

## **A INFLUÊNCIA DA MÚSICA NA PRODUÇÃO DE ESTADOS ALTERADOS DE CONSCIÊNCIA E POSSÍVEIS UTILIZAÇÕES NA CLÍNICA MUSICOTERÁPIA**

### **THE INFLUENCE OF MUSIC ON THE PRODUCTION OF ALTERED STATES OF CONSCIOUSNESS AND POSSIBLE USES IN THE CLINICAL MUSIC THERAPY**

*Cristiana Kaipper Dias<sup>1</sup>, Gabriel Nunes Lopes Ferreira<sup>2</sup>*

---

**Resumo** - O presente artigo é uma pesquisa bibliográfica que tem como objetivo central compreender de que modo a utilização da música para a indução de estados alterados da consciência pode trazer resultados clínicos no contexto da musicoterapia. Como fundamentação teórica utilizamos a Psicologia Transpessoal e, dentro da musicoterapia, analisamos o método *Guided Imagery and Music* (GIM), criado por Helen Bonny. Neste método, utiliza-se a música erudita como forma de induzir estados alterados de consciência e acessar conteúdos importantes da história de vida da pessoa. Este processo possibilita a elaboração de material clínico, com resultados terapêuticos já amplamente reconhecidos e utilizados dentro da comunidade.

**Palavras-Chave:** musicoterapia, música, estados alterados de consciência, GIM.

**Abstract** - The present paper is a bibliographic research whose main objective is to understand how the use of music can induce altered states of consciousness and bring clinical results in the context of music therapy. As a theoretical basis we use Transpersonal Psychology and, within music therapy, we analyze the *Guided Imagery and Music* (GIM) method, created by Helen Bonny. In this method, classical music is used as a way of producing altered states of consciousness and accessing important contents of one's life story. This process enables the elaboration of clinical material, with therapeutic results already widely recognized and used within the music therapy community.

**Keywords:** music therapy, music, altered states of consciousness, GIM.

---

<sup>1</sup>Psicóloga, pós-graduada em Musicoterapia, mestre em História das Religiões e doutoranda do PPGPSI-UFBA – [criskaipper@hotmail.com](mailto:criskaipper@hotmail.com). Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8298448280410062>.

<sup>2</sup>Licenciado em Música, Doutor em Educação (UFC) - [lids.gabriel@gmail.com](mailto:lids.gabriel@gmail.com). Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1173292612038089>.

## Introdução

Este trabalho surge da minha inquietação a partir de experiências pessoais, nas quais pude perceber, em alguns contextos, a influência da música em mudanças nas pessoas: em seu estado de humor, pensamentos e, especialmente, nos estados de consciência. Vivenciando experiências em diversas religiões como a católica, candomblé, umbanda, união do vegetal<sup>3</sup> e espírita, pude perceber que o papel da música para catalisar processos de contemplação e transe em tais experiências se mostrava relevante. A música, junto com todos os elementos em cada um desses contextos, aparecia como componente crucial para propiciar transformação na postura, emoções e relação das pessoas com o momento.

Da mesma forma, observamos que em contextos festivos como shows, *raves*<sup>4</sup> e reuniões comemorativas em geral, a música (geralmente combinada com o uso de diversos tipos de psicoativos) também propicia a alteração de humor e comportamento, culminando em estados de consciência que chegam ao transe (FERREIRA, 2006; COUTINHO 2006).

Deste modo, a partir da observação destes fenômenos, surgiu o seguinte questionamento: como a utilização da música pode induzir a Estados Alterados da Consciência com objetivos clínicos no contexto da musicoterapia?

Considerando a minha formação enquanto psicóloga e terapeuta transpessoal integrativa e pós-graduada em musicoterapia, me interessa compreender o fenômeno da consciência humana e seus diferentes estados, no intuito de compreender seu papel no desenvolvimento humano e utilizar o potencial da consciência como ferramenta para a evolução terapêutica.

---

<sup>3</sup> Religião que utiliza o chá da *ayahuasca*, leitura comentada de textos bíblicos e música na realização dos seus rituais.

<sup>4</sup> Raves são festas com caráter alternativo, música eletrônica em que geralmente se fazem uso de psicoativos diversos.

Portanto, o objetivo geral deste trabalho é compreender como a utilização da música pode induzir a estados alterados da consciência com objetivos clínicos no contexto da musicoterapia. Os objetivos específicos são: contextualizar historicamente e conceitualmente os estados alterados da consciência no escopo da Psicologia Transpessoal; entender o papel dos estados alterados de consciência em processos terapêuticos; compreender a utilização da música para a alteração de estados de consciência no contexto da musicoterapia a partir do método *Guided Imagery and Music* (GIM) desenvolvido por Helen Bonny (1975, 1989).

Enquanto justificativa para a construção deste trabalho, podemos considerar a busca e discussão de métodos alternativos para a resolução de problemas clínicos que a musicoterapia tradicional não consiga alcançar (TAETS *et al.*, 2019; MARQUES FILHO, COELHO e ÁVILA, 2007; PUDMOVCKI *et al.*, 2018). Neste sentido, podemos oferecer novas possibilidades para o trabalho com redução de danos ou em outras áreas da saúde mental que lidam diretamente com a questão da alteração da consciência.

De maneira análoga ao que se faz em contextos religiosos e festivos, que frequentemente utilizam a música e a alteração da consciência com o objetivo de promover melhoria na vida das pessoas, pode-se utilizar elementos musicais e técnicas próximos aos utilizados nestes contextos para alcançar avanços em práticas clínicas e terapêuticas.

