

MANUAL PRÁCTICO PARA PRINCIPIANTES

RIMAS

DESDE CERO

30
DÍAS



Aprende a rapear

Ritmo · Rima · Flow · Voz · Freestyle

Marlon Falcón Hernández

Primera edición · Valencia 2026

Índice

1. Qué es el rap
 2. El ritmo: aprender a contar
 3. La rima: el corazón de la letra
 4. El flow: cómo suenan tus palabras
 5. Escribir tu primera letra
 6. Recursos literarios y punchlines
 7. La voz: respiración y dicción
 8. Freestyle: rapear sin papel
 9. Grabar en casa
 10. Escuchar como un rapero
 11. Métrica: contar sílabas
 12. Rima avanzada y banco de rimas
 13. Storytelling: contar historias
 14. Estilos y subgéneros
 15. Estribillos, ganchos y melodía
 16. El directo: escenario y micrófono
 17. Haz tus propios beats
 18. Bloqueo creativo, disciplina y mentalidad
 19. Identidad artística, difusión y derechos
 20. Plan de práctica de 30 días
- Glosario del rapero

Capítulo 1. Qué es el rap

El rap es poesía rítmica dicha sobre un beat. No hace falta afinar como un cantante: hace falta ritmo, palabras con intención y una voz clara.

Un poco de historia

El rap nace en el Bronx (Nueva York) a principios de los años 70. Los DJ alargaban las partes instrumentales de los discos en las fiestas de barrio y los MC (maestros de ceremonias) animaban al público hablando con ritmo. De esas frases para animar surgieron las primeras letras. En los 80 llega a España, con Madrid y luego Barcelona, Sevilla o Zaragoza como focos, y en Latinoamérica crece con escenas propias en México, Argentina, Chile, Colombia o Cuba.

Los cuatro elementos del hip hop

Elemento	Qué es
MC / rap	Rimar con ritmo sobre la música
DJ	Crear y mezclar la base musical
Breaking	El baile del hip hop
Grafiti	El arte visual del movimiento

Este libro se centra en el primero: ser MC.

Lo que necesitas para empezar

- Un cuaderno o una app de notas para escribir.
- Auriculares y acceso a instrumentales (busca "free beat boom bap 90 BPM" en YouTube o plataformas de beats libres).
- 20-30 minutos al día.
- Escuchar mucho rap, con atención a cómo respiran y dónde colocan las palabras.

Ejercicio 1

Escucha tres temas de rap de estilos distintos. Para cada uno anota: de qué habla, qué frase te llamó la atención y si la voz va rápida, lenta o variada.

Capítulo 2. El ritmo: aprender a contar

Si no sabes dónde estás dentro del beat, ninguna rima te salvará. Casi todo el rap va en compás de 4/4: cuatro tiempos por compás, y cada compás es una **barra**.

Cómo escuchar el beat

- **Bombo (kick):** el golpe grave. Suele caer en los tiempos 1 y 3.
- **Caja (snare):** el golpe seco. Cae en los tiempos 2 y 4. Es tu referencia principal.
- **Hi-hat:** el tic-tic constante que marca las subdivisiones.

Cuenta en voz alta: "UNO, dos, TRES, cuatro" mientras suena el beat. Da una palmada en cada caja (2 y 4).

El BPM

BPM son los golpes por minuto: la velocidad del beat.

Rango	Estilo típico	Sensación
70-85 BPM	Boom bap lento, lo-fi	Relajado, ideal para empezar
85-95 BPM	Boom bap clásico	El estándar del rap
130-150 BPM	Trap (se siente a mitad: 65-75)	Hi-hats rápidos, flow muy variable

Empieza con beats de 85-90 BPM.

Subdivisiones

Cada tiempo se puede dividir en dos (corcheas: "1-y-2-y-3-y-4-y") o en cuatro (semicorcheas: "1-e-y-a"). Las sílabas de tu letra caen sobre esas subdivisiones. Rapear es, básicamente, decidir en qué casilla va cada sílaba.

Ejercicios

1. **Contar:** pon un beat y cuenta "1-2-3-4" durante 16 barras sin perderte.
2. **Palmas en la caja:** aplaude solo en el 2 y el 4 durante un tema entero.
3. **Sílabas en corcheas:** di "ta-ta-ta-ta-ta-ta-ta-ta" (8 sílabas por barra) encima del beat. Luego prueba 16 sílabas por barra.
4. **Frase en el 1:** di una frase corta que empiece justo en el tiempo 1 de cada barra. Ejemplo: "Hoy me levanto con hambre de más".

Capítulo 3. La rima: el corazón de la letra

Una rima es la repetición de sonidos al final (o dentro) de los versos. En español manda la vocal: entrenar el oído para las vocales es la clave.

