

## MÚSICA COMO TERAPIA?

Imagine esta cena: um jovem siciliano suspeitava que sua amante o traía, nas antigas ilhas greco-italianas de milhares de anos atrás. Suas suspeitas foram posteriormente inflamadas pelos sons da música de uma flauta no modo Frígio(1). Tomado de raiva, ele se atira em direção à casa da traidora. Pitágoras deixa seus cálculos de lado por um momento e pede ao flautista para tocar o modo Dórico(2) ao invés do Frígio. Esta alteração de sons teve um efeito imediato no apaziguamento dos ânimos exaltados do jovem. O antigo modo Frígio era considerado pelos gregos como causador de hiperventilação nos seres humanos, aumentando a pressão sanguínea e excitando as pessoas de forma dramática.

Conta-se que Alexandre, o Grande(3), também era tão sensível à música que certa vez degolou um de seus convidados após ouvir o músico tocar o modo Frígio à lira. O músico poderia ter diminuído a excitação do rei se tivesse tocado um modo menos agressivo. Aristóteles narra que a música da flauta aliviava as dores do castigo aplicado aos escravos. Terpandro(4) parece ter pacificado uma multidão de cidadãos rebeldes ao tocar uma melodia benigna na lira de sete cordas que ele mesmo inventara. Segundo essa narrativa quase lendária, os rebeldes enfurecidos caíram em prantos com a música e correram em direção ao tirano, pedindo-lhe desculpas pela confusão. Histórias pseudomitológicas abundam no universo musical: Tírtaco, o Ateniense, foi enviado a Esparta com a missão de minar a indomável índole da cidade guerreira – para tanto, ele deveria tocar uma elegia (“a boa lei”); sem querer, entretanto, troca a música pelo modo Dórico, que possuía tom marcial. Resultado: os Espartanos irrompem sobre Atenas, tomados de fúria bélica.

Platão declarava que a obediência civil poderia ser adquirida por meio da música. De fato, decretos públicos geralmente eram recitados na Grécia Antiga com o acompanhamento de melodias à lira. Voltando ao modo Frígio, conta-se que Teofrasto(5) recomendava esta escala para a cura da ciática: o flautista deveria manter a flauta na posição vertical próxima ao gânglio afetado pela doença.

Lendas e histórias antigas à parte, há uma crença enorme no poder curativo e nas propriedades terapêuticas da música. O médico Lichtenthal (6), em seu livro “O médico músico” (publicado em 1811), sugere remédios musicais para uma variedade de doenças humanas: sua lista inclui a incidência de baixa habilidade mental entre alunos primários que não participavam de aulas de música. Segundo o relato do médico, uma menina – afetada seriamente por ninfomania – tornou-se moralmente sadia ao ser forçada a uma “terapia musical”, três vezes por dia. Congreve(7) escreveu, certa vez, que “a música tem seu charme, capaz de apaziguar a besta mais selvagem”. Isto parece ter seu valor se analisarmos o que o Rei Felipe II da Espanha fez para afastar sua melancolia crônica de vez: o monarca contratou o famoso castrato(8) Farinelli para cantar na porta de seu quarto algumas melodias, dia após dia. Conta-se que o cantor fez isso por 25 anos, acabando de vez com a perturbação psicológica do rei.

As histórias da terapia musical podem ser bizarras. O tarantismo, nome associado à aranha tarântula, é uma compulsão incontrolável para a dança; suas primeiras referências parecem ter ocorrido em Taranto, na Itália, no séc. XV. Esta coreografia mórbida, segundo o que se dizia, era causada pela picada da aranha – de acordo com relatos contemporâneos, o tarantismo podia ser curado pela Tarantela, uma dança italiana

em ritmo acelerado 6/8. A lenda parece ter encontrado espaço especial em algumas enciclopédias de renome na Europa.