Por fim, o estudo sobre o tema pode ajudar a desconstruir ideias preconcebidas sobre os estados alterados de consciência e seu potencial clínico.

# MUSICOTERAPIA

## Revisão de literatura

A respeito de tópicos relacionados ao tema, encontramos alguns trabalhos que contribuem para a construção do conhecimento no assunto. Fachner (2011), em um de seus artigos mais recentes, diferencia os conceitos de êxtase e transe, e traz a influência da música xamânica em alterações da consciência.

O artigo explora especialmente o timbre, ritmo e frequência das batidas de instrumentos percussivos em rituais xamânicos como elementos importantes para produzir experiências de transe. A base da explicação seria que a frequência, a repetição e o tempo de exposição às batidas interferem na frequência das ondas cerebrais, alterando-as. Isto não desconsidera o contexto pessoal, simbólico, cultural e do espaço físico em que a música é tocada.

Neste mesmo artigo, Fachner (2011) analisa pessoas como mais ou menos suscetíveis à hipnose no sentido de serem influenciáveis pelo estímulo musical para alteração da consciência. Além disso, explora estudos que tratam o comportamento das pessoas em *raves*, associado ao uso de psicoativos, em que a combinação entre o contexto e a música facilita e induz experiências de transe.

Em outro artigo, Fachner, Aldridge e Schmid (2006), retomam a questão da percepção e do papel da música na alteração de consciência nas *raves*. Os autores exploram o papel da música nesse processo, diferenciando-o da possível influência do contexto na indução dos estados alterados de consciência.

A respeito da relação entre música, estados alterados de consciência e rituais religiosos, Kelem Ferro (2012) explora não apenas a importância da música no transe religioso nos rituais do Santo Daime, mas em

toda ritualística. A autora defende que a música teria um papel central, ao lado da utilização do *ayahuasca*<sup>5</sup>.

Ainda segundo Ferro,

A música, nesses contextos, atua como técnica ou meio através dos quais se chega à experiência de transe religioso. Em muitos casos, no xamanismo, a música é associada ao consumo de substâncias psicotrópicas capazes de alterar os estados perceptivos, potencializando, assim, as experiências auditiva e religiosa em estados alterados de consciência. (FERRO, 2012, p. 12)

Neste trabalho, a autora analisa de que modo determinadas músicas são utilizadas em cada parte do ritual do Santo Daime, relacionando as características simbólicas e experienciais de cada música aos efeitos esperados em relação às mensagens que seriam trabalhadas em cada momento. Assim, “cantos de poder” são utilizados em rituais de cura, por exemplo, contextualizando-os em toda estrutura cosmológica própria da doutrina.

Ana Paula Campagnoli (2017), em sua dissertação de mestrado, apresenta como se dá a noção de temporalidade sob estados alterados de consciência provocados pelo uso do *ayahuasca* enquanto escutam-se músicas. A partir da audição de músicas conhecidas e desconhecidas (para o participante) em estados alterados de consciência produzidos pela ingestão de Ayahuasca, Campagnoli (2017) analisa uma variedade de relatos que mostram alterações nas percepções subjetivas do tempo. A totalidade dos participantes destes experimentos subestimou o tempo de exposição aos estímulos musicais, sendo a subestimação do tempo ainda maior na exposição a músicas conhecidas por eles.

---

<sup>5</sup> A *ayahuasca* é uma infusão vegetal, originária da Amazônia, que tem propriedades alucinógenas e é utilizada em rituais de religiões como o Santo Daime e a União do Vegetal (SHANON, 2003).

Ainda segundo o estudo supracitado, a percepção musical em determinados estados de consciência, portanto, mostra-se modificada, provavelmente ocorrendo em outros aspectos além da percepção temporal. Isto significa que os efeitos da música podem ser diferenciados nessas experiências, com possibilidades de potencializar determinados efeitos terapêuticos da música. Consideramos algo a ser melhor compreendido e testado no contexto clínico da musicoterapia.

No artigo de Leomara Craveiro de Sá (2007), encontramos proximidade significativa com o tema da presente pesquisa. Neste trabalho, a autora relaciona música e consciência, explicando como a música tem este poder de associar-se a lembranças e pensamentos que conectam as pessoas a determinados estados de consciência. Bush (1995, *apud* CRAVEIRO DE SÁ, 2007), defende que a música pode nos conduzir a quatro estados de consciência, a saber:

a) Nível sensorial – relacionado a experiências fisiológicas e dos sentidos.

b) Nível psicológico – relacionados a memórias pessoais e experiências autobiográficas.

c) Nível simbólico/mítico – relacionado ao material simbólico universal e aos mitos.

d) Nível integral/espiritual – relacionado a experiências transpessoais e relacionadas ao sagrado.

A partir destes conceitos, Bush (1995 *apud* CRAVEIRO DE SÁ, 2007) desenvolveu experimentos utilizando a música como forma de induzir a estes estados específicos para utilização terapêutica.