Tipos de rima

Tipo	Qué coincide	Ejemplo
Consonante	Vocales y consonantes desde la última vocal tónica	camino / destino
Asonante	Solo las vocales	camino / tranquilo (i-o)
Multisilábica	Varias sílabas seguidas	cuaderno viejo / gobierno lejos (ue-e-o / ie-e-o)
Interna	Rimas dentro del mismo verso	"Si lucho y escucho , aprendo mucho "

La rima asonante es la más usada en el rap en español: suena natural y te da libertad.

El truco de las vocales

Para buscar rimas, quédate con las vocales de las últimas sílabas. "Ventana" → **a-a**. Rima con: mañana, semana, campana, nada, calma, palabra.

Ejemplo de cuatro barras

*Me levanto temprano, la ciudad todavía **duerme** (u-e-e)
tengo un cuaderno en la mano y una idea que **muerde** (u-e-e)
no busco la fama, busco que el ritmo me **llene** (e-e)
cada palabra que escribo es un paso que me **sostiene** (e-e)*

Esquemas de rima

- **AABB**: riman los versos de dos en dos. El más fácil para empezar.
- **ABAB**: riman alternos. Más elaborado.
- **AAAA**: la misma rima en toda la estrofa. Exige vocabulario.

Ejercicios

1. Elige 10 palabras al azar y escribe 5 rimas asonantes para cada una.
2. Escribe 4 barras en AABB sobre lo que hiciste hoy.

3. Busca una rima de dos sílabas (por ejemplo "perdido" → "he vivido", "sin sentido").

Capítulo 4. El flow: cómo suenan tus palabras

El flow es la forma en que colocas las sílabas sobre el beat: velocidad, acentos, pausas y melodía. Dos raperos pueden decir la misma letra y sonar completamente distintos.

Los cuatro mandos del flow

1. **Velocidad:** cuántas sílabas por barra. Lento (8), medio (12-16), rápido (16-24 o más).
2. **Acentos:** qué sílabas golpeas más fuerte. Haz coincidir los acentos con la caja (2 y 4) para sonar sólido.
3. **Silencios:** los huecos son parte del flow. Una pausa antes de una frase fuerte la hace brillar.
4. **Entonación:** subir, bajar o mantener el tono. Un poco de melodía da personalidad.

Patrones básicos

- **En el tiempo (on beat):** las sílabas caen justo en los golpes. Sólido y claro.
- **A contratiempo (off beat):** empiezas en el "y" del tiempo. Suena más fresco y suelto.
- **Tresillos (triplets):** tres sílabas por tiempo, "ta-ta-ta / ta-ta-ta". Muy común en trap.
- **Arrastrado (laid back):** llegas un pelín tarde a cada golpe. Da sensación relajada.

Cambiar de flow

Un buen tema no mantiene el mismo flow los 16 compases. Cambia de patrón cada 4 u 8 barras: acelera en el clímax, frena para la punchline.

Ejercicios

1. Toma 4 barras que ya escribiste y rapéalas de tres formas: lenta, media y rápida.
2. Rapea la misma estrofa empezando en el tiempo 1 y luego empezando en el "y" del 1.
3. Practica tresillos diciendo "chocolate, chocolate, chocolate" sobre un beat de trap.
4. Graba con el móvil y escucha: ¿se entiende cada palabra? ¿vas pegado al beat?

Capítulo 5. Escribir tu primera letra

Una canción de rap típica tiene una estructura fija. Conocerla te quita el miedo a la hoja en blanco.

Estructura estándar

Parte	Duración	Función
Intro	4-8 barras	Presentar el ambiente
Verso 1	16 barras	Plantear el tema
Estribillo	8 barras	La idea central, fácil de recordar
Verso 2	16 barras	Desarrollar o dar un giro
Estribillo	8 barras	Repetición
Verso 3 / puente	8-16 barras	Cierre o cambio de perspectiva
Outro	4-8 barras	Despedida

Paso a paso

1. **Elige un tema concreto.** No "la vida", sino "el primer día en un trabajo que odiaba". Lo concreto engancha.
2. **Haz una lluvia de ideas.** Escribe 20 palabras, imágenes y recuerdos relacionados.
3. **Escribe el estribillo primero.** Es la tesis de la canción. Corto, repetible, con una frase gancho.
4. **Construye los versos.** Cada verso cuenta algo: situación, conflicto, resolución.
5. **Lee en voz alta sobre el beat.** Si una línea no entra, recórtala o reparte sílabas.
6. **Reescribe.** La primera versión casi nunca es la buena.

