

Priscila Bernardo Mulin

**ESTÍMULOS SONORO-MUSICAIS E ESTADOS ALTERADOS DE  
CONSCIÊNCIA**

São Paulo

2004

Uni FMU

Priscila Bernardo Mulin

# **ESTÍMULOS SONORO-MUSICAIS E ESTADOS ALTERADOS DE CONSCIÊNCIA**

Trabalho de conclusão do curso de  
Musicoterapia/ UniFMU, sob a  
orientação do Professor Mestre Raul  
Jaime Brabo.

São Paulo

2004

# **FOLHA DE APROVAÇÃO**

**Autor: Priscila Bernardo Mulin**

**Título: Estímulos Sonoro-Musicais e Estados Alterados de Consciência**

Professor examinador:

---

Raul Jaime Brabo

UniFMU

São Paulo, 30 de novembro de 2004

## **DEDICATÓRIA**

Aos meus pais, a minha avó (in memoriam), e aos meus amigos pelo carinho, pela compreensão, pelo amor, e pelo apoio por tudo, sempre.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço aos “professores” que passaram pela minha vida e que me instigaram pelo saber, para aqueles que são professores por profissão e à aqueles também que não tinham esta pretensão mas acabaram me ensinando grandes lições de vida.

Aos professores do curso de musicoterapia do UniFMU, especialmente a Cristiane Amorosino, supervisora sempre presente e disposta a ajudar, por quem tenho uma grande admiração e que me ensinou e continua me ensinando muitas coisas, a psiquiatra Ivette Kairala, sempre aberta me ajudando a entender e responder diversas questões, e aos três professores que durante estes anos colocaram mais dúvidas do que certezas em minha cabeça me mostrando que quanto mais conhecimento adquirimos mais ampliada torna-se a nossa visão de mundo, Lilian E. Coelho, Enio Britto Pinto e Raul Jaime Brabo, o meu orientador.

Agradeço também a minha professora de inglês Inara Benez pelo auxílio nas milhares de traduções de artigos para este trabalho, e a minha terapeuta Gisleine Ramos.

“Se um homem encara a vida de um ponto de vista artístico, o seu cérebro passa a ser o seu coração”

(Oscar Wilde)

## **RESUMO**

Este trabalho apresenta conceitos básicos sobre estados alterados de consciência (EAC) e/ou transe, compara alguns procedimentos sonoro-musicais capazes de induzir estes estados, e discute tópicos importantes sobre a utilização dos mesmos na prática clínica musicoterapêutica, como procedimentos de precaução, a fim de se evitar reações negativas e procedimentos para potencializar os EAC como ferramenta produtiva ao musicoterapeuta.

Palavras Chave: música, estados alterados de consciência e/ou transe, procedimentos de indução de estados alterados de consciência e/ ou transe

## **ABSTRACT**

This paper presents basic concepts of altered states of consciousness (AEC) and/or trance, it also compares some procedures of inducing these states through music, moreover it discusses important issues about the use of these states in the clinical music therapy practice as well, as precaution procedures, in order to avoid negative reactions and also other procedures to potencialize the AEC as a productive tool for the music therapist.

Key words: Music, altered states of consciousness and/or trance, altered states of consciousness and/or trance-inducing methods

# SUMÁRIO

## 1. INTRODUÇÃO

## 2. A BASE DO TRABALHO

- 2.1 Artigo-Base 1: Musicoterapia com Objetos Sonoros Arcaicos: Uma Metodologia Terapêutica para os Chamados “Transtornos Tempranos”, de Peter Hess 14
- 2.2 Artigo-Base 2: Música e Transe, de John J. Pilch 15
- 2.3 Artigo-Base 3: Som e Transe em um Setting Ritualístico Visualizado por Mapeador Cerebral EEG, de Jörg Fachner & Sabine Rittner 15
- 2.4 Artigo-Base 4: Os Efeitos da Percussão Monótona nas Experiências Subjetivas, de Csaba Szabó 15

## 3. ESTADOS ALTERADOS DE CONSCIÊNCIA E TRANSE

- 3.1 Estados Alterados de Consciência (EAC) 16
  - 3.1.1 Características dos EAC 17
  - 3.1.2 Níveis de EAC 19
  - 3.1.3 Os Estímulos e Procedimentos Capazes de Gerar um EAC 19
    - 3.1.3.1 Estímulos Farmacológicos 20
    - 3.1.3.2 Procedimentos Psicológicos 20
    - 3.1.3.3 Procedimentos Mistos 21
- 3.2 Transe 21
  - 3.2.1 Os Tipos de Transe 23