Bruscia (2000 *apud* CRAVEIRO DE SÁ, 2007, p.5) traz uma contribuição importante sobre os modelos psicodinâmicos em musicoterapia, considerando a relação da tríade cliente – terapeuta - música, podendo

conduzir a seis diferentes tipos de experiências. Assim, a música pode aparecer, no contexto da Musicoterapia:

[...] “como experiência objetiva”, quando o terapeuta utiliza a música e suas propriedades para “influenciar diretamente o corpo ou o comportamento do cliente de forma observável, ou quando o terapeuta utiliza estímulos não musicais para induzir respostas musicais” (p.143);

“como experiência subjetiva”, em que a música é utilizada para “ajudar o cliente a experimentar e explorar seus vários aspectos e as formas como se relaciona com o mundo” (p.149);

“como experiência coletiva”, onde considera-se a cultura em que o indivíduo está ou esteve inserido [...]; “como uma forma de energia universal” em que a música é “considerada uma condição do próprio universo”. [...] (p.145);

na “música como experiência estética”, o terapeuta ou o cliente cria ou ouve música por seu próprio valor estético, “a motivação dinâmica é experimentar a música por si própria/.../ela é incorporada ao processo terapêutico por seu próprio valor intrínseco” (p.156);

e, por último, “a música como experiência transpessoal”, em que a música aparece como “veículo transpessoal”, isto é, “a experiência musical serve fundamentalmente como uma ponte entre a consciência ordinária, da realidade ordinária, para a consciência extraordinária e expandida do infinito”; e como “espaço transpessoal”, em que o “indivíduo tem uma experiência de união que suspende os limites ordinários entre eu/música ou eu/outro para formar um novo todo, maior e expandido”. (BRUSCIA, 2000, p.159 *apud* CRAVEIRO DE SÁ, 2007, p.5).

Aqui, vemos a utilização da música com diferentes finalidades terapêuticas, com ênfase nos estados transpessoais que requerem estados alterados de consciência e conduzem a experiências de cura e transcendência.

Adiante, Craveiro de Sá (2007) justifica a utilização da música como instrumento eficiente de terapia utilizando argumentos históricos das origens xamânicas da música nos contextos sociais de culturas tradicionais. Por fim, defende a utilização da música eletroacústica, com suas características múltiplas e multidimensionais, como um estilo musical com grande potencial

terapêutico, uma vez que tais características se adequam ao nosso contexto contemporâneo, complexo e dinâmico.

Em uma perspectiva semelhante, encontramos os estudos de Lyz Cooper (2015), que se utiliza de instrumentos de origem oriental, como gongos e tigelas tibetanas, geralmente utilizados em meditações para induzir a alteração do estado de consciência dos participantes. A pesquisadora pôde notar a diferença nos efeitos do som quando eram tocados presencialmente ou por gravações, sendo os toques presenciais mais efetivos. Além disso, percebeu que, de fato, os sons produzidos por tais instrumentos eram capazes de induzir a estados de consciência considerados transpessoais.

De forma relevante sobre o tema, temos os trabalhos conduzidos por Helen Bonny (1975 *apud* GOLDBERG e DIMICELI-MITRAN, 2010), que desenvolveu um método que combina música e imagens guiadas para produzir experiências transpessoais da consciência com fins terapêuticos e espirituais. Suas publicações mais significativas se deram a partir da década de 70 até a década de 90, com poucas revisões em 2002.

De acordo com Frances Goldberg e Louise Dimiceli-Mitran (2010), Helen Bonny desenvolve seus trabalhos no contexto da então emergente Psicologia Transpessoal, sofrendo influência e baseando boa parte dos seus trabalhos dentro desta perspectiva. Assim sendo, a autora defende a utilização da música erudita ocidental para produzir estados alterados de consciência que trouxessem experiências de êxtase espiritual, ampliação e integração de conteúdos inconscientes a partir destas experiências.

Neste sentido, Bonny (1975) desenvolveu um diagrama da consciência, no qual mapeia diferentes estados alterados de consciência, que vão desde o estado de vigília habitual identificado com o funcionamento do ego, até estados transpessoais e espirituais nos quais acontecem uma

ampliação da consciência. Acredita que a “música clássica”<sup>6</sup> seria a mais adequada para nos conduzir a esses estados de consciência por conta da sua complexidade melódica, harmônica, rítmica, de texturas e outras características que tornam esse estilo propício para produzir determinadas alterações na experiência humana.

Podemos perceber, então, que há alguns estudos que de modo mais ou menos indireto abordam a questão dos Estados Alterados de Consciência e a música. Neste sentido, chamamos atenção para o Método desenvolvido por Helen Bonny (1975) que justamente vai ao encontro dessa perspectiva e que, de certo modo, já ofereceu as bases para que os estudos que associam música e estados alterados da consciência possam encontrar respaldo teórico e aplicabilidade clínica.

### **A Psicologia Transpessoal e os Estados Alterados de Consciência (EAC)**

Para fins de compreender os estudos sobre a consciência, utilizaremos como referencial teórico a Psicologia Transpessoal e o conceito de Estados Alterados de Consciência (EAC). Segundo Charles Tart os EAC's são “uma alteração qualitativa no padrão geral de funcionamento mental, de tal forma que o experimentador sente que sua consciência é radicalmente diferente do modo como funciona normalmente” (TART, 1972, p. 1203). (tradução livre).

De acordo com Márcia Tabone (2003), uma das autoras responsáveis por organizar os estudos da Psicologia Transpessoal no Brasil, ao longo da história do século passado, vários acontecimentos foram cruciais para transformações sociais que ocorreram. Paralelamente, mudanças de mentalidade afetaram profundamente o próprio conhecimento científico.