Ejemplo de estribillo original

*Desde cero, sin padrino ni dinero,
con un lápiz y un cuaderno me hago el camino entero,
cada barra es un ladrillo, cada verso un aguacero,
no prometo ser el mejor, pero sí ser verdadero.*

Ideas de temas para empezar

- Tu barrio y su gente.

- Algo que te costó conseguir.
- Una carta a tu yo de hace 10 años.
- Un día normal contado como una película.
- Lo que te motiva a levantarte.

Ejercicio

Escribe un estribillo de 4 barras y un verso de 16 sobre uno de los temas anteriores. No borres nada: tacha y reescribe al lado para ver tu evolución.

Capítulo 6. Recursos literarios y punchlines

La rima hace que suene bien; los recursos literarios hacen que se recuerde.

Recurso	Qué es	Ejemplo original
Metáfora	Decir que algo ES otra cosa	"Mi cuaderno es un gimnasio, cada hoja una pesa"
Comparación	Usar "como"	"Constante como gotera en noche de tormenta"
Doble sentido	Una palabra con dos significados	"Sigo en la banca... esperando mi turno y mi sueldo"
Hipérbole	Exagerar a propósito	"Escribo tanto que el lápiz pidió vacaciones"
Aliteración	Repetir un sonido consonante	"Rápido, rítmico, rotundo, real"
Anáfora	Repetir el inicio de varios versos	"Por los que..., por los que..., por los que..."
Referencia	Citar historia, cine, deporte	"Paciencia de Penélope tejiendo cada verso"

La punchline

Es la línea de impacto, normalmente al final de un bloque de 4 barras. Fórmula sencilla:

1. **Prepara:** 3 barras que crean una expectativa.
2. **Golpea:** la cuarta barra da un giro, un doble sentido o una imagen fuerte.
3. **Respira:** deja un pequeño silencio antes para que llegue con fuerza.

*Dicen que no llego, que me falta experiencia,
que el rap es para otros, que me sobra la paciencia,
que mejor me dedique a algo con más coherencia...
y aquí estoy, convirtiendo cada "no" en mi licencia.*

Ejercicios

1. Escribe una metáfora y una comparación sobre tu ciudad.
2. Busca tres palabras con doble sentido y construye una barra con cada una.
3. Escribe un bloque de 4 barras que termine en punchline.

Capítulo 7. La voz: respiración y dicción

Una buena letra mal dicha se pierde. La voz del rapero necesita aire, claridad y presencia.

Respiración diafragmática

1. Túmbate boca arriba con un libro sobre el abdomen.
2. Inhala por la nariz 4 segundos: el libro sube, el pecho casi no se mueve.
3. Exhala soltando una "sss" constante durante 8-12 segundos.
4. Repite 5 veces al día. Con el tiempo alarga la exhalación hasta 20 segundos.

Dónde respirar

Marca en tu letra los puntos de respiración con una barra inclinada (/). Lo normal es respirar cada 1 o 2 barras, en los silencios o justo antes del tiempo 1. Nunca te quedes sin aire a mitad de una punchline.

Dicción

- **Trabalenguas a velocidad creciente:** "Tres tristes tigres tragaban trigo en un trigal". Empieza lento, sube el ritmo sin perder claridad.
- **Lápiz en la boca:** lee tu letra con un lápiz entre los dientes durante 2 minutos; al quitarlo, articularás mejor.
- **Consonantes finales:** no te comas las "s" y "d" finales salvo que sea una decisión de estilo.

Proyección y presencia

Rapea desde el pecho, no desde la garganta. Imagina que hablas a alguien que está al fondo de una sala. La actitud se nota en la voz: grábate de pie, no sentado.

Cuidado vocal

- Calienta 5 minutos antes de grabar o actuar (zumbidos, vibración de labios, sirenas suaves).
- Bebe agua a temperatura ambiente.
- Si notas dolor o ronquera que dura más de dos semanas, consulta a un otorrinolaringólogo o logopeda.

Capítulo 8. Freestyle: rapear sin papel

El freestyle es improvisar rimas en directo. No es un don: es un músculo que se entrena con repetición diaria.

Las tres reglas del principiante

1. **No pares.** Si te quedas en blanco, repite la última palabra o di algo simple hasta encontrar el hilo.
2. **Piensa en la palabra final antes.** Mientras dices un verso, ya estás buscando con qué rimará el siguiente.
3. **Usa lo que ves.** Describe el lugar, la gente, la ropa, el momento. El entorno es una fuente infinita.