Uma afirmação plausível pode ser feita, entretanto, em relação aos benefícios psiquiátricos da música no que tange ao tratamento de crianças com autismo e retardamento mental. A música de dança ritmada em compasso binário (correspondente à intercalação natural de inspiração e expiração/sístole e diástole cardíacas) pode ter um efeito pacificador no ser humano, especificamente em crianças com tais distúrbios. O ritmo mais benéfico, segundo alguns estudiosos, é o de 80 batidas por minuto, ou seja, o mesmo ritmo da pulsação de uma pessoa normal em repouso.

A pergunta, agora, é: Que tipo de música deve ser tocada para finalidades medicinais? Em 1852, o fisiologista alemão Lotze (9) escreveu, em seu “*Medizinische Psychologie (Psicologia Medicinal)*”, que um estudo cuidadoso das melodias mostra que somos completamente ignorantes acerca das circunstâncias sob as quais a mudança de excitação de um tipo de nervo para outro corresponde ao substrato físico das sensações estéticas geradas pela música. Alguns médicos alertam que a música pode afetar diretamente o sítio das emoções no córtex cerebral. Inúmeros experimentos têm sido efetuados em pacientes com distúrbios mentais variados com o intuito de descobrir que tipo de música pode ser adequado para cada tipo de problema. Psicólogos têm trabalhado com estatísticas musicais para comprovar, entre outras coisas, que as composições para piano de Chopin e Rachmaninoff são boas para pessoas desequilibradas, enquanto que as de Stravinsky e Schönberg acabam aumentando o desequilíbrio de pessoas cronicamente afetadas por melancolia, raiva e outros distúrbios compulsivos(10).

Não há como se negar que a música possa mover as massas ao frenesi: inúmeros relatos históricos narram cenas em que turbas de revolucionários inflamam o povo a partir de músicas inspiradoras, levando-os à batalha e, invariavelmente, à vitória. Só para terminarmos nossas reflexões por ora: uma curiosa indicação do Instituto de Terapia Musical (organizado na Polônia em 1974) sugere que o seguinte programa musical seja aplicado a um paciente que se submete à cirurgia cardíaca: Gavota em Lá Maior de Gluck, O Luar de Debussy, Siciliana de Bach e Adágio de Albinoni. Mesmo não estando em uma mesa de operações e pronto para ter seu tórax aberto e o coração exposto, que tal tentar esta programação musical? Garanto que seu coração agradecerá.

## NOTAS:

(1) Os gregos classificavam diversas escalas (dó-ré-mi-fá-sol-lá-si-dó, sol-lá-si-dó-ré-mi-fá-sol etc.) como *modos*, dando-lhes nomes específicos: modo Dórico, modo Frígio, modo Lídio, modo Jônico etc. O modo Frígio correspondente ao tom de Dó maior na atualidade (dó-re-mi-fá-sol-lá-si-dó).

(2) O modo Dórico corresponde à seqüência ré-mi-fá-sol-lá-si-dó-ré.

(3) N. Sloninsky, *Lectionary of Music*. Nova Iorque: Anchor Books, 1989, p. 312.

(4) Nascido em Antissa, na ilha de Lesbos, Terpandro foi um poeta grego e tocador de cítara que viveu na primeira metade do séc. VII a.C.

(5) Teofrasto (372-287? a.C.) parece ter sido um dos discípulos favoritos de Aristóteles.

(6) Peter Lichtenthal (1780-1853) foi médico, compositor e musicólogo. Viveu em Milão, Itália.

(7) William Congreve (1670-1729) foi um dramaturgo inglês.

(8) Os castratti (plural de castrato) eram homens que mantinham, na idade adulta, o mesmo registro vocal da voz mais aguda feminina, o soprano. O nome em italiano acusa a maneira pela qual tais cantores

mantinham a voz aguda incomum: a castração evitava que o hormônio testosterona, produzido nos testículos, impedisse a mudança de voz do garoto durante a puberdade e a adolescência.

(9) Rudolf Hermann Lotze (1817-1881).

(10) Sloninsky, op. cit., p. 314.