---

<sup>6</sup> A autora utiliza a nomenclatura de “música clássica” como sinônimo de música erudita, e não se referindo a um período histórico. (Bonny, 1975)

Interessa-nos especialmente o movimento da contracultura a partir dos anos sessenta que, associado a movimentos hippies e outros movimentos sociais, promoveram mudanças em paradigmas no sentido de se contrapor ao conservadorismo extremado e trazer mais abertura em vários aspectos. Houve ampliação em horizontes como a maior liberdade para mulheres, aumento da liberdade sexual (proporcionada também pela disponibilização da pílula anticoncepcional), abertura para experiências psicodélicas, defesa de um estilo de vida menos materialista e de mais fraternidade e amorosidade entre as pessoas. Nesse sentido, as pautas existenciais e espirituais também encontraram respaldo e abertura (TABONE, 2003).

Segundo Márcia Tabone (2003), essas tendências, portanto, trouxeram grande interesse em novas terapias em que se pudessem explorar experiências diversas e possibilidades de autotransformação, despontando em um aumento no interesse de estudos sobre a consciência humana. A Psicologia, então, se juntou a outras áreas do conhecimento no sentido de buscar responder a essas inquietações e necessidades da época. Houve uma crescente produção, tanto nos domínios científicos de áreas como Física Moderna, Neurologia, Biologia Molecular, Química, Psicofisiologia, entre outras, como nos conhecimentos de tradições espirituais do oriente, como Sufismo, Taoísmo, Budismo, Yoga, etc (TABONE, 2003).

A partir da Psicologia Humanista, surgiu a Psicologia Transpessoal, tendo como área de interesse fundamental os estudos sobre a consciência e seus estados alterados. Uma das suas principais características foi reunir, em uma síntese, o conhecimento de várias disciplinas. Dentre os estudos de maior importância para essa abordagem, destacamos as pesquisas sobre o cérebro, as pesquisas que utilizavam drogas psicodélicas e a Física Moderna – nomeadamente a Teoria da Relatividade e a Física Quântica.

O progresso recentemente obtido no campo das neurociências – análise dos hemisférios do cérebro, medição de ritmos

cerebrais (EEG), biofeedback, teoria holográfica do cérebro, etc. – indica uma estreita relação entre o funcionamento do cérebro e as atividades da consciência (TABONE, 2003, p. 29).

A partir dos novos estudos do cérebro, também proporcionados pelo desenvolvimento de novas tecnologias, tornou-se possível compreender, por exemplo, a relação entre estados de consciência com a frequência das ondas cerebrais – que é de especial interesse da Psicologia Transpessoal.

As mais altas, chamadas ondas betas, correspondem ao pensamento cognitivo e funcionamento pragmático cotidiano; as ondas alfa são mais lentas e são vistas no padrão EEG quando o corpo físico está em maior relaxamento e são acompanhadas de regulação dos sistemas autônomos do corpo, estados de meditação, sentimentos pacíficos, etc. Uma frequência ainda mais lenta é chamada de teta, que é vista predominantemente no EEG pouco antes do sono, e que parece estar associada a imagens de vários tipos. Delta é a onda  $\delta$  observada no sono profundo (BONNY, 1975, p. 126, tradução livre).

A partir desses estudos, tornou-se possível visualizar o papel dos hemisférios cerebrais no funcionamento humano, bem como as áreas específicas do cérebro como áreas de especialização em determinadas funções. No caso da função específica da consciência, de acordo com Tabone (2003), esta parece estar associada ao funcionamento global do cérebro e não com alguma parte específica.

Contribuindo também de modo central para tais teorias emergentes, os avanços da Física Moderna trouxeram novas concepções acerca da realidade, a qual se percebeu que estava muito mais atrelada à consciência do que pressupunha a Física newtoniana clássica. A materialidade e a objetividade do mundo percebido foram postas à prova, abrindo espaço para novas concepções de ciência e conhecimento.

No decorrer do século atual, novas experimentações nos campos das teorias quântica e relativista levaram a um questionamento da Mecânica newtoniana. Os conceitos básicos de matéria, espaço/tempo e causalidade sofreram

radicais transformações em suas bases. Em consequência, o conceito de realidade do materialismo científico também foi revisado (TABONE, 2003, p. 34).

Por fim, tivemos ainda, neste período da contracultura, a importante contribuição dos estudiosos que se utilizaram do uso de drogas psicoativas com o intuito de induzir aos Estados Alterados de Consciência, a fim de compreender de modo mais abrangente o funcionamento da consciência humana. Neste sentido, Stanislav Grof, professor assistente de Psiquiatria da Universidade Johns Hopkins (EUA), foi, desde 1956, um dos maiores pesquisadores do uso de LSD e outras substâncias psicodélicas em psicoterapia, e considerado um dos fundadores da Psicologia Transpessoal. A partir de suas pesquisas foi capaz de propor uma cartografia da Consciência (TABONE, 2003).

A principal referência em termos de cartografia da consciência seria o teórico Ken Wilber, que é considerado atualmente um dos maiores estudiosos da consciência. Em seu livro *O Espectro da Consciência* (WILBER, 2000), o autor divide a consciência em quatro níveis:

1. Nível do Ego: o homem busca reintegrar a psique, porém continua alienado do seu corpo e do ambiente;
2. Nível Existencial: o homem supera a cisão entre psique e corpo, porém continua alienado do ambiente e do Universo enquanto totalidade;
3. Nível Transpessoal: nessa faixa, a identidade humana transcende os limites do corpo biológico, o dualismo dos estágios anteriores e a separatividade com o Universo;
4. Nível da Mente: seria o último estágio, no qual a consciência é una com o universo, integra o inconsciente e torna-se não-dividida.

