

ESCUA TERAPÊUTICA: SONS, SILÊNCIOS E PALAVRAS

MT Rosemyriam Cunha

Nosso meio ambiente é impregnado de sons. Estamos ouvindo o tempo todo e mesmo nos momentos de profundo silêncio, somos brindados com a sonoridade da nossa própria existência: nossa respiração incessante. Ouvimos tanto que a consciência, amortizada, descansa desta sensação. Então precisamos ficar atentos se quisermos realmente escutar.

Escutar é um ato consciente, requer atenção, concentração, pois seu objetivo é entender, decifrar, catalogar aquilo que se ouve. Escutar é incorporar o som ouvido, discriminando sua fonte, origem, significados e implicações no contexto em que se insere. Escutamos aquilo que nos interessa, que nos chama a atenção no momento, que desperta nossa curiosidade, que toca nossa sensibilidade.

A escuta terapêutica é ainda mais ampla e profunda: ela deve perceber os conteúdos sonoros que lhe são declaradamente revelados numa linguagem intencional e também aqueles que veladamente lhe sussurram significações em colocações não verbais.

A escuta musicoterapêutica vai além da percepção do estímulo sonoro, o musicoterapeuta escuta a pessoa que se manifesta, com todos os sentidos, com todo o corpo e também com sua sensibilidade.

O sentido da visão escuta a postura corporal, tons de palidez ou rubror, contato de olhar, direcionamento e intenção corporal e todas as modificações físicas e concretas que se processam na sessão.

O sentido do tato escuta o tônus muscular, temperatura, a testura da pele, sudorese e secura, as resistências e as permissões musculares, tensões e relaxamentos.

O sentido do olfato escuta condições de autocuidado e de reações fisiológicas reveladoras de controle muscular e emocional.

O sentido da audição capta e interpreta manifestações sonoras verbais e pré verbais na amplitude de suas propriedades.

Unindo todas estas escutas, amalgamando suas sensações, a sensibilidade do musicoterapeuta compreende a pessoa que se manifesta no contexto de sua individualidade. Conteúdos e significados são incorporados através desta escuta profunda e ampla e que é mútua, embora assimétrica.

A pessoa que procura a musicoterapia quer ser escutado, precisa ser cuidado. Escutar é cuidar, é receber, abstrair, relacionar e comunicar. Quem vai para a musicoterapia além de comunicar, também vai ouvir. A real transformação acontecerá quando, além de ouvir, o paciente alcance a capacidade de se escutar.

O que escutamos num processo musicoterapêutico? Escutamos interioridades. Buscamos dar voz aos conteúdos internos. Esta voz pode surgir em forma de palavras, sons ou mesmo silêncios.

"...é impossível ser feliz sozinho..." T.J.

O ser humano nasce para comunicar-se, para falar. O mundo adquire significado para a criança, por meio das palavras que denominam a realidade circundante. É inserido no social que aprendemos a cultura, o modo de viver da sociedade. No entanto, nossa comunicação realiza-se oitenta por cento de forma não verbal: gestos, posturas, olhares e manifestações pré verbais.

Os sons pré verbais transmitem à criança características dos objetos que representam, transformando o mundo numa serenata de bruns, ton-tons, chs, naná, papá, mamá que nunca mais deixamos de lado. Por esta razão, na musicoterapia, eles constituem-se em disparadores de lembranças, resgatando a possibilidade de uma comunicação gratificante. Pessoas regredidas, apresentando dificuldade de articulação ou compreensão, reagem ao pré verbal de forma positiva, tornando-se esta forma de expressão, muitas vezes, a única forma de troca sonora possível, razão pela qual, potencializa e enriquece a escuta terapêutica.

O ser humano é informado sobre o meio que o cerca através do reconhecimento dos ruídos que aí se produzem: sons de objetos que se chocam, se atritam ou caem, são símbolos que caracterizam o espaço e o tempo no qual nos encontramos. A escuta terapêutica revela que pessoas muitas isoladas do convívio social, ou inseridas num ambiente novo, desconhecido, sofrem de um analfabetismo sonoro que prejudica sua localização espacial e temporal, ocasionando ansiedade e insegurança. Na proporção em que começam a aprender ou resgatar o domínio dos sinais sonoros, localizam-se e entendem melhor o que se passa ao seu redor.

Oliver Sacks nos diz que a vida interior é feita essencialmente de cenas e melodias. Os cientistas russos Vygotski e Bakhtin também afirmam que a interioridade é constituída de signos. Estes signos se expressam e adquirem sentido na atividade social. É na interação verbal que a atividade mental se organiza, a palavra é o signo que permeia a relação social.

"A palavra é como uma ponte lançada entre mim e os outros. Se ela se apóia sobre mim numa extremidade, na outra, apóia-se sobre meu interlocutor," observa Bakhtin. Nesta ponte transitam significados, entonações, desejos, emotividades, ideais, experiências, cultura, individualidades, conteúdos da consciência.

Em contato com a palavra falada, a percepção sonora é intensa e sucessiva. O cérebro capta o som, que assume significado ao encontrar em seus arquivos, o registro de imagem ou sensação que corresponda ao som. Do registro sonoro, mais sensação ou imagem, resulta o pensamento. Quando o pensamento é interpretado, ocorre a conscientização da percepção auditiva.