#### 4. MÚSICA E ESTADOS ALTERADOS DE CONSCIÊNCIA

4.1 Redução da Estimulação Ambiental	26
4.1.1 Os Instrumentos Arcaicos e Ricos em Harmônicos de Hess	26
4.1.2 Monocórdio Corporal	26
4.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona	27
4.2.1 A Percussão Monótona de Szabó	27
4.2.2 O Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos	28
4.2.3 O Evento da Gravação de Uivos de Lobos do Artigo de Pilch	29
4.3 Outros Tipos de Procedimentos ou Situações (O Transe de Cima para Baixo)	30
4.3.1 Ouvindo Música na Banheira	30
4.3.2 O Caso de LB	30
4.4 Comparação dos Procedimentos	31
4.4.1 Diminuição da Estimulação Ambiental	31
4.4.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona	31
4.4.3 Outros Tipos de Procedimentos ou Situações	32
4.4.4 Outras Questões que Devem Ser Levadas em Conta Sobre a Música Ideal para se Induzir um EAC e/ ou Transe	33

## 5. EFEITOS DOS EAC ENCONTRADOS NOS QUATRO ARTIGOS-BASE

5.1 Redução da Estimulação Ambiental	35
5.1.1 Os Instrumentos Arcaicos e Ricos em Harmônicos de Hess	35
5.1.2 Monocórdio Corporal	35
5.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona	37
5.2.1 A Percussão Monótona de Szabó	37
5.2.2 O Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocando em Andamento Rápido	39
5.2.3 O Evento da Gravação de Uivos de Lobos do Artigo de Pilch	39
5.3 Outros Tipos de Procedimentos e Situações (O Transe de “Cima para Baixo”)	40
5.4 Comparação dos Procedimentos	40
5.4.1 Redução da Estimulação Ambiental	40
5.4.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona	40
5.4.3 Outros Tipos de Procedimentos e Situações (O Transe “de Cima para Baixo”)	41
5.4.4 Todas as Categorias	42

## 6. MUSICOTERAPIA

6.1 O Tipo de Música Utilizada nos Atendimentos Musicoterapêuticos com EAC	46
6.1.1 A Qualidade Estética da Música	46
6.1.2 Músicas com Letras	47
6.2 Os Tipos de Atendimentos Musicoterapêuticos com EAC	47
6.2.1 A Terapia do Gongo de Hess	48

## 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

## REFERÊNCIAS

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1- Reação dos Sujeitos de Pesquisa ao Monocórdio Corporal	37
Tabela 2 - Descrição do experimento do Monocórdio Corporal pelos Sujeitos de Pesquisa	37
Tabela 3- Comparação das Características de EAC descritas por Ludwing com os procedimentos de Indução de EAC, que apresentam 210 bpm	42
Tabela 4 – Comparação entre Todos os Métodos ou Procedimentos de Indução do EAC	43

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

bpm – Batimentos por minuto

EAC – Estados Alterados de Consciência

EEG – Eletroencefalograma

PCI - Phenomenology of Consciousness Inventory

pHGS - Predicted Harvard Group Scale

SNC – Sistema Nervoso Central

## **1. INTRODUÇÃO**

De uma maneira bem simples e resumida poderíamos dizer que a musicoterapia é a utilização da música com fins terapêuticos, desta forma tudo que se relaciona com a área terapêutica e com a música é de interesse do profissional desta área.

Já não é de hoje que os EAC (estados alterados de consciência) são reconhecidos na área terapêutica como fortes aliados em processos terapêuticos, veja a enorme repercussão da hipnose e do treinamento autôgeno, por exemplo. Sabe-se também que uma das formas de se alcançar estes estados é através da música .

Sendo assim torna-se impossível dizer que a relação entre EAC e música não seja do interesse do musicoterapeuta, porém muito pouco ainda é encontrado na literatura musicoterapêutica sobre este assunto.

É com o pensamento de que a relação entre a música e os EAC é de interesse do musicoterapeuta, que este trabalho, através de quatro artigos- base se propõe a apresentar e comparar alguns procedimentos musicais que possam levar aos EAC.

Iniciaremos o trabalho apresentando os quatro artigos que darão base a discussão, posteriormente apresentaremos o conceitos de EAC e transe e apresentaremos e compararemos os procedimentos musicais e seus respectivos efeitos, e terminaremos apresentando alguns tópicos encontrados nos artigos- base, que se relacionam com a prática clinica musicoterapêutica.

## **2. A BASE DO TRABALHO**

A literatura sobre Estados Alterados de Consciência (EAC) na musicoterapia é muito escassa, quase tudo que se encontra está relacionado ao método Bonny de Imagens Guiadas e Música, e mesmo assim parece haver pouco falando sobre a relação da música com estes estados, e quando isto é feito é direcionado para um tipo específico de música, a erudita.

Outra coisa importante a ser ressaltada é que na literatura brasileira de musicoterapia nada sobre este assunto foi encontrado.