MUSICOTERAPIA

Esses níveis seriam como estágios que compõem a evolução da consciência humana e, de certo modo, espera-se que as pessoas passem de um nível de complexidade para outro como forma de ampliar suas possibilidades de vida e saúde. De algum modo, a evolução da consciência seria a própria evolução do homem e do mundo. “Dessa maneira, a consciência não mais reflete um mundo passivo, material e objetivo, mas exerce, ‘um papel ativo na criação da própria realidade’” (CANDELLO, 2008, p. 105).

## **Metodologia**

Este artigo tem uma abordagem qualitativa ao olhar para o uso da música na produção de estados alterados de consciência incluindo a clínica musicoterapêutica. Deste modo, questiona a necessidade de uma grande quantidade de dados definidos objetivamente sobre um tema restrito que, ao fim ao cabo, raramente oferece um conhecimento profundo e idiossincrático sobre um determinado tema.

Neste sentido, Chizzotti (2010) explica que:

A abordagem qualitativa parte do fundamento de que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, uma interdependência viva entre o sujeito e o objeto, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito. O conhecimento não se reduz a um rol de dados isolados, conectados por uma teoria explicativa; o sujeito-observador é parte integrante do processo de conhecimento e interpreta os fenômenos, atribuindo-lhes um significado. O objeto não é um dado inerte e neutro; está possuído de significados e relações que sujeitos concretos criam em suas relações (CHIZZOTTI, 2010, p. 79).

Assim, a análise e a interpretação dos conteúdos encontrados serão privilegiadas em relação a uma coleta exaustiva de dados empíricos. Por ter o

objetivo de trazer maior familiaridade com o tema, trata-se de uma pesquisa exploratória.

Pode-se dizer que essas pesquisas têm como objetivo principal o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições. Seu planejamento, portanto, é bastante flexível, de modo que possibilite a consideração dos mais variados aspectos relativos ao fato estudado (GIL, 2008, p. 41).

Em relação ao delineamento, trata-se de uma pesquisa bibliográfica, uma vez que utilizou como fonte de dados livros e artigos escritos sobre o tema. Neste sentido, pesquisamos nas principais bases de dados nacionais e internacionais, as palavras-chave: “música”, “musicoterapia” “consciência” e “estados alterados de consciência”, combinados de diversas formas, em inglês (pois assim abrangem textos em diversas línguas, inclusive em português). Por conta da escassez na literatura específica sobre o tema, não fizemos um recorte temporal, mas demos preferência aos artigos mais recentes e, conseqüentemente, mais atualizados.

Primeiro realizamos uma leitura rápida dos títulos, o que já permite filtrar boa parte dos trabalhos. Daqueles selecionados, fizemos uma leitura dos resumos e abstracts para ver os que de fato tratavam do tema e realizamos uma nova filtragem. Utilizamos como critério de inclusão os artigos que tratam da relação entre a música e os estados alterados de consciência e como critério de exclusão a utilização dos termos relacionados aos estados alterados de consciência dentro de uma perspectiva patológica médica (no caso de demências, por exemplo) ou dentro de contextos religiosos específicos que não coincidem com o conceito aqui adotado com base Psicologia Transpessoal (como nos casos de incorporações espirituais).

Assim sendo, a partir das buscas com os indexadores: “musictherapy” and “altered states of consciousness”, encontramos um total de 905 resultados no Google Acadêmico, e a partir dos critérios de exclusão, foi possível utilizar oito artigos. No Scielo e no Lilacs não foram encontrados

trabalhos com esta busca. Utilizando os indexadores: “*music therapy and consciousness*”, encontramos aproximadamente 17.100 resultados no Google Acadêmico e nenhum resultado nos outros bancos de dados. Utilizando os critérios de inclusão e exclusão, quinze trabalhos foram encontrados relacionados ao tema. Por fim, a partir da busca por: “*music*” and “*altered states of consciousness*”, encontramos aproximadamente 13.000 resultados no Google Acadêmico, um artigo no Scielo e nenhum no Lilacs. Dos resultados do primeiro, dezenove textos foram considerados.

### **Análise dos Dados**

A partir do que foi exposto até o presente, pudemos perceber que o método musicoterapêutico que melhor se adequa ao tema da pesquisa é o *Guided Imagery and Music* (GIM), proposto por Helen Bonny (1975). Isto porque este método visa justamente a evolução terapêutica a partir de estados alterados de consciência provocados com a audição de determinadas músicas eruditas, previamente escolhidas pela autora.

O método GIM se embasou teoricamente na Psicologia Transpessoal, por ser uma das áreas de estudo dentro da psicologia que mais se aprofundou no estudo da consciência humana. Os quatro níveis de consciência propostos por Wilber (2000) dialogam com os estágios de consciência trazidos por Bush (1995, apud CRAVEIRO DE SÁ, 2007), bem como por Helen Bonny (1975), cada um exigindo algumas adaptações, mas já apontando para os possíveis diálogos com a musicoterapia.