Uma boa tentativa de se entender o processo, é ouvir algum texto ou diálogo em língua estranha. Sentimos que a percepção sonora fica a meio caminho andado, sem significado racional. Talvez a experiência nos revele algum sentido estético, pela beleza da língua ou algum sentido não verbal, pela entonação usada. A interpretação racionalizada necessita da imagem/sensação previamente arquivada.

Quando ouvimos música ou sons, realizamos, internamente, uma processo semelhante. A mensagem sonora vai de encontro aos sentimentos anteriormente registrados e, no mesmo turbilhão incessante de percepções, o cérebro pinça as imagens, cenas ou emoções correspondentes ao que ouve. O sentimento é interpretado, ocorrendo a conscientização daquilo que sentimos ou lembramos.

O sentimento que passa a ser identificado, porque encontra correspondente nos arquivos cerebrais, torna-se mais claro, distinto, podendo ser revelado à consciência, racionalizado e até elaborado com ou sem verbalização. Esta dinâmica estruturante pode explicar por que os pacientes confusos, apresentando processo de pensamento desestruturado, pacientes muito emotivos ou ansiosos, tornam-se mais centrados e relaxados ao trabalhar com a linguagem musical.

A palavra é uma estrutura que se apresenta no relacionamento terapêutico, carregada de sentidos e investida de afetos. Portanto ela pode significar diferente do que diz, pode revelar ambivalências. Mas, ao fazer parte de um discurso confuso ou bem estruturado, da letra de uma canção, da rima de um poema, ou isolada num discurso sem continuidade, ela é sempre o signo de um sentimento para aquele que a emite. A escuta terapêutica sonda o contexto, percebe sentimentos buscando compreender seu significado, seu sentido vivencial. Longe de adivinhar, mas muito próximo de sua intuição, o musicoterapeuta, através de técnicas específicas, confirma suas suspeitas e utiliza a mensagem para alavancar o processo ou elaborar conteúdos.

Suzane Langer nos diz que a música tem o poder de ser fiel à vida dos sentimentos de uma forma que a linguagem não pode. Para ela música é reveladora onde as palavras são obscurecedoras, por que ela pode ter não apenas um conteúdo, mas um jogo transitório de conteúdos. A música articular-se em sentimentos sem comprometer-se com eles. A imaginação que corresponde à música é pessoal e associativa, tingida de afeto, de ritmo corporal, de sonhos, mas interessada em uma abundância de formulações para sua riqueza de conhecimento sem palavras, de conhecimento de experiência emocional e orgânica, das formas de viver e morrer. Afirma ainda, que nenhuma designação de sentido é convencional e permanente, a não ser o som que passa, mesmo assim, a breve associação foi um lampejo de entendimento. O efeito duradouro é tornar as coisas concebíveis. (apud GARDNER, 1999).

Embora música possua realmente este poder conotativo na comunicação, as palavras que surgem no momento terapêutico são sempre preciosos meios pelos quais os conteúdos da consciência se manifestam, são revelações que potencializam a força da comunicação da linguagem musical, traduzindo o ser que se manifesta.

A Musicoterapia foi definida como " a arte de harmonizar os silêncios para permitir a comunicação." O musicoterapeuta escuta e trabalha com o silêncio. Benenzon descreve o silêncio como o aspecto mais vulnerável da comunicação não verbal, para ele silêncio é abster-se de falar, falta de ruído.

O silêncio aparece de muitas formas na relação terapêutica: natural, cultural, voluntário, espontâneo, forçado, estratégico, frio ou patológico, desde-

nhoso, ameaçador, raivoso, embaraçado. O silêncio preenche tempo e espaço e pode significar mais do que falta e ausência, ele pode significar a presença. Presença do ser, de algo que se quer revelar, ou que se deseja esconder, da confiança, da dor, da saudade, mas sempre a presença. Onde há silêncio há sempre uma mensagem sendo revelada, há uma pessoa encontrando-se consigo mesmo, há o suspense da próxima nota a ser tocada.

A escuta terapêutica deve ser tão sensível e ampla a ponto de perceber todas estas sonoridades e traduzí-las para a linguagem musical oferecendo à pessoa que se manifestou a oportunidade de escutar-se em sua própria melodia, de modificar harmonias, transpor tonalidades, compondo uma nova canção de vida.

Referências Bibliográficas

- BENZON, Rolando. *La nueva Musicoterapia*. Buenos Aires: Lumen, 1998
- DAVIS, Flora. *A comunicação não-verbal*. São Paulo: Summus, 1979.
- FREITAS, Maria Teresa. *Vygotsky e Bakhtin. Psicologia e Educação: um intertexto*. São Paulo: Ática, 2000.
- GARDNER, Howard. *Arte, mente e cérebro*. Porto Alegre: Artmed, 1999.
- GALLARDO, Rúben. *Musicoterapia e salud mental*. Buenos Aires: Universo, 1998
- SCHAEFFER, Pierre. *Tratado dos objetos musicais*. Brasília: Ed. da Universidade de Brasília, 1993.