

Musicoterapia e Psicoterapia Corporal

Aspectos de uma Relação Possível

Marly Chagas

A unidade funcional e a bioenergia

Muitas são as abordagens teóricas em psicoterapia que inspiram e orientam musicoterapeutas em sua prática clínica. Há muitos anos venho estudando as possíveis ligações entre a Psicoterapia Corporal e a Musicoterapia.

O iniciador de todo pensamento sistematizado acerca das relações entre o corpo e o psiquismo na sociedade científica ocidental é Wilhelm Reich. Ele postula que esta interligação é de tal modo interdependente que a alteração de um nível está ligada a modificação do outro. Chama de *identidade funcional* a esta unidade entre soma e psique.

(...) “significa que as atitudes musculares e as atitudes do caráter têm a mesma função no mecanismo psíquico: podem substituir-se e podem influenciar-se mutuamente. Basicamente não podem separar-se. São equivalentes na sua função” (1985).

Outro conceito fundamental que Reich pesquisou arduamente é o que chamou de *orgone* - a bioenergia dos processos físico-mentais. Todos nós trazemos uma determinada quantidade/qualidade de bioenergia. No indivíduo saudável, que Reich chamou de “caráter genital”, esta energia está distribuída por todo o corpo, sendo acessível em qualquer parte que dela se fizer necessária. Mas as condições psicossociais geram atitudes emocionais e impedem o indivíduo de dispor, de maneira satisfatória, de seu próprio potencial energético. Essas interferências no desenvolvimento humano irão obstruir o fluxo do *orgone*, resultando em distúrbios energéticos manifestados corporal e psiquicamente.

A estagnação desta bioenergia em áreas corporais forma anéis de tensão, couraças que desempenham funções constrangedoras na estrutura do ser individual. O objetivo da experiência terapêutica é

mover esta energia estagnada permitindo a expressão de sentimentos, a lembrança de experiências dolorosas e sua reconstituição e o surgimento de *insights* que apontam para novas direções.

Reich chamou de Vegetoterapia Caractero-analítica o cuidado corporal aliado à compreensão da maneira como o indivíduo faz sua interação com o mundo. É de fundamental importância para a psicoterapia reichiana possibilitar que os sentimentos guardados possam ser expressos.

As idéias de Reich vêm influenciando diferentes profissionais que contribuem para a formação de uma

... *“abordagem clínica ampla, fundada na Vegetoterapia e no conjunto de escolas específicas que se desenvolveu em seguida - a Orgonoterapia, a Bioenergética, a Somato-Psicodinâmica, a Biodinâmica, a Biossíntese, a Psicologia Formativa e outras. A Psicoterapia Corporal é baseada tanto na identificação quanto na diversidade de conceitos criados no interior de cada uma dessas escolas específicas”* (Oliveira, 1996).

Funções da energia

Esta bioenergia inerente à nossa condição humana, exerce funções que, quanto melhor realizadas, mais satisfatório será o estado bio-psico-espiritual do ser. São estas funções: pulsação, carga e fluxo.

Pulsação - é o movimento de expansão e contração de um organismo. Na expansão, a energia move-se do centro para a periferia e na contração, da periferia para o centro. Esta qualidade da energia corresponde à identidade psíquica de cada indivíduo. O pulsar orgânico é o *self vital*.

“A ação mais básica do ser é a pulsação, um movimento de bombeamento como o da água viva. Ela pode ser observada em todos os órgãos, e, todos os músculos. Ela dá ao organismo sua capacidade de alterar o próprio movimento. (...)

O processo vital opera em ondas rítmicas de pulsação similares, ondas que podem desacelerar-se, imobilizar-se ou acelerar-se. Por meio da inibição regulamos a amplitude, o vo-

lume e a frequência das ondas de expansão e contração.(...)

Os movimentos pulsáteis ajudam a circulação interna e aumentam a sensação interna e o sentimento” (Keleman, 1995).

Carga - é a quantidade de energia existente em um organismo. Esta qualidade da energia corresponde à capacidade de auto-sustentação emocional de um indivíduo. A carga energética, renovada em mecanismos fisiológicos básicos, tais como respiração e alimentação, está intimamente ligada à capacidade humana de descarga.

“Uma pessoa se expressa em suas ações e movimentos e, quando sua auto-expressão é livre e apropriada à realidade da sua situação experimentará uma sensação de satisfação e prazer produzida pela descarga da energia. Esse prazer e satisfação, por sua vez, estimulam o organismo a aumentar a sua atividade metabólica, que imediatamente se reflete em sua respiração mais profunda e plena. No estado de satisfação as atividades rítmicas e involuntárias da vida funcionam no seu nível ótimo” (Lowen, 1982).