Segundo Helen Bonny (1975), a prática de ouvir música em Estados Alterados de Consciência teve início na década de sessenta, no período da contracultura, em que ocorreu a revolução das drogas. As experiências mais relevantes relatadas na época, segundo a autora, eram de pessoas que tinham

feito uso drogas, geralmente alucinógenas, em que a audição de música teve um papel fundamental na alteração da percepção e da consciência.

Neste período, algumas instituições autorizaram a utilização de doses relativamente altas de determinadas drogas no tratamento psicoterapêutico de casos como alcoolismo, narcotismo, câncer terminal, entre outros. A ideia era proporcionar, com a ajuda dos alucinógenos, experiências de pico religioso (experiências culminantes) para essas pessoas.

Durante o tratamento, música de uma seleção especial é usada; máscaras para os olhos e fones de ouvido são usados para ajudar a orientar e direcionar a experiência. A música parece ajudar o paciente a abandonar controles habituais e entrar em EAC mais facilmente; ajuda a trazer sentimentos emocionais que foram suprimidos; direciona e estrutura a experiência de maneira não-verbal; contribui para uma experiência culminante (BONNY, 1975, p. 128, tradução livre).

Para ampliar os resultados obtidos por meio desta técnica, passaram a utilizar uma técnica de relaxamento antes de começar com o processo da música. Havia também, a princípio, uma técnica de Imagens Afetivas Guiadas (LEUNER, 1969), que utilizava imagens como forma de disparar cenas afetivas na vida da pessoa e a partir destas conduziam uma visualização. Adiante, perceberam que esta funcionava muito melhor com a adição da música.

Então, o procedimento passou a ser o seguinte:

O sujeito está em um sofá para facilitar o relaxamento completo. Procedimentos como o relaxamento progressivo de Jacobson (1938) ou o treinamento autogênico de Schultz (1959) são usados para relaxar corpo. Quando o relaxamento é razoavelmente bem alcançado, o terapeuta sugere uma cena padrão e estimula a visualização. Neste ponto, uma seleção musical apropriada ou seleções são tocadas no fonógrafo; a seleção da música e a cena sugerida são escolhidas para amplificar ou trazer sentimentos relacionados a eventos importantes na vida do sujeito (BONNY, 1975, p. 129, tradução livre).

Assim, surge o método *Guided Imagery and Music* (GIM), posteriormente denominado Method Bonny of Guided Imagery and Music, e

este passou a ser empregado em pessoas saudáveis e organizadas mentalmente, que queriam aprofundar o conhecimento sobre elas próprias. Essas sessões eram realizadas de modo individual ou em grupo em workshops de finais de semana, de modo que um aspecto fundamental era a utilização de uma seleção de músicas apropriadas para produzir os resultados terapêuticos esperados. No final de cada sessão, as pessoas sempre relatam novas percepções e experiências pessoais que seriam importantes para seu processo de autodesenvolvimento.

Neste processo, tornou-se clara a potencialidade única da música em produzir EAC's por conta de suas qualidades multidimensionais.

O movimento da música, a ascensão e a queda da dinâmica, provocam uma ampla varredura daqueles níveis ou camadas de consciência mencionadas nos diagramas de EAC. Uma visão geral de eventos importantes e fluências na vida de uma pessoa é vivenciada à medida que a música transporta o sujeito de um estado para outro - às vezes para vários estados simultaneamente (BONNY, 1975, p. 130, tradução livre).

Assim, muitas experiências de diferentes tipos podem ser encontradas com esse método. Algumas pessoas percebem a música e não produzem nenhum tipo de imagem, já outras são capazes de produzir histórias fantásticas e bem elaboradas. Muitas vivem experiências transpessoais, nas quais experimentam EAC's acessando níveis de consciência mais altos ou experiências culminantes (BONNY, 1975).

Em outro artigo, a autora explica detalhes desta relação entre a música e as transformações ocorridas durante as sessões:

Usado um a um com um guia treinado, o GIM pode ser um poderoso processo de descoberta na exploração de níveis de consciência que normalmente não estão disponíveis para a consciência normal. As seleções de música escolhidas para facilitar elementos de timbre instrumental, cor vocal, ritmo, dinâmica de tom, intensidade e harmonia contribuem sutil e poderosamente para o humor, o envolvimento emocional e a introspecção perspicaz (BONNY, 1989, p. 7, tradução livre).

De acordo com as orientações do método GIM, a audição da música é feita de modo diferente do habitual, proporcionando experienciar a música de maneira aberta, unindo-se a ela, sem analisá-la de maneira racional ou puramente performática. As músicas selecionadas pelo terapeuta, a partir de uma análise musical criteriosa e de uma análise por escuta, portanto, quando ouvidas deste modo, servem como agentes catárticos em que partes mais inconscientes da personalidade podem surgir. O musicoterapeuta e a música, juntos, funcionam como uma base segura para que partes conflituosas da personalidade possam emergir e serem trabalhadas em um contexto de menor tensão (BONNY, 1989).

Em uma sessão GIM, à medida que o cliente se torna mais imerso em seu mundo interior de imagens e sentimentos, as primeiras experiências da vida surgem como reais; Uma inundação de emoções reprimidas pode irresistivelmente transbordar; Justaposições de imagens improváveis podem trazer insights e soluções criativas de problemas. Catarse, insight, solução de problemas - todos os objetivos clínicos valiosos - são experimentados (BONNY, 1989, p. 7, tradução livre).