Dentre o material encontrado para a pesquisa, quatro artigos nos chamaram a atenção, e é basicamente o conteúdo destes quatro artigos que será discutido neste trabalho.

Apresentaremos a seguir uma breve explanação sobre cada um destes quatro artigos que servirão como base para o trabalho antes de iniciarmos a discussão:

### **2.1 Artigo-Base 1: Musicoterapia com Objetos Sonoros Arcaicos: Uma Metodologia Terapêutica Para os chamados “transtornos tempranos”<sup>1</sup>, de Peter Hess**

Este é o principal artigo-base para este trabalho. Neste artigo HESS apresenta uma sólida base sobre EAC e seus disparadores, além de falar da utilização destes estados na prática clínica musicoterapêutica com pacientes psiquiátricos. Embora os outros três artigos também tenham sido escritos por musicoterapeutas ou encontrados em publicações da área, o artigo de Hess é o único que se refere diretamente à prática clínica.

---

<sup>1</sup> Título Original: Musicoterapia con objetos sonoros arcaicos: Una metodología terapéutica para los llamados “transtornos tempranos”

## **2.2 Artigo –Base 2: Música e Transe<sup>2</sup>, de John J. Pilch**

Baseado em outros teóricos sobre o assunto, PILCH discute alguns tópicos interessantes entre a relação música e transe neste artigo, tais como a questão social do transe, se todas as pessoas são capazes de experimentar este estado, se a música é realmente capaz de induzi-lo, entre outros. Além de diferenciar neurológicamente dois tipos de transe, um que ativado por meio do sistema nervoso e outro que é ativado pelo cérebro.

## **2.3 Artigo-Base 3: Som e Transe em um Setting Ritualístico Visualizado por Mapeador Cerebral EEG<sup>3</sup>, de Jörg Fachner & Sabine Rittner**

Neste artigo, FACHNER & RITTNER, apresentam e analisam, dois métodos sonoros receptivos de indução de transe, o Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos (indução ergotrópica) sendo tocados em andamento rápido, e o Monocórdio Corporal (indução trofotrópica).

## **2.4 Artigo-Base 4: Os Efeitos da percussão Monótona nas Experiências Subjetivas<sup>4</sup>, de Csaba Szabó**

Este artigo é o relato de um experimento feito por SZABÓ, no qual o resultado mostra que os EAC podem ser alcançados através da percussão monótona. O autor faz também uma comparação superficial entre os efeitos da percussão monótona e a hipnose.

---

<sup>2</sup> Título Original: Music and Trance

<sup>3</sup> Título Original: Sound and Trance in a Ritualistic Setting Visualised with EEG Brainmapping

<sup>4</sup> Título Original: The Effects of monotonous drumming on subjective experiences

### **3. ESTADOS ALTERADOS DE CONSCIÊNCIA E TRANSE**

Durante todo trabalho falaremos de EAC (estados alterados de consciência) e transe, desta forma torna-se necessário iniciarmos a discussão com a definição destes termos e uma breve explanação sobre o assunto.

HESS (1999, p.5) antes de começar a definir o que é um EAC, tenta explicar o que é consciência diferenciando um EAC, da consciência normal ou cotidiana, ele diz:

A consciência humana não pode ser totalmente definida de uma maneira objetiva, já que necessitamos da mesma para uma definição. Contudo pode-se diferenciar a consciência habitual cotidiana dos estados que abrem outras dimensões.

Com esta citação de Hess damos inicio a difícil missão de definir o que é um EAC, ou pelo menos tentar explicar do que se trata, já que como HESS disse, a consciência não pode ser definida de maneira objetiva.

#### **3.1 Estados Alterados de Consciência (EAC)**

GROM (1994, p.320) define os estados alterados de consciência (EAC) como:

...todos os processos cognitivos e emocionais que se diferenciam, em relação aos âmbitos fundamentais de suas função<sup>5</sup>...da consciência de vigília que as culturas ocidentais consideram normais. Os exemplos mais conhecidos são os sonhos, noturnos e diurnos, as transições ao dormir (fenômenos hipnagógicos) e ao despertar (fenômenos hipnopômicos), os delírios alcóolicos e a hipnose.

---

<sup>5</sup> vigília, consciência do eu, esquema corporal, consciência corporal, emoção



Além dos EAC da consciência dos sonhos, GROM (1994, p.321) mostra que pode-se estabelecer as seguintes distinções:

1. Consciência de vigília normal
2. Estados alterados de consciência (em vigília), que se subdividem em:
  - a). Estados são, são seguramente, controlados (reversíveis), e dão a mão com o bem estar psíquico e corpóreo e não chamam a atenção social, pode-se vivê-los tanto espontaneamente, como podem ser induzidos.
  - b). Estados patológicos, que ocorrem de maneira incontrolada e desintegradora, por exemplo, manias, esquizofrenias ou personalidades múltiplas (A.Dittrich, 1985)

Os procedimentos de indução que falaremos neste trabalho estão relacionados ao item “a” da citação acima.

