



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

LOPES, Juliana Ribeiro. A música no corpo: a que ritmo se aproximam a musicoterapia e Psicologia Corporal? In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm>. Acesso em: ____/____/____.

A MÚSICA NO CORPO: A QUE RITMO SE APROXIMAM A MUSICOTERAPIA E PSICOLOGIA CORPORAL?

Juliana Ribeiro Lopes

RESUMO

O presente trabalho objetiva uma revisão teórica para uma abordagem inicial das interfaces entre a Musicoterapia e a Psicologia Corporal. A primeira, área interdisciplinar por natureza, utiliza a música como forma de expressão e terapia. A segunda se apoia na manifestação corporal como meio de comunicação e relação terapêutica. Para além do aspecto terapêutico, a investigação pretende, através da Rítmica, reconhecer pontos de encontro entre as duas disciplinas e a música. Com a pesquisa, construir um referencial teórico das aproximações rumo a uma abordagem interdisciplinar. O referencial inclui Bruscia, Benenzon, Reich e Dalcroze.

Palavras-chave: Musicoterapia. Psicologia Corporal. Rítmica.

O primeiro instrumento musical é o corpo, e essa vocação intrínseca do ser humano para a produção de sons melódicos, através do movimento e da corporeidade, é uma noção recente, nos estudos de educação musical. Com maior exatidão, data de início do século XX quando Emile Jaques-Dalcroze inicia a aplicação da Ginástica Rítmica ou Euritmia, em que o corpo se torna um meio de expressar a musicalidade. Pela proximidade histórica, é possível verificar o quanto essa integração de corpo e som ainda é incipiente.

No *setting* musicoterapêutico, essa abordagem é essencial, por ser uma área de estudo localizada nas Ciências da Saúde ou mesmo um campo da Medicina, como afirma Benenzon (1988, p.14). Saúde é integridade, em um aspecto moderno, em que as partes trabalham em direção à completude do ser humano (BRUSCIA, 2000, p. 72). Toda a terapia é uma forma de restaurar as alternativas e potenciais que o indivíduo possa ter perdido. Dentro dessa abordagem, a Musicoterapia encontra o corpo humano e o humano além do corpo. Assim, uma área que aproxima música e saúde fundamental para as relações corporais em um espaço com cada vez mais música – e barulho.

No corpo teórico da Musicoterapia, se inicia a busca da compreensão da relação música, corpo e terapia, de acordo com o musicoterapeuta argentino Carlos Daniel Fregtman (apud SAKAI et alli, 2004, p. 01) “integrar a música à terapia é integrar o corpo, porque a música é feita, dita, tocada e cantada como manifestação corporal”.

Na mesma direção, Benenzon (1988, p. 18) afirma que a origem de todos os instrumentos musicais é o corpo humano. Como as demais ferramentas criadas pelo ser humano, também



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

LOPES, Juliana Ribeiro. A música no corpo: a que ritmo se aproximam a musicoterapia e Psicologia Corporal? In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm>. Acesso em: ____/____/____.

os instrumentos musicais servem como uma forma de expressar os sons que já são naturais do corpo e são como extensões desse.

Assim, pode o corpo humano ser considerado o instrumento musical mais completo de todos, podendo ser comparado a um membranofone, tipo de instrumento que conta com membrana ou pele que, com a vibração, produz som; ou a um idiofone, instrumento sonoro mediante a vibração de uma superfície sólida, como os ossos; ou pode ainda o corpo humano ser comparado a um aerofone, ou conter diversos desses instrumentos que produzem som com o ar (MIMO, 2011, p. 04 - 16). Sob esse ponto de vista, respirar é vital, assim como a música do aerofone que é o corpo humano.

A Psicologia Corporal é uma forma de analisar o corpo conforme a sua percepção e ação pelo ambiente em que interage. Nessa abordagem terapêutica, o corpo é compreendido através das suas linguagens, com a sua experiência, de forma consciente e inconsciente, como prazer, defesa, sobrevivência, enfim, um complexo conjunto de processos que se manifestam como energia pulsante, viva, ou energia orgone. (SAKAI et alli., 2004, p. 04).