Assim, um novo ponto de vista é proporcionado pela experiência musical no contexto terapêutico, potencializando a emergência de soluções para conflitos internos e a cura de sintomas. A partir do relato da autora, vemos a potencialidade de aplicação clínica deste método que une a música, imagens guiadas e estados alterados da consciência para a superação pessoal no contexto clínico.

### **Considerações Finais**

Considerando o que foi exposto ao longo deste trabalho, pudemos encontrar algumas respostas para as inquietações iniciais. O artigo teve como objetivo central compreender de que modo a utilização da música pode trazer

resultados clínicos no âmbito da musicoterapia a partir da indução de Estados Alterados da Consciência.

Neste contexto, o método GIM desenvolvido por Bonny apareceu como o mais adequado para responder aos questionamentos iniciais. Pudemos perceber o potencial que a música tem em produzir diferentes estados de consciência e trazer memórias da história pessoal do indivíduo, que podem ser utilizadas para aprofundar o seu autoconhecimento. Assim sendo, utilizando-se dos mesmos princípios da psicoterapia clássica, a partir da rememoração de eventos passados, estes podem ser trabalhados terapeuticamente de modo a trazer uma reelaboração de situações traumáticas e uma possível cura de sintomas associados.

No método específico de Helen Bonny, pudemos observar que a alteração dos estados de consciência ocorre por meio de seleção cuidadosa de músicas eruditas, pois se acredita que este tipo de música tem a complexidade necessária para induzir a tais experiências. De todo modo, talvez seja possível alcançar efeitos parecidos com outros estilos de música, talvez explorando um pouco mais a própria história musical do paciente e o seu ISo (Identidade Sonora).

Além disso, a própria alteração do estado de consciência, levando o paciente a estados de consciência incomuns à sua experiência diária, traz a possibilidade de o indivíduo rever uma situação da sua história de um ponto de vista diferente do usual. Essa mudança de perspectiva pode abrir novas possibilidades para lidar com questões associadas e possíveis soluções que geralmente não seriam percebidas.

Enfim, trata-se de um caminho com potencial e abertura para que seja explorado e desenvolvido por musicoterapeutas. Por outro lado, este método, apesar de ser muito conhecido na área da Musicoterapia, precisa ser bem compreendido e requer estudo específico para a sua aplicação. Assim, é

necessária uma formação e habilitação que, atualmente no Brasil, conta com poucos profissionais habilitados a conduzir sessões dentro deste método.

## Referências

ALDRIDGE, David; FACHNER, Jorg; SCHMID, Wolfgang. **Music, perception and altered states of consciousness**. Music Therapy Today (Online) Vol.VII (1) 70-76, 2006. [http://www.wfmt.info/Musictherapyworld/modules/mmmagazine/issues/20060331100549/20060331101804/MTT7\\_1\\_Fachner.pdf](http://www.wfmt.info/Musictherapyworld/modules/mmmagazine/issues/20060331100549/20060331101804/MTT7_1_Fachner.pdf). Acesso em: 29/03/2019.

BONNY, Helen. Music and Consciousness. **Journal of Music Therapy**, Vol. XII, N.3, Fall, 1975.

\_\_\_\_\_. Sound as Symbol: Guided Imagery and Music in Clinical Practice. **Music Therapy Perspectives**, Vol. 6, 1989.

CAMPAGNOLI, Ana Paula. **Tempo subjetivo de participantes com estados alterados da consciência em função de uso da bebida Ayahuasca em rituais xamânicos envolvendo música**. Dissertação (Mestrado em Psicobiologia). Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, 2017.

CANDELLO, Maria Letícia. **Humanização e transcendência: o encontro do humano com o divino, à luz da psicologia transpessoal, pela visão de Ken Wilber**. Dissertação (Mestrado em Ciência da Religião). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2008.

CHIZZOTTI, Antônio. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. 11ª ed. São Paulo: ed. Cortez, 2010.

COOPER, Lyz. **Sound Affects: Sound Induced Altered States of Consciousness and Improved Health and Wellbeing**. Oxford University, Oxford, 2015.

COUTINHO, Tiago. From religious ecstasy to ecstasy pills: a symbolic and performative analysis of electronic music festivals. **Relig. Soc.** vol.2 Rio de Janeiro, 2006.

CRAVEIRO de SÁ, Leomara. **Música e Estados de Consciência**. In: XVII Congresso da ANPPOM - Associação de Pesquisa e Pós-Graduação em

Música, 2007. XVII Anais do Congresso da ANPPOM. São Paulo: UNESP, 2007.

FACHNER, Jorg. Time is the key: Music and altered states of consciousness. In E. Cardeña& M. Winkelman (Eds.), **Altering consciousness: Multidisciplinary perspectives**. Vol. 1, History, culture, and the humanities, pp. 355–376. Santa Barbara, CA: Praeger, 2011.

FERRO, Kelem. **A música nos rituais de cura do Santo Daime**. 146 f. Dissertação (Mestrado em Artes). Instituto de Ciências da Arte Universidade Federal do Pará, Belém, 2012.

FERREIRA, Pedro. **Música Eletrônica e Xamanismo: técnicas contemporâneas do êxtase**. Tese (doutorado em Ciências Sociais). Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Campinas, 2006.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2008.

GOLDBERG, Francis; DIMICELI-MITRAN, Louise. (2010). **The central tenets of the Bonny method of GIM: Consciousness and the Integration of psychotherapy and spirituality**. Voices: A World Forum for Music Therapy, v.10 n.3.