### 3.1.1 Características dos EAC

As **características dos EAC** foram descritas por LUDWING em 1966 como, **modificação do pensamento, modificação da percepção temporal, limitação ou perda de controle, modificação das emoções, modificação do esquema corporal, modificação da percepção, modificação do significado das vivências, sensação de inexpressabilidade, sensação de renovação ou relaxamento, hipersugestibilidade** (Hess, 1999; Grom, 1994).

TART tentou levar adiante as reflexões de Ludwing e propôs um enfoque sistêmico, no qual os estados de consciência, sejam eles quais forem (os do dia a dia, dos sonhos, dos sonhos em estado de vigília, da hipnose, da experiência com drogas e etc), **se caracterizarem pelo fato de os subsistemas e seus potenciais serem ativados de uma maneira determinada e contribuir para configurar uma organização total de um sistema.** (Grom, 1994)

A consciência humana é formada por subsistemas, o conjunto destes subsistemas fazem com que vejamos o mundo da maneira que vemos, se estes subsistemas forem alterados de alguma forma isto mudará a maneira de vermos o mundo, **este resultado da alteração dos subsistemas é o que podemos chamar de EAC.**

Estes subsistemas são:

- Percepção do mundo exterior
- Percepção das próprias sensações
- Assimilação da percepção do mundo exterior e da próprias sensações
- Memória
- Sentimento de identidade
- Processo de valorização
- Inconsciente
- Emoções
- Consciência espaço-temporal
- Controle corporal espontâneo
- Funções latentes

Desta forma TART conclui que os EAC ocorrem pela desestabilização do estado de consciência normal em virtude de uma inundação ou supressão de estímulos, de uma perda de concentração e outros fatores, e assim a consciência logo é reconstruída na direção desejada mediante os fluxos psicológicos ou fisiológicos.

HESS (1999, p. 6), refere-se também a um estudo de grande amplitude de DITTRICH em que ele encontrou as três mesmas vivências básicas nos estados alterados de consciência em vigília:

1. Sensação de perda dos próprios limites
2. Dissolução angustiante do EU
3. Reestruturação da percepção através de todos os órgãos do sentido

Em relação as estas três vivências, DITTRICH diz que elas podem se apresentar com intensidade e expressão variáveis, de forma isolada ou sucessiva e com diferente peso dependendo do contexto e enquadre do método utilizado para induzir os EAC. **Estas vivências além de serem encontradas nos EAC, também podem ser encontradas na síndrome psicopatológica da esquizofrenia** (Hess 1999, p. 8) .

### 3.1.2 Níveis de EAC

HESS afirma que em EAC é possível ter acesso a vivências e recordações que normalmente não são acessíveis e que tem origem na biografia pessoal, remontado assim a primeira infância e o período pré e pós natal, pode-se também ir mais além do nível pessoal e levar a um nível coletivo humano como JUNG descreveu, e ainda levar o indivíduo a vivenciar a transcendência da consciência humana. HESS (1999, p.10) apresentou os níveis de consciência descritos acima como:

#### **1. Nível Pessoal**

- consciência cotidiana
- nível de associações livres
- nível de vivências estéticas abstratas
- nível de recordações biográficas
- períodos pré e peri natal
- níveis de experiências de quase-morte/ dissolução xamanica do Eu

#### **2. Nível Humano Coletivo**

- pertencente à laços familiares
- acesso aos antepassados
- pertencente a determinados grupos étnicos/ tribais

#### **3. Nível Transhumano**

- nível animal
- nível vegetal
- nível mineral
- nível planetário
- nível cósmico/ microcosmo
- nível celular/ microcosmo

Quanto mais intensos forem os EAC mais profundo serão estes níveis. Chegar a estes níveis e ir aprofundando os mesmos depende muito mais da **disposição do indivíduo** do que do disparador, da substância ou do método psicológico utilizado.

### 3.1.3 Os Estímulos e Procedimentos Capazes de Gerar um EAC

Para que haja a desestabilização da consciência normal como sugeriu TART e ocorra o EAC são necessários determinados estímulos ou procedimentos, HESS (1999, p. 6-8) aponta como estes estímulos ou procedimentos, **os estímulos farmacológicos, os procedimentos psicológicos e os procedimentos mistos.**

#### 3.1.3.1 Estímulos Farmacológicos

Os estímulos farmacológicos podem ser os alucinógenos de primeira ordem e segunda ordem.

Os de primeira ordem, por exemplo, são a mescalina, a psilocibina, o LSD e a Cannabis Sativa.

E os de segunda ordem escopolamina, muscimol, fenociclidina, ketamina, óxido nítrico (gás hilariante) e nicotina.