Escalera de ejercicios

Nivel	Ejercicio	Duración
1	Rimar en voz alta palabras sueltas sin beat (casa → masa, taza, pasa...)	5 min
2	Frases de 2 barras con rima AABB sobre un beat lento	5 min
3	Palabras al azar: alguien (o una app) te dice una palabra cada 4 barras y la metes	10 min
4	Tema fijo: improvisar 16 barras sobre un tema elegido	10 min
5	Objetos: improvisar sobre tres objetos que tengas delante	10 min
6	Batalla de práctica con un amigo, por turnos de 8 barras	15 min

Las batallas

En las batallas (formato de competiciones como las de gallos) se responde al rival. Las claves son:

- **Escuchar** lo que dice el otro y contestar, no soltar rimas preparadas.
- **Rematar** cada turno con la línea más fuerte.
- **Respeto:** el ingenio gana más que el insulto fácil.

Consejo

Haz freestyle en la ducha, caminando o fregando platos. Diez minutos diarios valen más que dos horas el fin de semana.

Capítulo 9. Grabar en casa

Hoy se puede grabar una maqueta decente con poco dinero. Empieza con lo que tengas y mejora poco a poco.

Equipo por niveles (precios aproximados)

Nivel	Equipo	Coste aproximado
Cero	Móvil + auriculares + app de grabación	0 €
Básico	Micrófono USB + auriculares cerrados	60-120 €
Intermedio	Interfaz de audio + micrófono de condensador XLR + filtro antipop	200-350 €

Software (DAW)

- **Gratis:** Audacity, GarageBand (Mac/iPhone), BandLab (web y móvil), Cakewalk (Windows).
- **De pago:** FL Studio, Ableton Live, Logic Pro, Reaper (licencia barata).

Acondicionar el cuarto

El eco es el mayor enemigo. Graba dentro de un armario con ropa, rodeado de mantas o con un colchón detrás. Cuanto más "muerto" suene el cuarto, mejor.

Proceso de grabación

1. Importa el beat en el DAW y ajusta el BPM del proyecto.

2. Coloca el micrófono a un palmo de la boca, con filtro antipop.
3. Ajusta el volumen de entrada: que en los gritos no llegue al rojo (picos sobre -6 dB).
4. Graba la voz principal por bloques de 4 u 8 barras.
5. Graba "dobles" y "adlibs" (refuerzos de palabras clave y exclamaciones) en pistas aparte.
6. Aplica lo básico: ecualizador (quitar graves por debajo de 80-100 Hz), compresor y un poco de reverb.

Publicar

Cuando tengas tu primer tema, súbelo a SoundCloud, YouTube o plataformas de streaming a través de un distribuidor. Usa beats con licencia o gratuitos que permitan su uso, y respeta las condiciones del productor.

Capítulo 10. Escuchar como un rapero

Los mejores raperos son, antes que nada, grandes oyentes. Escuchar con atención activa acelera tu aprendizaje más que cualquier otro ejercicio.

Escucha pasiva frente a escucha activa

La escucha pasiva es poner música de fondo. La escucha activa es detener el tema, rebobinar y preguntarte por qué una barra funciona. Dedicar al menos 15 minutos al día a escuchar con un cuaderno al lado.

Ficha de análisis

Usa esta ficha con cada tema que estudies:

Aspecto	Qué observar
Tema	¿De qué habla? ¿Cuál es la idea central en una frase?
Estructura	Cuántos versos, cuántas barras por verso, dónde entra el estribillo
Rima	¿Asonante o consonante? ¿Hay multisilábicas o internas?
Flow	Velocidad, pausas, cambios de patrón, tresillos
Respiración	Dónde toma aire el artista
Recursos	Metáforas, dobles sentidos, punchlines
Producción	BPM aproximado, instrumentos, ambiente

Transcribir para entender

Copia a mano la letra de un tema que te guste para tu estudio personal y marca con colores las rimas: un color por cada sonido vocálico. Verás patrones que el oído no detecta a la primera. (Es solo para practicar: no publiques letras ajenas como tuyas.)

El método de imitación y alejamiento

1. **Imita:** rapea encima de un tema intentando seguir el flow exacto del artista.
2. **Adapta:** usa ese mismo flow con tus propias palabras.
3. **Aléjate:** cambia velocidad, pausas y acentos hasta que suene a ti.

Así aprendieron muchos pintores copiando a los maestros antes de encontrar su estilo.

Ejercicio

Analiza un tema por día durante una semana con la ficha. Elige artistas de épocas y países distintos: un clásico de los 90, uno actual, uno de España y uno de Latinoamérica.

Capítulo 11. Métrica: contar sílabas

La métrica es el número de sílabas de cada verso. No hace falta que todos tengan las mismas, pero si sabes contarlas podrás ajustar cualquier línea al beat.

Sílabas fonéticas

En el rap cuentan las sílabas como suenan, no como se escriben.