Esta energia é distribuída no indivíduo de maneira diferenciada. Encontraremos, assim, seres com mais ou menos carga nos diversos reservatórios energéticos do organismo. Boadella (1992) descreve a existência de três reservatórios da energia no corpo: a cabeça, os órgãos internos do tronco e a coluna braços e pernas.

A função psíquica do reservatório situado na cabeça é a aquisição e integração de informação e a realização do pensamento. O reservatório dos órgãos internos do tronco tem como função a produção do sentimento. A função psíquica da coluna, braços e pernas é a ação.

Boadella (1986) desenvolve a noção de funções terapêuticas específicas que contextuam o trabalho de recuperação das disfunções ocorridas e estabelecidas em cada um destes reservatórios. O *facing* possibilita a capacidade de encarar experiências através do contato visual e da comunicação verbal; o *centring* possibilita o reequilíbrio da respiração e a abertura para contato emocional; o *grounding* permite o rebalanceamento do tônus muscular, o enraizamento da postura e a auto-segurança.

Fluxo - à palavra fluxo associamos passagem, correnteza, rio. A bioenergia tem o seu fluxo. Ela também se move em nós. Ondas muitas vezes indescritíveis percorrem nosso organismo. Temos, nos fluidos orgânicos, os principais condutores de nossos fluxos energéticos e o sangue é o seu mais importante exemplo.

“O sangue (...) é, na verdade o fluido energeticamente carregado do corpo. Sua chegada a qualquer parte do corpo significa vida, calor e excitação para aquela a parte.

(...) Se é a excitação que traz o sangue ou se é o sangue que transporta a excitação é irrelevante. O fato é que os dois estão sempre juntos. Além do sangue, existem outros fluidos energéticos no corpo: a linfa, os fluidos intersticiais e os intracelulares.(...)”(Lowen, 1982).

A energia precisa fluir em um organismo, e flui mesmo estagnada em um órgão e diminuída em outro. A qualidade desse aspecto da energia corresponde à habilidade de construir com autonomia.

Boadella (1992) descreve três pontes organísmicas por onde a energia dos reservatórios corporais irá fluir: a garganta, que será a ligação entre a cabeça e os órgãos internos do corpo; a nuca, que ligará a cabeça à coluna; e o diafragma que é a ponte entre os órgãos internos do corpo e a coluna. Note que essas mesmas estruturas podem facilitar tanto quanto obstruir o fluxo energético.

É importante ressaltar que esta energia biopsíquica se manifesta como a força da vida. A categorização desses conceitos é para melhor compreensão destes fenômenos. A separação destes aspectos da energia é muito útil quando temos em mente o movimento integrado do ser. O ser que pulsa, com carga, fluindo na direção da expressão e da auto-organização. Avaliar a energia organísmica, suas funções e disfunções, dá ao clínico uma possibilidade de diagnóstico e direção para um projeto terapêutico com o cliente.

Relações possíveis

São várias as possibilidades de ligações entre estes conceitos da Psicoterapia Corporal e a Musicoterapia.

O *pulso musical* é um conceito conhecido em música. Assim como sem *pulsção* não há vida, também podemos dizer que sem *pulsção* não há música.

Kollreutter (1990) conceitua a pulsação como a unidade fundamental de medida da velocidade do decurso musical seja ela regular ou irregular, perceptível ou não. Assinala a pulsação como referencial para a organização das relações temporais da partitura.

Muitos já fizeram a analogia entre o corpo e uma sinfonia. Cada órgão ou tecido é uma melodia que combinadas formam uma harmonia absolutamente particular. Também nesta partitura espacial, o corpo, a pulsação é o referencial de uma organização básica.

Wisnik (1989) chama os sons de emissões pulsantes que são interpretadas segundo os pulsos corporais.

“As músicas se fazem nesse ligamento em que diferentes freqüências se combinam e se interpenetram.”

Ele ainda assinala que o pulso na música apresenta-se, basicamente, em duas grandes dimensões: as durações e as alturas. (Durações rítmicas, alturas melódico-harmônicas). A experimentação das diferentes alturas melódicas, tanto quanto das variadas durações rítmicas, estarão atuando nesta função pulsação.