Estes estímulos certamente produzem um EAC mais intenso e mais estável enquanto dura os efeitos da substância, podendo durar desde minutos até mais de doze horas dependendo do estímulo. Só que neste caso o EAC não pode ser tão controlado pelo indivíduo que o vivencia como o EAC alcançado pelos procedimentos psicológicos que falaremos a seguir, pois este tipo de EAC é alcançado por uma substância externa que sua ação é independente no corpo humano.

#### 3.1.3.2 Procedimentos Psicológicos

Os procedimentos psicológicos são divididos em três categorias.

A primeira categoria é a de **diminuição** das variações do campo de percepção, que podem ser por exemplo: privação de estímulos, tanque de isolamento, estados hipnagógicos, treinamento autógeno, hipnose, meditação e **música monótona.**

A segunda categoria é o oposto, é o **aumento** das variações e do ritmo do campo de percepção, podem ser por exemplo: inundação de estímulos, **toques rítmicos**, dança de transe e maratona.

E a terceira categoria é a reunião de outras tipos de técnicas, tais como, privação do sono, hiperventilação, bio-retro alimentação respiratória (RFB respiratory biofeedback de Leuner).

Os estímulos psicológicos podem alcançar a mesma intensidade dos EAC produzidos pelas drogas, só que são mais instáveis, mas podendo ser melhor controlados.

### **3.1.3.3 Procedimentos Mistos**

O procedimentos mistos são combinações e estímulos e podem ser divididos em três categorias.

A combinação de estímulos farmacológicos, como por exemplo LSD mais MDMA ou então MDTA mais DMT.

A segunda categoria é a combinação de estímulos farmacológicos e psicológicos, tais como técnicas xamanicas, psicólisis e festas “tecno”.

E a terceira é a combinação de estímulos psicológicos com outras técnicas, como por exemplo, dança sufi, escalar montanhas e discotecas.

### 3.2 Transe

No artigo de PILCH (2004, p.1) ele define transe se baseando em GOODMAN, e dizendo o seguinte: “é um largo grupo de estados alterados de consciência (EAC), os quais os seres humanos são capazes”. Ainda neste artigo, baseado em ROUGET, o autor oferece mais uma definição de transe (Pilch, 2004, p.2):

... ...Rouget usa a palavra transe para significar simplesmente o tipo de EAC que é obtido por meio de barulhos (eventos acústicos), agitação, e na presença dos outros (em contraste ao êxtase, que é alcançado em silêncio na mobilidade e na solidão).

Já FACHNER & RITTNER (2004, p.5) alertam para o fato de o transe ser definido muitas vezes de maneira contraditória na literatura, mas que para o propósito do trabalho deles eles utilizaram a seguinte definição de HESS & RITTNER (1996):

Uma variedade de alterações físico-mentais que pode ocorrer nas pessoas ao mudarem o seu estado de alerta independente do cenário cultural. Estímulos, técnicas e rituais que induzem a uma estrutura de transe dependem do contexto sócio-cultural”

Quanto a esta questão levantada na citação de HESS & RITTNER, sobre a capacidade de se entrar em transe não depender do cenário cultural, mas sim das maneiras de o induzir, PILCH (2004, p. 2) também comenta sobre isto em seu artigo.

Em uma sociedade, o disparador do transe poderá ser a música suave, em outra o som alto. Em uma sociedade ritmos rápidos podem induzir o transe, enquanto em outras ritmos suaves são preferidos.

Embora PILCH concorde que o disparador do transe varie de uma sociedade para outra ele acredita que todas as sociedades possuam a habilidade de entrar em transe e experimentar EAC, para dar embasamento a sua afirmação cita uma pesquisa de BOURGUIGNON (1973).

Ela conduziu um estudo funcional antropológico dos EAC, compilando amostras de 488 sociedade e fez uma investigação de dados na área de arquivos de relações humanas, juntando uma exaustiva coleção de relatos etnográficos disponíveis em bibliotecas, em micro fichas e cd-rooms. Como resultado ela encontrou a existência dos EAC em 90% das 488, por região os EAC existem em 80% das sociedades do Círculo Mediterrâneo (a parte baixa) e em 97% das 121 sociedades Norte Americanas, mostrando que os EAC são um fenômeno universal. BOURGUIGNON comenta a pesquisa dizendo: “Sociedades que não utilizam estes

estados, claramente são exceções históricas, e que precisam ser explicadas, apesar da vasta maioria das sociedades fazerem uso destes estados.” (Pilch 2004, p. 7)

PILCH continua a discussão falando sobre a utilização destes estados não ser muito aceita no Ocidente e usa a explicação que o médico antropólogo ARTHUR KLEINMAN oferece sobre o problema de deficiência do Ocidente, como uma sociedade que não faz uso dos EAC, e que freqüentemente, veementemente nega que eles tenham algum valor. KLEINMAN (1988, p. 50) diz: “apenas o moderno e secular Ocidente parece ter bloqueado o acesso dos indivíduos a estas dimensões pan-humanas do ser”. E PILCH (2004: 8) comenta:

De acordo com Kleinman, nós desenvolvemos uma “consciência adquirida”, por meio do qual nos dissociamos o self e olhamos para este self objetivamente. A cultura ocidental socializa os indivíduos para que eles desenvolvam um metaself, um observador crítico que monitora e comenta sobre as experiências. O metaself não permite a total absorção da experiência vivenciada, que é a própria essência fortemente focada nos EAC. O metaself permanece de uma maneira não refletida, uma experiência não imediata que torna-se distante.