- **Sinalefa:** cuando una palabra acaba en vocal y la siguiente empieza por vocal, se unen en una sola sílaba. "Mi a-mi-go" suena "mia-mi-go" (3 sílabas, no 4).
- **Hiato forzado:** puedes separar vocales para alargar un verso: "po-e-sí-a" en lugar de "poe-sí-a".
- **Contracciones:** "para" → "pa'", "nada" → "na'" ayudan a encajar un verso que se pasa.

Acentos y tiempos fuertes

Cada palabra tiene una sílaba tónica. Lo ideal es que las sílabas tónicas importantes caigan en los tiempos fuertes del beat (sobre todo en la caja). Si una palabra clave queda en un tiempo débil, pierde fuerza.

Tabla de referencia

Sílabas por barra	Sensación	Uso típico
6-8	Pausado, cada palabra pesa	Estribillos, frases de impacto
10-14	Conversacional	Versos narrativos
16	Fluido, encaja en semicorcheas	Rap estándar a 90 BPM
20 o más	Rápido, técnico	Momentos de exhibición

Ajustar un verso que no entra

1. Cuenta sus sílabas y compáralas con la barra anterior.
2. Quita palabras de relleno ("que", "muy", "realmente").
3. Cambia una palabra larga por un sinónimo corto.
4. Si sobra espacio, añade una pausa o un adlib en lugar de rellenar.

Ejercicio

Toma 8 barras tuyas, escribe al margen el número de sílabas de cada una y subraya las tónicas que caen en la caja. Reescribe las dos barras que peor encajen.

Capítulo 12. Rima avanzada y banco de rimas

Cuando domines la rima asonante simple, el siguiente nivel es rimar más sílabas, más a menudo y de formas menos previsibles.

Técnicas avanzadas

- **Multisilábica larga:** rimar 3 o 4 sílabas seguidas. "Lo que he **construido solo**" / "con el **mundo en contra todo**" (u-i-o-o).
- **Cadena de rimas:** mantener el mismo sonido durante 4, 8 o 16 barras seguidas.
- **Rima compuesta:** una palabra rima con dos. "Cuaderno" / "cuando duermo" (ua-e-o / ua-o-u-e-o, coincide el final).
- **Rima en el inicio:** rimar también la primera palabra del verso, no solo la última.
- **Rima rota (enjambment):** la frase continúa en el verso siguiente y la rima cae en mitad de la idea. Da sensación de fluidez.

Banco de rimas por vocales

Guarda en tu cuaderno listas por terminación vocálica. Aquí tienes un comienzo:

Vocales finales	Palabras
a-a	calma, nada, palabra, mañana, batalla, mirada, ventana, alma
e-o	tiempo, miedo, sueño, fuego, cuerpo, regreso, silencio, verso
i-a	vida, herida, salida, mentira, día, rima, energía, alegría
o-a	historia, gloria, memoria, sombra, nota, derrota, ropa, loca
a-o	barrio, trabajo, pasado, mano, abajo, cansado, claro, paso
u-e	suerte, muerte, fuerte, puente, gente, frente (rimas e-e), nube, sube
i-o	camino, destino, sigo, amigo, testigo, vivo, ritmo, limpio

Cómo ampliar tu banco

1. Cada vez que oigas una palabra con un sonido interesante, apúntala en su columna.
2. Lee: novelas, poesía, prensa. El vocabulario es tu munición.
3. Usa un diccionario de rimas solo para desbloquearte, no para escribir todo.

Ejercicio

Escribe 8 barras con una cadena de la misma rima (por ejemplo e-o) sin repetir ninguna palabra final.

Capítulo 13. Storytelling: contar historias

Un tema que cuenta una historia se recuerda años. El storytelling convierte una letra en una película para los oídos.

La estructura en tres actos

1. **Planteamiento (verso 1):** presenta al personaje, el lugar y lo que quiere.
2. **Conflicto (verso 2):** algo se interpone: un problema, una decisión, una pérdida.
3. **Desenlace (verso 3):** cómo termina y qué cambia en el personaje.

El estribillo funciona como la moraleja o la emoción que une los tres actos.

Mostrar, no contar

En lugar de decir "estaba triste", describe lo que se ve: "la cena fría en la mesa, el móvil boca abajo, la tele hablando sola". Los detalles concretos hacen que el oyente sienta la escena.

Puntos de vista

Punto de vista	Efecto
Primera persona (yo)	Íntimo y confesional
Tercera persona (él/ella)	Cuento, crónica de barrio
Segunda persona (tú)	Te habla directamente, interpela
Objeto que narra	Original: la historia contada por un balón, una moneda, una calle

Ejemplo de planteamiento

*Seis y media, la persiana todavía a medio subir,
Lucía cuenta monedas para el bus y para el pan,
lleva un sueño en la mochila que no deja de crecer,
y una madre que le dice que los sueños no dan de comer.*

Ejercicio

Escribe un tema en tres actos (3 versos de 12 barras) sobre un personaje inventado de tu barrio. Usa al menos cinco detalles visuales concretos.