O ritmo é a primeira experiência musical do indivíduo, datando do período embrionário o contato do ser com a experiência rítmica através da pulsação vibratória da díade organismo materno - organismo do bebê. O ritmo pode propiciar uma experiência básica e primitiva. É importante ressaltar, contudo, que sendo o ritmo “valores de durações diversas, subjugados ou não, a uma ordem métrica” (Koellreutter, 1990), poderemos encontrar ritmos extremamente complexos. A característica de simplicidade e de primitividade não elimina as possibilidades de execuções sofisticadas.

Baseada na vivência temporal arcaica do organismo, utilizo a hipótese de que a descoordenação rítmica representa traços de alterações de personalidade ligados à *questão da identidade*. Esta é uma hipótese que ainda estou pesquisando no meu trabalho. Muitas vezes pude observar pessoas que foram muito interferidas numa época bastante primitiva de seu desenvolvimento, apresentar dificuldades rítmicas. Outras pessoas, contudo, também interferidas na mesma época primitiva, não apresentam esta dificuldade. Quando trabalho com quem está em surto psicótico, ou recém saído de um, a capacidade rítmica é um dos dados que observo para fazer um prognóstico; e neste ponto tem sido valiosa a observação do ritmo.

Ora, partindo do princípio que diz que a pulsação é o próprio *self* vital, e que a qualidade desta função energética relaciona-se com a qualidade psíquica da identidade pessoal, o trabalho cuidadoso

com a pulsação musical, propiciando a exploração e desenvolvendo a consciência do próprio pulso individual, ajudará na organização da pulsação energética geral do organismo, na organização da identidade psíquica.

Podemos no *setting* musicoterapêutico trabalhar, de diversas maneiras, a pulsação: propiciando o desenvolvimento da percepção do pulso de uma música estruturada; propondo movimentos corporais que acompanhem determinado instrumento de um orchestra; estimulando a criação de sons que representem a sonorização de seus próprios pulsos (como está pulsando o coração, o cérebro, os intestinos?); convidando a caminhar, marcado pelo próprio pulso, e acrescentando improvisações, com a voz, a partir das sensações que surgem. E mais: trabalhar com o ritmo interno (o bombear do sangue, o coração batendo, as vísceras movendo-se, a velocidade dos pensamentos, a respiração); trabalhar com o ritmo que se produz (o andar, o movimento dos braços e das pernas, o piscar dos olhos).

O *grau de energia* de uma fonte sonora é associado, por Wisnik (1989), à *intensidade*.

“A intensidade é uma informação sobre um certo grau de energia da fonte sonora. Suas conotações primeiras, isto é, a sua semântica básica está ligada justamente a estados de excitação energética, sempre dentro da margem de ambivalência (ou multivalência) em que inscreve todo e qualquer sentido em música. O som que decresce em intensidade pode remeter tanto à fraqueza e à debilitação, que teria o silêncio como morte, ou à extrema sutileza do extremamente vivo”

Certamente, cada um de nós, já experimentou a música como carga. Uma orquestra, assistida ao vivo, é fascinante. A carga envolvida na experimentação sonora de tocar, improvisar, compor e cantar pode ser uma dessas experiências de prazer e de satisfação referidas por Lowen (1982). A plasticidade oferecida pela experimentação musical, oferece muitas opções de expressão pessoal. Tanto o fortíssimo quanto o pianíssimo podem representar situações tremendamente carregadas emocionalmente, e por conseguinte, energeticamente carregadas.

A voz é uma outra experiência que envolve a *carga energética*. O som emitido pelo próprio cliente, experimentando diferentes formas sonoras - graves, agudos, sons produzidos com a boca bem aberta, sons feitos com a boca fechada -, proporciona uma intensa

exploração terapêutica da conexão inspiração - emissão de som - expiração. Essas experiências poderão promover o surgimento de antigas lembranças e facilitarão a expressão emocional.

As funções terapêuticas propícias para se trabalhar com os distúrbios referidos aos reservatórios energéticos, estudadas por Boadella (1992), podem ser utilizadas em musicoterapia. Podemos trabalhar o *facing* de uma forma muito intensa, através da comunicação vocal, não-verbal (pré-verbal ou não), mobilizando a energia do reservatório da cabeça e propiciando o aparecimento de seus conteúdos expressivos. O *centring*, que possibilitará o reequilíbrio da respiração e o contato emocional, poderá ser trabalhado através da experimentação de instrumentos de sopro e, também, através da exploração da emissão da voz. O *grounding*, que fará o rebalanceamento do tônus muscular e o enraizamento da postura, estará sendo trabalhado tanto através da dança e do movimento lúdico e expressivo que surge espontaneamente durante a sessão, como através da atividade de tocar instrumentos de percussão.