<https://voices.no/index.php/voices/article/view/1885>. Acesso em: 27/03/2019.

LEUNER, Hanscarl. Guided affective imagery (GAI), **American Journal of Psychotherapy**, 1969, 23(l), p. 4-22.

MARQUES FILHO, Altino; COELHO, Cassiano; AVILA, Lazslo. Música removendo barreiras e minimizando resistências de usuários de substâncias. **Rev.SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 8, n. 1, jun. 2007. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702007000100003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702007000100003&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 29 junho de 2019.

PUDMOVCKI, Bruna; et al. **Musicoterapia no Tratamento a Usuários do CAPS AD**. Anais do IV Congresso Multidisciplinar FAP e XII Fórum Científico FAP. Apucarana, Paraná, 2018. Disponível em: <http://www.cesuap.edu.br/anais/congresso-multidisciplinar-2018/poster/219.pdf> Acesso em 29 junho de 2019.

SHANON, Benny. Os conteúdos das visões da ayahuasca. **Mana**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 109-152, Oct. 2003. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-93132003000200004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-93132003000200004&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 05 de Maio de 2019.

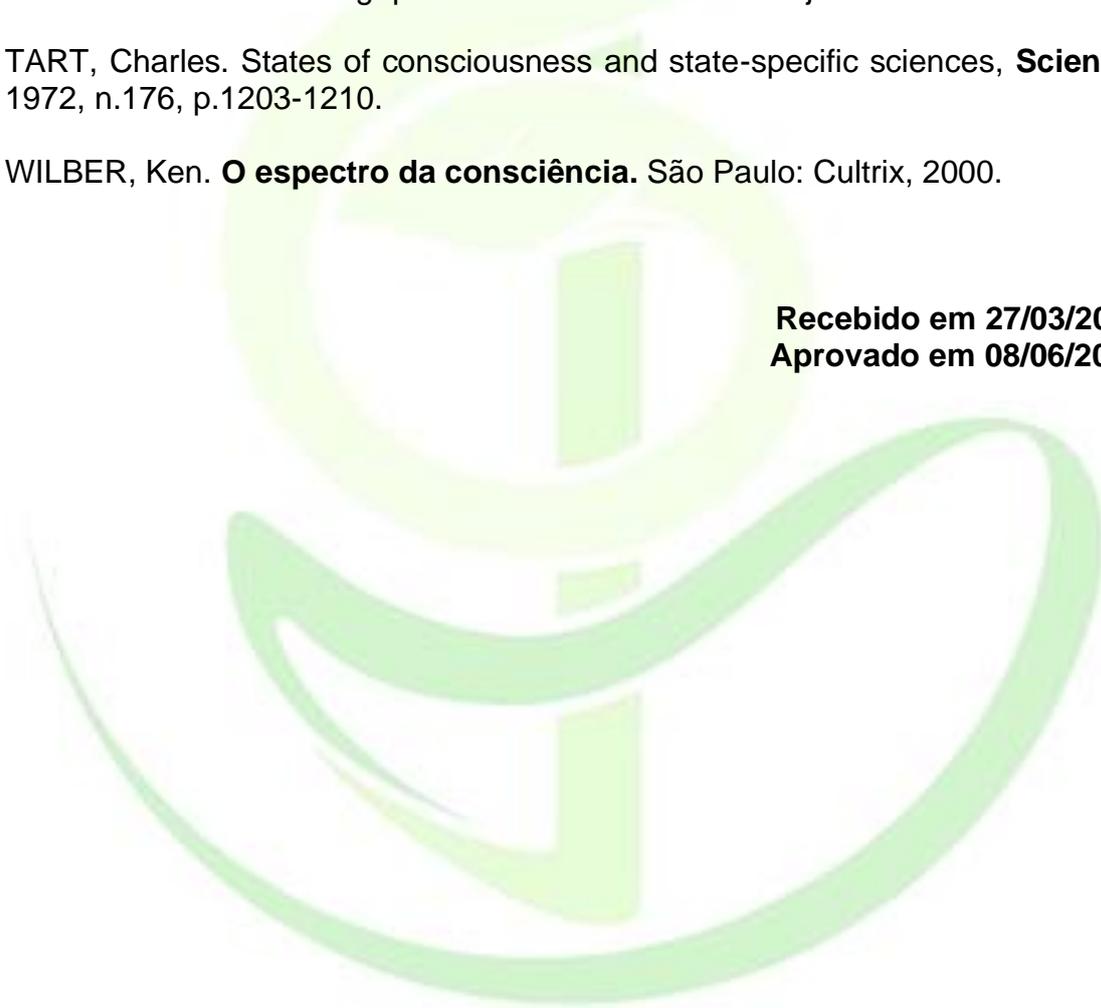
TABONE, Márcia. **A Psicologia Transpessoal**: Introdução à nova visão da Consciência em Psicologia e Educação. São Paulo: Editora Cultrix, 2003.

TAETS, Gunnar. et al . Efeito da musicoterapia sobre o estresse de dependentes químicos: estudo quase-experimental. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 27, e3115, 2019. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692019000100303&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692019000100303&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 29 junho 2019.

TART, Charles. States of consciousness and state-specific sciences, **Science**, 1972, n.176, p.1203-1210.

WILBER, Ken. **O espectro da consciência**. São Paulo: Cultrix, 2000.

Recebido em 27/03/2020  
Aprovado em 08/06/2020



MUSICOTERAPIA