Capítulo 14. Estilos y subgéneros

El rap no es un solo sonido. Conocer los estilos te ayuda a elegir beats, a variar tu flow y a encontrar dónde te sientes cómodo.

Estilo	BPM aproximado	Rasgos	Flow que pide
Boom bap	85-95	Bombo y caja secos, samples de soul y jazz	Rimado, técnico, lírico
Lo-fi / jazz rap	70-85	Sonido cálido, relajado	Pausado, introspectivo
Conscious / rap social	Variable	Letras de crítica y reflexión	Claro, mensaje por delante
Trap	130-150 (mitad: 65-75)	Hi-hats rápidos, bajos 808	Tresillos, melodía, adlibs
Drill	140-145	Baterías deslizantes, ambiente oscuro	Entrecortado, agresivo
Old school	95-110	Baterías de caja de ritmos de los 80	Rimas simples, festivo
Rap melódico	Variable	Mezcla de canto y rap	Melodías pegadizas
Fusión latina	90-100	Ritmos latinos, dembow, cumbia	Rítmico y bailable

Cómo explorar estilos

1. Escoge un estilo nuevo cada semana.
2. Escucha cinco temas de ese estilo con la ficha del capítulo 10.
3. Busca tres beats de ese estilo y adapta una letra tuya a cada uno.
4. Anota qué te resultó natural y qué te costó.

No te encierres

Muchos artistas cambian de estilo de un tema a otro, o mezclan dentro del mismo tema. Tu estilo propio suele nacer de combinar cosas que nadie había juntado antes.

Ejercicio

Rapea las mismas 8 barras sobre un beat boom bap, uno trap y uno lo-fi. Graba las tres versiones y compara.

Capítulo 15. Estribillos, ganchos y melodía

El estribillo es lo que la gente tararea al salir del concierto. Puede que tus versos sean brillantes, pero un buen gancho es lo que hace que vuelvan a poner el tema.

Cualidades de un buen gancho

- **Corto:** de 2 a 8 barras, con una frase central de pocas palabras.
- **Repetible:** se puede cantar o corear a la primera escucha.
- **Con sentido:** resume la idea de la canción.
- **Rítmico:** deja espacios; no lo llenes de sílabas.

Tipos de estribillo

Tipo	Cómo es
Rapeado	Barras con flow marcado y repetición
Cantado	Melodía sencilla, aunque no seas cantante
Coreado	Una frase corta que el público grita
Sample	Un fragmento de voz de la base que hace de gancho
Pregunta-respuesta	Una voz lanza una frase y otra contesta

Encontrar la melodía

1. Pon el beat y tararea sin palabras ("na-na-na") durante dos minutos.
2. Graba todo con el móvil.
3. Escucha y quédate con la melodía que se te pegó.
4. Ahora encaja palabras en esa melodía respetando sus acentos.

No necesitas una gran voz: muchas melodías de rap usan solo tres o cuatro notas.

Ejemplo de gancho coreado (original)

*Sigo de pie, sigo de pie,
aunque el mundo no lo crea, sigo de pie.*

Ejercicio

Escribe tres estribillos distintos para la misma canción: uno rapeado, uno cantado y uno coreado. Pregunta a dos personas cuál recuerdan al día siguiente.

Capítulo 16. El directo: escenario y micrófono

Rapear en directo es distinto a grabar. No hay segunda toma: cuentan la energía, la conexión con el público y saber recuperarse de un fallo.

Antes de subir

- ☐ Sabes la letra de memoria y la has ensayado de pie, moviéndote.
- ☐ Has ensayado el tema completo al menos 10 veces sin parar.
- ☐ Llevas el beat en dos formatos (USB y móvil) y versión con y sin voz guía.
- ☐ Has calentado la voz 10 minutos.
- ☐ Has bebido agua y evitado lácteos y bebidas muy frías justo antes.

Técnica de micrófono

Situación	Qué hacer
Volumen normal	Micrófono a 2-5 cm de la boca, recto
Gritos o frases fuertes	Aleja el micro unos centímetros
Susurros	Acércalo más
Nunca	Tapar la rejilla con la mano: provoca acoples y suena apagado

Controlar los nervios

1. Respira 4 segundos dentro, 4 retenido, 6 fuera, cinco veces antes de salir.
2. Recuerda que el público quiere que te salga bien.
3. Mira a dos o tres personas concretas del público en lugar de a la masa.