É importante lembrar que a carga energética está associada à capacidade do organismo de *auto-sustentação emocional*; portanto, estaremos tocando esta função psíquica, toda vez que trabalharmos musicoterapeuticamente com esta função..

Associe o *fluxo energético à existência da própria música*. Ela cresce, amplia-se, diminui, corre ou anda muito devagar, encorpa-se e pulveriza-se.

“A música, sendo uma ordem que se constrói de sons, em perpétua aparição e desaparecimento, escapa à esfera do tangível e se presta à identificação com uma outra ordem do real. Isso faz com que se tenha atribuído à ela, nas mais diferentes culturas, as próprias propriedades do espírito. O som tem um poder mediador, hermético, é o elo comunicante do mundo material com o mundo espiritual e invisível. O seu valor mágico reside exatamente nisto: os sons organizados nos informam sobre a estrutura oculta da matéria no que ela tem de animada” (Wisnik, 1989).

No trabalho com as pontes de circulação energética, apontadas por Boadella (1986), o canto é o que oferece maiores possibilidades. O cantar implica mover, de uma só vez, a garganta, a nuca e o diafragma. A experiência energética do cantar, facilita a integração entre o fluxo da cabeça, dos órgãos internos do corpo e da coluna,

braços e pernas. Cantar ajuda a juntar ação, emoção e pensamento, facilitando o contato direto com as sensações físicas, com os sentimentos e com a mais profunda sensação de ser o que se é.

A chance de ouvir o que se canta, de improvisar aceitando o próprio material expressivo, é a chance de experimentar-se mais profundamente a si mesmo. *É, enfim a chance de desenvolver habilidades para a construção autônoma da realidade.*

Existem muitas relações possíveis entre a Musicoterapia e a Psicoterapia Corporal. Neste trabalho analisei apenas alguns aspectos das funções da bioenergia e as possibilidades de mobilização dessas funções através da música. Assim como o ritmo, a melodia, a harmonia e o timbre fazem parte de uma complexa unidade - a unidade musical -, e são responsáveis por diferentes formas, estilos e tendências em música, o organismo humano é, também, uma unidade complexa, diferenciada e instigante.

É claro que o acontecimento terapêutico requer muito mais variáveis do que as que aqui apresentei. Podemos, por exemplo, imaginar uma pulsação, uma carga e um fluxo dentro de um campo de interação de organismos. É o campo interpessoal.

Boadella(1991) descreve a Psicoterapia Corporal como tendo duas faces. Uma face "olha para fora", para o corpo tátil-sensível, esse corpo que o terapeuta manipula e cujas energias ele tenta intensificar, carregar, descarregar. A outra face é a que "olha para dentro"; é a que toca o corpo enquanto sujeito, esse corpo que tem o sentimento de si, a criatividade, a espiritualidade.

Neste trabalho dediquei-me à análise de um lado, o lado que "olha para fora". É preciso ter a dimensão do seu valor. Ele é a base para que o trabalho que "olha para dentro" possa se dar.

Bibliografia

- BOADELLA, D. *Correntes da Vida - Uma Introdução à Biossíntese*. Summus Editorial, São Paulo, 1992.
- _____. *Organism And Organization: The Place Of Somatic Psychotherapy In Society*. In Energy And Character - The Journal of Biosynthesis, Abbotsbury Publications, London, August 1991.
- _____. *What Is Biosynthesis?* In Energy and Character, The Journal of Biosynthesis, vol.17, no. 2, Abbotsbury Publications, London, August, 1986.
- KELEMAN, S. *Corporificando a experiência - Construindo Uma Vida Pessoal*. Summus Editorial, São Paulo, 1995.
- KOELLREUTTER, H. J. *Terminologia De Uma Nova Estética Da Música*. Editora Movimento, Porto Alegre, 1990.
- LOWEN, A. *Bioenergética*. Summus Editorial, São Paulo, 1982.
- OLIVEIRA, Humbertho. *Psicoterapia Corporal: Uma Abordagem da Unidade Funcional Do Organismo Humano*. In Revista Eletrônica Artes de Cura

<http://www.ax.apc.org/~bapera/index.html>, Bapera Editora, Rio de Janeiro, 1996.

REICH, W. *A Função do Orgasmo*. Editora Brasiliense, 11ª. edição, São Paulo, 1985.

WISNIK, José Miguel. *O Som E O Sentido - Uma Outra História Das Musicas*. Companhia das Letras, São Paulo, 1989.