Para Reich, a energia vital está distribuída pelo corpo, sendo possível acessar quando necessário. Ainda assim, a estagnação dessa energia, através da repressão de sua fluidez, que gera a couraça muscular, podendo acompanhar outras reações fisiológicas como, por exemplo, a respiração curta ou disfunções da fala (REICH, 1990, p. 259). Então, essas repressões, em geral de ordem social, adquiridas ao longo da vida, interferem na qualidade de vida do indivíduo e, por consequência, em sua musicalidade.

A Musicoterapia, ao estudar este complexo que forma o ser humano com o som, em especial na forma ordenada da música e das canções, torna sistemáticas as influências da música no ser humano, no seu aspecto emocional e corporal, incluindo as relações interpessoais. Isso, sobretudo pelo fato da Musicoterapia ser naturalmente relacional, por ter como característica indissociável do seu fazer a relação entre cliente e terapeuta (BRUSCIA, 2000).

Também é intrínseca à Musicoterapia a compreensão da dinâmica do processo de estímulos e sua produção de sons, reações e sentidos (SAKAI et alli., op. cit., p. 03). Logo, é possível delinear a Musicoterapia tendo como objeto e finalidade a sensibilidade emotiva do corpo, através da utilização da música e, em decorrência dela, do seu principal instrumento, o corpo. No processo, o corpo exerce a função primária de instrumento musical, espaço de transformação, recurso terapêutico e principal beneficiário dos efeitos da Musicoterapia.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

LOPES, Juliana Ribeiro. A música no corpo: a que ritmo se aproximam a musicoterapia e Psicologia Corporal? In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm>. Acesso em: ____/____/____.

A música, sendo um conjunto organizado de sons, timbres e alturas, tem sido utilizada, sobretudo como terapia para promoção de saúde. Através das frequências, timbres e naipes, possivelmente a música é um fenômeno cultural anterior à fala (WEBER, 2004, p. 66), e foi utilizada como terapêutica desde então.

Dentre outras influências do pesquisador suíço, na ginástica e na dança, se destaca a do pedagogo francês François Delsarte, que relacionou gesto e emoção e expressão física nas sensações. A sua teoria sobre expressividade humana, *Estética Aplicada*, foi essencial na concepção da dança moderna, dentre outros, de Isadora Duncan. Dalcroze pensou em como utilizar a experiência corporal na aprendizagem musical, em que “uma série de exercícios que demandam atuação física, tendo o corpo como objeto de expressão de uma representação dos elementos da música” (MARIANI, 2012, p. 29).

O pedagogo inaugura uma forma de educação musical com movimentos corporais e sonoros, através dos quais são trabalhados e percebidos os elementos musicais, principalmente, tempo, pulso e ritmo. Com isso, a intenção é dissociar a prática mecânica no aprendizado de música que, em geral, não tinha a participação do corpo. Dalcroze considerava o corpo uma parte fundamental na sensibilização da consciência rítmica (MARIANI, op. cit., p. 31).

As três ferramentas básicas do Método de Dalcroze são rítmica, solfejo e improvisação. Partindo de divisões rítmicas rudimentares e melodias simples, a metodologia visa à experiência musical através de movimento, um treinamento auditivo e vocal, além da improvisação (MARIANI, op. cit., p. 40). Ainda hoje, de acordo com os seguidores no instituto que leva seu nome, a junção de movimentos e elementos musicais se encontra em um aprendizado lúdico.

A metodologia é aplicada em três etapas:

- a) Preparativos, em que cada elemento musical é trabalhado corporalmente, através de exercícios lúdicos e de um tema musical.
- b) Trabalhar sobre um tema, em que cada elemento da música é identificado, nomeado e ilustrado, ao aliar teoria e prática.
- c) Jogo coreográfico, em que o que foi aprendido é aliado à música (INSTITUT JACQUES-DALCROZE, Tradução nossa).

