simples: el viento en los árboles, la luz del sol en la calle, el placer de la música. En este momento, la banda sonora se despoja de su estructura rítmica definida y se convierte en una secuencia de sonidos etéreos, reflejando su rendición ante la belleza del presente. Esta escena conecta con la visión de Alan Watts (1972), quien defendía que la vida no es un problema por resolver, sino un juego que se experimenta en cada instante.

Escala Solfeggio

La música ambiental en *Soul* no solo refuerza su dimensión espiritual, sino que también actúa como un reflejo del proceso de sanación y aceptación de Joe Gardner. Su viaje, que comienza con una obsesión por encontrar un propósito grandioso, evoluciona hacia una apreciación plena de la vida en su cotidianidad. La música ambiental electrónica en *The Great Before* y *The Great Beyond*, con sus armonías expansivas y su carácter envolvente, funciona metafóricamente como un canal de purificación y renacimiento, guiando tanto a Joe como al espectador hacia una comprensión más profunda de la existencia.

En este sentido, la relación entre la música de *Soul* y el concepto de sanación a través del sonido encuentra un paralelismo con la teoría de las frecuencias Solfeggio, que sugiere que ciertas vibraciones pueden influir en la conciencia y el bienestar emocional. Se ha propuesto que frecuencias como los 528 Hz, asociados con la transformación y la sanación, y los 963 Hz, vinculados con la conexión espiritual, favorecen la introspección y la expansión de la conciencia (Horowitz, 1998). En particular, la frecuencia de 528 Hz, conocida como la “frecuencia del amor”, simboliza la sanación interna que experimenta Joe al comprender que la vida no se define por un único propósito, sino por la riqueza de las experiencias diarias. Asimismo, los 396 Hz, asociados con la liberación del miedo y la culpa, resuenan con el momento en que Joe deja de lado su ansiedad por alcanzar la grandeza y aprende a fluir con el presente.

Al igual que las frecuencias Solfeggio buscan armonizar la mente y el cuerpo a través de vibraciones específicas, la música en *Soul* armoniza la narrativa con su dimensión metafísica, convirtiéndose en el medio a través del cual la película expresa su mensaje trascendental.



Soul (2020). El barco que rescata almas perdidas tripulado por los místicos.

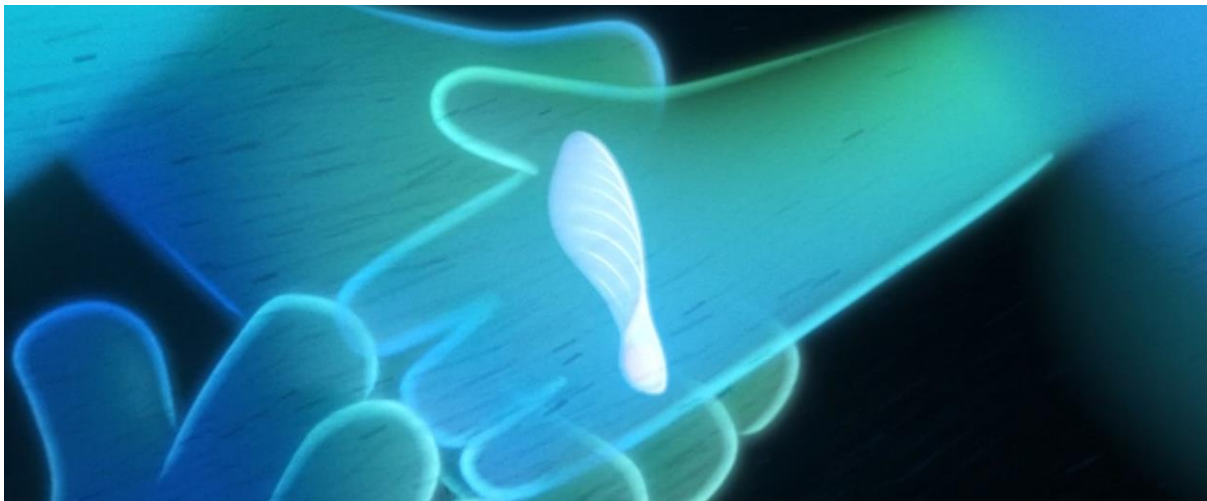
CONCLUSIÓN

El diseño sonoro de *Soul* emplea la música ambiental electrónica para construir un espacio sensorial donde lo visual y lo auditivo se funden en un todo inmersivo. La distinción entre *The Great Before* y *The Great Beyond* se refuerza a través de texturas sonoras que evocan la liviandad de lo etéreo y la vastedad de lo desconocido, creando un imaginario musical que trasciende la realidad tangible. En este sentido, la película demuestra cómo la estética sonora es capaz de moldear nuestra percepción del espacio y del tránsito existencial, convirtiendo el sonido en un vehículo para lo inefable.