Si te equivocas

No pares el tema. Improvisa unas barras, di una palabra de relleno o deja que el beat suene y vuelve a entrar en el siguiente compás. La mayoría del público no notará el error si tú no lo haces evidente.

Conectar con el público

Habla entre temas, presenta la canción en una frase, invita a corear el estribillo. La actitud vende tanto como las rimas.

Ejercicio

Grábate en vídeo rapeando un tema como si fuera un concierto. Observa tu postura, tus manos y si miras a cámara.

Capítulo 17. Haz tus propios beats

No es obligatorio producir, pero entender cómo se construye un beat te hace mejor raper y te da libertad para crear sin depender de nadie.

Las piezas de un beat

Pieza	Función
Bombo (kick)	El pulso grave
Caja (snare) o palmada (clap)	El golpe en 2 y 4
Hi-hats	Ritmo constante y textura
Bajo / 808	Peso y armonía grave
Melodía o sample	La personalidad del beat
Efectos y ambientes	Transiciones, atmósfera

Tu primer beat en 6 pasos

1. **Elige el BPM:** 90 para boom bap, 140 para trap.
2. **Programa la batería:** bombo en 1 y 3 (con alguna variación), caja en 2 y 4, hi-hats en corcheas.
3. **Añade una melodía:** cuatro acordes que se repitan, o un sample con licencia libre.
4. **Mete el bajo:** sigue la nota base de cada acorde.
5. **Estructura:** intro, verso, estribillo, verso, estribillo, outro. Quita elementos en los versos para dejar espacio a la voz.
6. **Exporta** en WAV a 44,1 kHz.

Herramientas

- **Para empezar gratis:** BandLab, GarageBand, versión de prueba de FL Studio.
- **Controlador MIDI:** un teclado o pad pequeño (unos 50–100 €) facilita mucho tocar ideas.
- **Samples:** usa bancos con licencia libre de derechos o graba tus propios sonidos.

Samplear con responsabilidad

Usar fragmentos de canciones de otros artistas sin permiso puede traer problemas legales si publicas el tema. Para publicar, usa samples libres de derechos o consigue la autorización.

Ejercicio

Crea un loop de 4 compases con batería, bajo y una melodía. Escribe y graba 8 barras encima.

Capítulo 18. Bloqueo creativo, disciplina y mentalidad

Todos los raperos se quedan en blanco alguna vez. La diferencia entre los que avanzan y los que abandonan es tener métodos para salir del bloqueo y una rutina que no dependa de la inspiración.

Diez trucos contra el bloqueo

1. **Escribe mal a propósito:** diez barras malas desbloquean una buena.
2. **Cambia de lugar:** escribe en un parque, en el bus, en una cafetería.
3. **Empieza por el final:** escribe primero la punchline y construye hacia atrás.
4. **Restricción:** escribe un verso sin usar la letra "e", o solo con palabras de dos sílabas.
5. **Palabra al azar:** abre un libro en una página cualquiera y usa la primera palabra que veas.
6. **Escribe desde otro:** cuenta la historia de un familiar, un vecino, un objeto.
7. **Beat nuevo:** un sonido distinto despierta ideas distintas.
8. **Notas de voz:** tararea o di frases sueltas al móvil durante el día.
9. **Recuerdo concreto:** describe un olor, una tarde, una discusión.
10. **Descansa:** a veces el bloqueo es cansancio. Camina, duerme, vuelve mañana.

Disciplina sobre inspiración

Fija una hora diaria para escribir, aunque sean 15 minutos. La constancia crea el hábito, y el hábito trae la inspiración.

Cómo recibir críticas

- Separa la crítica a tu tema de la crítica a ti.
- Pregunta "¿qué cambiarías?" en lugar de "¿te gusta?".
- Quédate con lo que se repite: si tres personas dicen lo mismo, probablemente tienen razón.

Compárate solo contigo

Escucha tu primera grabación cada tres meses. Ver tu propio progreso es la mejor motivación.

Ejercicio

Durante 7 días escribe 4 barras diarias a la misma hora, pase lo que pase. Marca cada día en un calendario.

Capítulo 19. Identidad artística, difusión y derechos

Cuando ya tienes varios temas, toca pensar en quién eres como artista y cómo llegar a la gente.

Encuentra tu identidad

Responde por escrito:

1. ¿De qué temas hablo mejor que nadie? (mi barrio, mi oficio, mi historia)
2. ¿Qué tres palabras describen mi sonido?
3. ¿Qué me diferencia de los artistas que escucho?
4. ¿Qué quiero que sienta la gente al escucharme?

Con esas respuestas elige un nombre artístico corto, fácil de buscar en internet y que no use otro artista.