Os movimentos que as crianças expressam naturalmente elementos da música “o corpo passa, então, a ser um meio privilegiado para vivenciar a dimensão temporal da música,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

LOPES, Juliana Ribeiro. A música no corpo: a que ritmo se aproximam a musicoterapia e Psicologia Corporal? In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm>. Acesso em: ____/____/____.

podendo a Rítmica ser entendida como uma estimulação da atividade motora por meio dos eventos musicais” (MARIANI, op. cit., p. 41) em que a escuta ativa gera a consciência rítmica. Continua a autora afirmando que essa metodologia é uma educação musical através do corpo ao passo que também é uma educação corporal através da vivência da música. Os objetivos rítmicos separam e aliam à dança, uma das influências de Dalcroze na concepção da metodologia.

Dentre os objetivos, a criatividade e a experiência estético-musical. Dentre o que se obtém, a interação social e a consciência corporal. Como método de ensino, também a rítmica se alia à Musicoterapia, por seu aspecto relacional.

Em uma das primeiras aproximações da Psicoterapia Corporal e da Musicoterapia, publicada na Revista Brasileira de Musicoterapia, em 1997, Marly Chagas encontra, nos elementos da música, elos com a energia orgone. De acordo com Chagas (1997, p. 21), o ritmo é a primeira experiência musical de cada ser humano, que se inicia com a pulsação do organismo materno. Essa vocação humana para o som culmina na expressão corporal, em que o ser humano é visto além do corpo mais psique, mas como um todo unido e composto por essas interações. Assim, a Musicoterapia é uma das abordagens que mais se aproxima dessa unidade (BENZON, 1988, p. 15)

De acordo com Sakai et alli (2004, p. 05), a música se incorpora às Psicoterapias Corporais através de propostas como a estimulação da vibração e ressonância corporal, que sincronizam-se com as vibrações internas do ser humano; servir como fonte de energia, pois as ondas sonoras podem modificar estados de energia; além de representar um canal de comunicação com todo o corpo. Assim, gerando nova energia vital e movimentando essa relação de ser humano e seu ambiente, a música vibra e se aproxima a um ritmo que busca integrar corpo, psique e expressão.

REFERÊNCIAS

BENZON, Rolando. **Teoria da Musicoterapia**: Contribuição ao conhecimento do contexto não-verbal. São Paulo: Summus Editorial, 1988.

BRUSCIA, Kenneth E. **Definindo Musicoterapia**. 2. Ed. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.

CHAGAS, Marly. **Musicoterapia e Psicologia Corporal**: Aspectos de uma relação possível. Revista Brasileira de Musicoterapia. n 3, 1997. p.17-25.

INSTITUT JAQUES DALCROZE. **Qu'est-ce que la rythmique?** Disponível em: <<https://www.dalcroze.ch/rythmique-geneve-quoi/>> Acesso em 16 de Mai. 2017



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

LOPES, Juliana Ribeiro. A música no corpo: a que ritmo se aproximam a musicoterapia e Psicologia Corporal? In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm>. Acesso em: ____/____/____.

MARIANI, Silvana. **A Música e o Movimento**. In: MATEIRO, Teresa & ILARI, Beatriz. (Org.). Pedagogias em Educação Musical. Curitiba: InterSaberes, 2012. P. 25 -54.

MIMO (Musical Instrument Museums Online). **Revision of the Hornbostel-Sachs Classification of Musical Instruments by the MIMO Consortium**. July 2011.

REICH, Wilhelm. **A Função do Orgasmo**. 16. Ed. São Paulo: Editora Brasiliense, 1990.

SAKAI, Fabiane A., LORENZZETTI, Chiara & ZANCHETTA, Claudimara. **Musicoterapia Corporal**. In: Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Centro Reichiano, 2004.

WEBER, Augusto. **Música e Acupuntura**. São Paulo: Editora Roca, 2004.

AUTORA e APRESENTADORA

Juliana Ribeiro Lopes / Curitiba / PR / Brasil

Graduanda em Musicoterapia pela Universidade Estadual do Paraná. Graduada em Arquivologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul Especialista em Liderança, Coaching e Gestão de Pessoas pelo SENAC RS. Personal & Self Coach pelo Instituto Brasileiro de Coaching – IBC.

E-mail: lopesjulianar@gmail.com