PILCH também diz que os bebês e crianças bem pequenas ainda são capazes de entrar em transe anteriormente ao surgimento do superego, do metaself, no processo de desenvolvimento, eles possuem a habilidade de se tornarem totalmente absortos em todos os aspectos de suas experiências vivenciadas. As crianças das sociedades ocidentais deixarão de fazer uso dos EAC quando aprenderem todos os códigos de sua cultura, que parecem como KLEINMAN disse renegar estes estados.

Os bebês, por exemplo, podem entrar em transe enquanto vêem ou ouvem alguém cantando. PILCH descreve isto da seguinte maneira: “eles entram num EAC, um transe, que reflete-se tanto em períodos estendidos de atenção focada ou na redução dos movimentos corporais” (Pilch, 2004, p. 6)

### 3.2.1 Os Tipos de Transe

Embora possamos definir transe como um tipo de EAC, ainda dentro deste tipo de EAC o qual chamamos de transe, podem existir tipos diferentes de transe.

No artigo de RITTNER & FACHNER, por exemplo, eles diferenciam dois tipos de transe, o **transe ergotrópico (êxtase)** e **trofotrópico (entasis)**. Segundo eles, o que diferencia os dois tipos de transe é a **maneira que ele é ativado**. Para facilitar o entendimento usaremos mais uma citação de HESS & RITTNER que se encontra no artigo de FACHNER & RITTNER (2004, p.5)

“Na psicoterapia musical com transe sonoro, música (...) é efetivo por dois modos: 1. Ativado fisiologicamente (ergotrópico) em direção ao êxtase por um ritmo intensificando o campo da percepção (...) ou fisicamente tranquilo e internalizado (trofotrópico) em direção ao entasis com campo de percepção reduzido e focando-se por sons monocromáticos”

O transe ergotrópico (êxtase) significa um alerta não contemplativo, um estado bem acordado de consciência, enquanto que o transe trofotrópico é caracterizado por um estado de relaxamento contemplativo e aparentemente sonolento, e também por um perfil de movimento um pouco inibido e uma redução na reação e na voluntariedade de agir (entasis)

PILCH também apresenta dois tipos de transe em seu artigo, partindo da mesma premissa de RITTNER & FACHNER, de que o que diferencia o tipo de transe é o modo indução, para diferenciar o tipo de transe e de indução ele se baseia na neurofisiologia.

Baseando-se em D'AQUILLI & NEWBERG (1999), PILCH, mostra que, neurológicamente há duas formas de se alcançar o transe, **“debaixo para cima”** (from the bottom up), primariamente **por meio do sistema nervoso**, ou **“de cima para baixo”** (from the top down), primariamente **por meio do cérebro**.



## 4. MÚSICA E ESTADOS ALTERADOS DE CONSCIÊNCIA

Na parte anterior do trabalho foi mostrado que os EAC e/ou transe podem ser ativados por três tipos de disparadores: estímulos farmacológicos, procedimentos psicológicos e procedimentos mistos (Hess, 1999).

Dentre os procedimentos psicológicos, que por sua vez são divididos em três categorias (diminuição das variações do campo de percepção, aumento das variações do campo de percepção, e outras técnicas), os elementos sonoro musicais estão inclusos, aparecendo em duas destas categorias (diminuição das variações do campo de percepção e aumento das variações do campo de percepção).

Observe os tipos de elementos sonoros musicais que podem induzir o transe e/ou EAC segundo HESS (1999, p. 12):

### **Redução da Estimulação Ambiental**

\* estilos especiais de canto: cantos de poder dos xamãs, cânticos e mantras religiosos, *Obertongrsang*

\* instrumentos ricos em harmônicos: tanpura, monócórdio, gongos, tigelas sonoras, *didgeridoo*

### **Aumento da Estimulação Ambiental**

#### ***a). Estimulação Rítmica Monótona***

\* ritmos impelentes, estimulantes, em tambores especiais, matracas e outros instrumentos de percussão.

\* danças que induzem o transe, danças dos derviches (nas comunidades islâmicas os derviches pertencem a uma ordem de místicos “sufis” entre os que cantam a “Mawlaw lyah”, chamada pelos derviches dançantes ou “gitratórios”, mas também festas “techno”, “rap” e etc.