La banda sonora de *Soul* se convierte en un reflejo emocional de los personajes. Desde la alegría de la creatividad hasta la angustia de la incertidumbre, la música actúa como un puente entre el espectador y la psique de los protagonistas. Su influencia en la atención, la introspección y la identidad evidencia el poder del sonido para estimular procesos cognitivos y emocionales, destacando su papel en la construcción de la experiencia humana y la evolución de los personajes dentro de la narrativa.

Más allá de su función estética y narrativa, la música en *Soul* representa, de manera metafórica, la influencia de los sonidos y ritmos en los estados de conciencia. A través de su ambientación sonora, la película evoca conceptos como el flujo, la meditación y el *brainwave entrainment*, sugiriendo que el sonido puede modificar nuestra percepción del tiempo y la realidad. La escena en la que Joe Gardner entra en un estado meditativo para regresar a su cuerpo ejemplifica cómo la música facilita la transición entre distintos niveles de conciencia, reforzando la conexión entre mente, sonido y transformación personal.

El sonido en *Soul* se erige como un puente hacia lo trascendental, guiando a los personajes y espectadores en una reflexión sobre la vida, la muerte y el propósito. A través de su imaginario sonoro, la película critica la obsesión por encontrar un destino único y reivindica la importancia de la experiencia presente. La relación entre la música y la espiritualidad se manifiesta en su capacidad de evocar lo místico, actuando como un eco de lo infinito. En este sentido, la escala Solfeggio y sus frecuencias de sanación resuenan con el propio viaje de Joe, cuyo aprendizaje final es una melodía de aceptación y conexión con el flujo de la vida.



Soul (2020). La esencia de los pequeños detalles vividos con atención plena.

BIBLIOGRAFÍA

- 2001: A Space Odyssey. (1968). Dir. Stanley Kubrick. Metro-Goldwyn-Mayer.
- Avatar. (2009). Dir. James Cameron. 20th Century Fox.
- Cage, J. (1961). *Silence: Lectures and writings*. Wesleyan University Press.
- Chion, M. (1994). *La audiovisión: Introducción a los estudios sobre el cine y el sonido*. Cátedra.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Flow: The psychology of optimal experience*. HarperCollins.
- Docter, P. (Director). (2015). *Inside Out* [Película]. Pixar Animation Studios.
- Docter, P., & Powers, K. (Directores). (2020). *Soul* [Película]. Pixar Animation Studios.
- Eliade, M. (1957). *The sacred and the profane: The nature of religion*. Harcourt.
- Gardner, H. (1993). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
- Horowitz, L. G. (1998). *Healing codes for the biological apocalypse*. Tetrahedron, Inc.
- Interstellar*. (2014). Dir. Christopher Nolan. Warner Bros. Pictures.
- James, W. (1902). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. Longmans, Green & Co.
- Jonze, S. (Director). (2013). *Her* [Película]. Annapurna Pictures.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. Delacorte Press.
- Levitin, D. J. (2006). *This is your brain on music: The science of a human obsession*. Dutton.
- McKinney, J. C. (1987). *Music therapy: A science of sound*. Music Therapy Publications.
- Meyer, L. B. (1956). *Emotion and meaning in music*. University of Chicago Press.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Fenomenología de la percepción*. Gallimard.
- Murch, W. (2001). *In the blink of an eye: A perspective on film editing*. Silman-James Press.
- Noé, G. (Director). (2009). *Enter the void* [Película]. Fidélité Films.
- Nolan, C. (Director). (2014). *Interstellar* [Película]. Warner Bros. Pictures. Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological Review*, 110(1), 145–172.
- Schoenberg, A. (1984). *Style and idea: Selected writings of Arnold Schoenberg*. University of California Press.
- Storr, A. (1992). *Music and the mind*. HarperCollins.

Terry, J. (2021). Brainwave entrainment: The science behind sound-induced altered states of consciousness. *Neuropsychology Review*, 31(2), 145–162.

Walsh, R., & Shapiro, S. L. (2006). The meeting of meditative disciplines and Western psychology: A mutually enriching dialogue. *American Psychologist*, 61(3), 227–239.

Watts, A. (1951). *The wisdom of insecurity: A message for an age of anxiety*. Vintage Books.

Will, U., & Berg, E. (2007). Brain wave synchronization and entrainment to periodic acoustic stimuli. *Neuroscience Letters*, 424(1), 55–60.

Zimmer, H. (2014). *Interstellar: Original motion picture soundtrack*. WaterTower Music.

Villeneuve, D. (Director). (2016). *Arrival* [Película]. Paramount Pictures.