

# *O Resgate da Identidade Feminina Através da Musicoterapia*

*Marilia Schembri*

Todo ser humano, em essência, caminha em busca de si mesmo, elege recursos (papéis, situações, objetos, pessoas, etc.) como ponte para se encontrar, busca símbolos que representem seus desejos e ânsias.

Em todas as épocas e culturas o homem expressa através da arte - e principalmente do teatro - os personagens que compõe o seu dia a dia, buscando na maioria das vezes, resolver (até inconscientemente) situações de ordem física ou psíquica. A música é utilizada como canal explícito das emoções implícitas. O próprio sistema sócio-cultural delega as características a serem representadas por cada um, em cada posto que ocupa. Essas características são graduadas de acordo com a conveniência da época, cultura e do próprio sistema vigente.

Viver em sociedade significa, dentro de um contexto relacional, representar papéis. Em cada ambiente específico, nas diversas relações hierárquicas, sejam familiares, afetivas e/ou profissionais, até mesmo nas relações consigo mesmo, todo o tempo o ser humano se *relaciona* através de papéis.

Da identificação real e da qualidade com a qual esses papéis são vividos modifica-se totalmente a saúde e o equilíbrio físico, psíquico e espiritual do indivíduo. Nem sempre este tem consciência do processo vivido. Muitas vezes cumpre e reproduz o que lhe é delegado, aprovando e atestando como se fosse sua, a opção. Inclusive luta por ela sem nem ao menos ter questionado se é realmente coerente com seu querer genuíno, com suas crenças e valores. Acaba assumindo até pelo hábito e pelo exercício constante do não questionamento e da não escuta do si mesmo.

Nesta busca do si mesmo, muitas vezes inconsciente e/ou mal direcionada, a pessoa se afasta do próprio eixo por colocar o foco na rítmica do outro, do externo e não na sua própria. A falta de contato com seu ritmo interno e a dificuldade de auto escuta dá origem aos

distúrbios, desequilíbrios e patologias diversas, refletindo também no seu mundo externo.

O resgate da própria individualidade e identidade se dá a partir da retomada do próprio ritmo, promovendo, então, a saúde, o equilíbrio físico e psíquico. Para que isto aconteça é preciso abrir caminhos onde o indivíduo possa se expressar e elaborar seus conteúdos, partir para um trabalho de auto percepção e auto conhecimento.

A Musicoterapia, canal condutor deste trabalho, utiliza duas linguagens extremamente importantes neste processo: a *música* (e elementos diversos a ela relacionados - presentes no interno e no externo do próprio indivíduo e nas manifestações culturais e sociais) e a *terapia* (que tem como um dos principais objetivos a busca da consciência e/ou do conhecimento de si mesmo). É um trabalho de pesquisa conjunta entre terapeuta e paciente. Uma busca de compreensão das influências rítmico-sonoras que vão desde a sua ancestralidade até seu momento de vida atual e suas relações psico-somáticas. A Musicoterapia atua desbloqueando e facilitando a emersão de conteúdos psíquicos profundos para propiciar a expressão e a comunicação dos próprios desejos e necessidades. Permite o contato com áreas do psiquismo praticamente esquecidos pelo exercício da negação do si mesmo. O indivíduo, assim, amplia a abertura dos canais de auto-escuta.

A Musicoterapia ajuda a pessoa a fazer um contato mais próximo com sua "identidade primeira", antes de ter colocado as diversas máscaras que traduzem os papéis que representa no mundo e que a expõe (e impõe) à solidão, desejo, vontade, prazer, esperança, violência, abandono, marginalização, etc. Ajuda na emersão dos conteúdos simbólicos do papel assumido e coloca a pessoa mais em contato consigo mesma promovendo a auto percepção, o auto conhecimento e, conseqüentemente, a auto transformação. O estigmatizado se afasta do seu eixo e da sua identidade, promovendo a fabricação de doenças diversas. Poder expressar o seu ser/sentir conseguindo passar pelos papéis que representa, sem precisar se esconder ou fugir, leva o ser a resgatar sua saúde e equilíbrio.

A mulher, foco do presente trabalho, dentro do contexto social, representa uma diversidade enorme de papéis e é, até "reconhecida" através deles. Como exemplo podemos citar: a companheira, a esposa, a mulher de -, a amante, a outra, a filha, a mãe, a bondosa, a mãe de santo, a pomba-gira, a santa, a recatada, a sem-vergonha, a prostituta, a gostosa, a sensual, a empregada, a "do lar", a independente, a executiva, entre muitas outras.