#### ***b). Inundação de Estímulos***

combinação de vários métodos como toques rítmicos, danças, sons cromáticos, cantos e procedimentos de ritual em combinação com a privação do sono e hiperventilação.

Nos procedimentos citados nos artigos-base deste trabalho, foram encontrados procedimentos que se encaixaram nas duas categorias da citação acima feita por HESS.

Os **instrumentos arcaicos e ricos em harmônicos** usados por HESS em sua Terapia do Gongo, e o **Monocórdio Corporal** do artigo de FACHNER & RITTNER podem ser encaixados na “**Redução da Estimulação Ambiental**”.

Enquanto que a **percussão monótona** de SZABÓ, o **Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocados em Andamento Rápido**, e um evento com uivo de lobos repetitivos citado no artigo de PILCH, se encaixaram na categoria de “**Aumento da Estimulação Ambiental**”, mais especificamente no sub item “**Estimulação Rítmica Monótona**”.

Estes procedimentos serão descritos abaixo mais detalhadamente.

#### **4.1 Redução da Estimulação Ambiental**

Dentre esta categoria, como já vimos acima, está os instrumentos arcaicos ricos em harmônicos e o monocórdio corporal. Falaremos sobre eles abaixo mais detalhadamente.

##### **4.1.1 Os Instrumentos Arcaicos e Ricos em Harmônicos de Hess**

HESS propõe o uso de instrumentos sonoros arcaicos, tais como, tambores, sonajas, didgeriddos, gongos e tigelas sonoras, para se alcançar EAC, alegando que estes instrumentos sempre foram utilizados em cerimônias de cura, e que com eles pode-se chegar a níveis mais profundos do que os que os homens modernos estão acostumados a chegar com os seus instrumentos e a música ocidental artística. Além destes instrumentos ele sugere o uso de monocórdios e ocean drums.

#### 4.1.2 Monocórdio Corporal

Este é um dos dois métodos receptivos de indução de transe que foram analisados no artigo de RITTNER & FACHNER, o “Monocórdio Corporal” foi classificado por eles como um tipo de **indução trofotrópica**.

O Monocórdio Corporal foi baseado no instrumento musical monocórdio<sup>6</sup>, ele tem a forma de uma espreagueadeira de madeira com 26 cordas de igual comprimento que produzem exatamente o mesmo som embaixo dela, desta forma uma pessoa que se deite no instrumento de olhos fechados pode perceber o som entrando pelo seu corpo, através da pele, dos ossos, pela vibração dos seus líquidos corporais e pelo senso auditivo.

### 4.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona

Nesta categoria estão presentes a percussão monótona, o Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocados em Andamento Rápido, e um evento com uivo de lobos repetitivos citado no artigo de PILCH.

#### 4.2.1 A Percussão Monótona de Szabó

Através deste experimento SZABÓ mostrou que a percussão monótona é capaz de disparar os EAC.

O objetivo do experimento era medir os efeitos da percussão monótona nas experiências subjetivas e analisar o mecanismo de como o ritmo afeta nossas experiências. Para isso foi utilizada uma gravação de percussão feita num sintetizador com um ritmo de aproximadamente 210 bpm (batimentos por minuto). Sentados em um confortável sofá com a luz do ambiente diminuída, foi pedido aos sujeitos de pesquisa que fechassem seus olhos, ouvissem a percussão, e que então fizessem uma viagem ao seu mundo interior. O experimento durava 30 minutos e os sujeitos passavam pelo experimento individualmente.

---

<sup>6</sup>Instrumento que consiste em uma única corda esticada sobre uma caixa de ressonância e apoiada em um cavalete móvel (Dicionário de Música Zahar)

Os sujeitos de pesquisa foram 118 universitários que nunca tinham passado por um processo de hipnose, ele foram divididos em quatro grupos, um principal com 28 sujeitos que ouviram a gravação de percussão durante a imaginação (o processo que foi descrito acima), e mais três grupos de controle:

1. Imaginação (24) – era dado aos sujeitos a mesma tarefa de imaginação só que sem a percussão
2. Hipnose (22) – eles eram hipnotizados com o processo de indução da Escala Stanford de Suscetibilidade Hipnótica. Uma tarefa de imaginação era dada a eles depois da indução de hipnose.
3. Alerta (44) – Eles deveriam passar 3 minutos em silêncio com os olhos fechados.

Depois do experimento os sujeitos de pesquisa relataram sua experiência que foi gravada em uma fita sem interrupções e responderam ao PCI (Phenomenology of Consciousness Inventory), um tipo de questionário com diversas sub-escalas que é usado nas pesquisas de estados alerta de consciência.