Plan de difusión básico

Canal	Qué publicar	Frecuencia
Plataformas de streaming	Temas terminados, vía distribuidor digital	1 tema cada 4-8 semanas
YouTube	Videoclips, vídeos con letra, directos	Con cada lanzamiento
Redes de vídeo corto	Fragmentos de 15-30 s, freestyles, proceso creativo	3-5 veces por semana
Escena local	Jams, open mics, batallas, conciertos	Siempre que puedas

Colaboraciones

Colaborar con otros raperos, productores y beatmakers multiplica tu alcance. Empieza por gente de tu nivel y de tu zona: crecer juntos funciona mejor que esperar a un artista grande.

Derechos de autor

- Tus letras son tuyas desde que las creas; guarda borradores con fecha.
- En España puedes registrar tus obras en el Registro de la Propiedad Intelectual y gestionar derechos a través de una entidad de gestión como la SGAE.
- Lee siempre la licencia de los beats que uses: muchas permiten uso no comercial pero exigen pagar para monetizar.
- Si colaboras, acordad por escrito cómo se reparten los derechos del tema.

(Esto es orientación general; para casos concretos consulta a un profesional.)

Ejercicio

Escribe tu "biografía de artista" en 100 palabras y prepara un calendario con tus próximos tres lanzamientos.

Capítulo 20. Plan de práctica de 30 días

Con 30 minutos al día durante un mes tendrás tu primer tema completo grabado. Marca cada semana al terminarla.

Semana 1: ritmo y oído (días 1–7)

- ☐ Contar 16 barras sobre tres beats distintos (10 min/día)
- ☐ Palmas en la caja y sílabas en corcheas (10 min/día)
- ☐ Escuchar dos temas al día analizando dónde respiran (10 min/día)

Semana 2: rima y escritura (días 8–14)

- ☐ 20 rimas asonantes diarias a partir de palabras al azar
- ☐ Escribir 4 barras AABB cada día
- ☐ Freestyle nivel 1 y 2 (5 min/día)
- ☐ Elegir el tema de tu primera canción

Semana 3: flow y voz (días 15–21)

- ☐ Respiración diafragmática y trabalenguas (10 min/día)

- ☐ Rapear tus barras en tres velocidades
- ☐ Escribir el estribillo y el primer verso de 16 barras
- ☐ Freestyle nivel 3 y 4 (10 min/día)

Semana 4: tu primer tema (días 22–30)

- ☐ Terminar el segundo verso y revisar toda la letra
- ☐ Marcar los puntos de respiración
- ☐ Ensayar el tema completo 3 veces al día
- ☐ Grabar la maqueta (día 28)
- ☐ Escucharla, anotar 3 cosas a mejorar y regrabar (días 29–30)

Después del día 30

Repite el ciclo con un tema nuevo, sube el BPM, prueba otro estilo y busca gente con quien practicar: talleres, jams de freestyle o batallas de barrio.

Glosario del rapero

Término	Significado
Adlib	Exclamación o palabra de fondo que acompaña la voz principal
Barra	Un compás de cuatro tiempos; también, un verso
Beat	La base instrumental
Boom bap	Estilo clásico de bombo y caja marcados, 85-95 BPM
BPM	Golpes por minuto, la velocidad del beat
Caja (snare)	Golpe seco en los tiempos 2 y 4
Doble	Segunda grabación de la voz para reforzarla
Estribillo (hook)	Parte que se repite y resume la canción
Flow	Manera de colocar las sílabas sobre el ritmo
Freestyle	Improvisación de rimas
MC	Maestro de ceremonias; el rapero
Multisilábica	Rima de varias sílabas seguidas
Punchline	Verso de impacto que remata una idea
Trap	Estilo con hi-hats rápidos y bajos profundos, 130-150 BPM
Tresillo (triplet)	Tres sílabas repartidas en un tiempo

¿Siempre quisiste rapear?

Rimas desde Cero te lleva de cero a tu primer tema grabado en 30 días. Sin teoría innecesaria y sin saber música: solo ritmo, palabras y práctica diaria.

En este libro aprenderás a:

- Contar el compás y no perderte nunca en el beat
- Encontrar rimas asonantes, consonantes y multisilábicas
- Crear tu propio flow y cambiarlo con intención
- Escribir letras con estructura, ganchos y punchlines
- Contar historias que enganchan
- Respirar, vocalizar y dominar el escenario
- Improvisar en freestyle y defenderte en batallas
- Crear beats, grabar y publicar tu maqueta en casa
- Vencer el bloqueo y construir tu identidad artística

«No necesitas permiso para empezar. Necesitas un beat, un cuaderno y ganas de contar tu historia.»

20 capítulos · ejercicios · plan de 30 días · glosario

Marlon Falcón Hernández

Valencia · 2026