É cantada e contada nas mais diversas formas, em todas as épocas, retratando sentimentos, desejos e fantasias. Na música: Aida, Isolda; Rosas Marias Iracemas Carolinas... Na cultura popular: Iara, a Mãe D'Água, a Sereira... Nas religiões: Santas diversas, A Mãe, Iemanjá, Iansã... Nas estórias infantis: Branca de Neve, Bela Adormecida, Gata Borralheira/Cinderela, Alice... Na mitologia: Medusa, Isis, Minerva, Diana, Pandora, Afrodite...

Cada uma das manifestações tem uma rítmica própria, uma forma específica de expressão, de acordo com a pessoa que a incorpora e a sua combinação com uma ou mais características: a mulher "do lar" que recebe a pomba-gira no terreiro, a prostituta que é a sensual e a que é mãe; a executiva independente e a que é a mulher de -; e assim por diante, com todas as implicações decorrentes.

É interessante pensar nos papéis correspondentes dos homens que se relacionam com cada uma dessas mulheres (e vice-versa) e o porque das identificações. São encontros de características rítmicas próprias, no pensar, no sentir, no desejar e no se expressar. A partir do encontro dessas individualidades cria-se um novo compasso, modifica-se a pulsação de cada um gerando novos pontos de encontros e de conflitos, consonâncias e dissonâncias.

A partir dessa reflexão pode-se chegar a uma infinidade de conclusões sobre o funcionamento dos diversos sistemas e relações sócio-culturais. A percepção terapêutica desses diversos sistemas (sejam familiares e/ou profissionais) amplia enormemente a partir da observação das composições rítmico-sonoras que advêm dos encontros e é de grande valia para o andamento dos tratamentos.

A Musicoterapia proporciona um espaço onde essa mulher pode "assumir" cada um desses papéis, utilizando os mais diversos elementos da linguagem rítmico-sonora, através da "incorporação musical", de forma lúdica, se expressando livremente, sem a pressão do mundo externo (ou apesar dela). À medida que consegue trazer à tona a sua "fala" de forma aberta, com permissão verdadeira, começa a puxar o fio condutor que levará à raiz do seu ser. Por que necessita evocar aquele papel e daquela forma, para se relacionar no mundo? Por que precisa se submeter a determinados padrões para se sentir segura? Lidar com isso racionalmente, muitas vezes é tão pesado ou tão longínqua a sua compreensão que acaba acatando, sem refletir ou sem se posicionar.

No atendimento musicoterápico, após um mapeamento baseado da história de vida da pessoa, abre-se um espaço para manifestação de cada um dos papéis vividos no dia a dia. Essas sub-personalidades

(Assagioli) vão se identificando com determinadas músicas ou ritmos, utilizando o corpo, a voz, instrumentos diversos, e passam a se expressar livremente trazendo todo um conteúdo afetivo-emocional, carregado de elementos simbólicos. A mandala sonora (trabalho organizado a partir de uma série de elementos levantados durante os atendimentos) vai sendo estruturada.

Nas sessões expressa, através do cantar, da improvisação, da representação e incorporação dos papéis, tanto o que representa no seu dia a dia quanto o que realmente sente, no seu ser mais profundo. E vai “perdendo o medo” de se ver, de encontrar consigo mesma. Amplia a compreensão dos jogos de compensação, entende o porque da sua necessidade e como fazer para incorporar a si mesma. Abre-se um espaço para a auto escuta e passa-se, então, a agir de forma mais coerente e harmoniosa consigo mesma. Não necessita criar novos papéis com ritmos artificiais para sobreviver, para se sentir aceita pelo outro ou precisar do outro para reconhecer a si mesma. Passa a se reconhecer, encontra sua forma genuína de ser mulher passando assim a lidar com a sensualidade, a sexualidade, a maternidade, a afetividade, etc, sem medo de sentir e sem medo de se expressar autenticamente. Pode, então, evocar o seu lado de fortaleza, de *mulher de verdade*, de amante, mãe ou companheira quando assim desejar ou necessitar. De forma autêntica, verdadeira, serena. Com equilíbrio e harmonia. Com saúde e conscientes de si mesmas pois resgatam a sua própria rítmica.

APRENDE A TER PERMISSÃO DE TER O PRAZER DE SER  
QUEM SE É