Os resultados foram divididos em quatro partes, as três primeiras comparando o experimento com os grupos de controle, e a última parte alisando os conteúdos surgidos durante o experimento. Maiores detalhes do resultados será apresentado no decorrer do trabalho, por hora o que nos interessa saber é que os sujeitos de pesquisa durante a percussão tiveram a consciência fortemente alterada.

#### **4.2.2 O Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocados em Andamento Rápido**

Este é o outro método sonoro receptivo de indução de transe que foi analisado no artigo de RITTNER & FACHNER, ele foi classificado como um método de **indução ergotrópica**.

O “Ritual de Postura Corporal e Transe Extasiante®” (Ritual Body Posture and Ecstatic Trance®) não é bem um procedimento da musicoterapia em si, mas uma abordagem da pesquisa antroposófica que fornece acesso a EAC e de alerta, em que o som é usado como um elemento essencial na indução de transe, porém segundo os autores, uma integração deste método com a prática clínica musicoterapêutica e psicoterapêutica tem se revelado de grande sucesso.

O método, que foi criado pela antropóloga Dra. Felicitas Goodman, consiste numa combinação de sons de chocalhos ou de estruturas rítmicas com aproximadamente 210 bpm, o que produz um estouro espontâneo de energia no corpo que poderá levar uma pessoa a uma experiência alucinatória controlável em todos os níveis de percepção (visual, auditiva e etc.). Os autores chamam esta experiência de uma “perda de controle controlada”, e afirmam que o acompanhamento rápido e regular das batidas do chocalho tem uma espécie de disparador do transe, e que embora os efeitos deste disparador sob o SNC (Sistema Nervoso Central) ainda sejam pouco pesquisados, é devido à estimulação rítmica, bem como a frequência extremamente alta dos elementos sonoros no barulho dos chocalhos que o transe é ativado.

Este procedimento foi identificado também no artigo de Pilch como um tipo de **transe “de baixo para cima”**.

Durante o experimento que dura 15 minutos os sujeitos de pesquisa devem assumir uma postura de sentar específica, por causa disto que o método recebe o nome de Ritual de Posturas Corporais.

#### 4.2.3 O Evento da gravação de uivos de lobos no Artigo de Pilch

A situação descrita aqui não é um procedimento para induzir um EAC, mas sim uma situação que descreve como um EAC foi alcançado.

Este EAC alcançado que será descrito aqui, é o que PILCH chamou baseado em D'AQUILLI & NEWBERG (1999) de um **transe “de baixo para cima”**, ou seja aquele que se inicia no sistema nervoso.

A situação que será descrita foi citada no artigo de PILCH (2004), porém foi contada inicialmente por NEWBERG (Newberg, d'Aquilo, Rause, 2001)

Um concerto estava acontecendo numa igreja combinando música com uma gravação de uivos de lobos. Esta combinação fez com que uma das pessoas do público se levantasse e começasse a uivar (alguns instantes depois o resto do público junta-se a ela). O que fez com que estas pessoas saíssem de si mesmos, e entrassem num grande estado de euforia, foi a **repetitiva estimulação rítmica** dos uivos dos lobos ativou neles o transe **“de baixo para cima”**.

### 4.3 Outros Tipos de Procedimentos ou Situações (O Transe de Cima para Baixo)

Duas situações descritas por PILCH não puderam ser encaixadas em nenhuma das categorias descritas por HESS. Estas duas situações foram definidas pelo tipo de transe que PILCH chamou “de cima para baixo”, ou seja, aquele que se inicia no cérebro. Veja as situações:

#### 4.3.1 Ouvindo Música na Banheira

Esta é uma situação hipotética oferecida por NEWBERG citada no artigo de PILCH para demonstrar o transe “de cima para baixo” (Newberg, d’Aquilo, Rause, 2001):

Ele conta que uma pessoa chega em casa numa sexta-feira a noite após um árduo dia de trabalho. A pessoa então enche a banheira, acende algumas velas, serve-se de um copo de vinho e liga o rádio na sua estação preferida em que começa a tocar uma suave canção romântica, o ritmo lento, eventualmente estimulará um transe de cima para baixo, **o tipo de música neste caso pode variar de pessoa para pessoa**, mas os efeitos do transe serão os mesmos.

#### 4.3.2 O Caso de LB

Outro exemplo de transe “de cima para baixo” é citado no artigo de PILCH quando ele descreve a experiência de LB, que em suas sessões de oração ouvia “Rapsódia do Tema de Paganini” de Rachmaninoff, além de ouvir música sua estratégia para alcançar o estado de transe era ler umas das escrituras sagradas cristãs, e refletir sobre o trecho atenciosamente, desta maneira o transe começava pelo seu cérebro e depois se espalhava através do resto de seu corpo.

### 4.4 Comparação de Procedimentos

Nesta parte compararemos os processos ou situações dentro das categorias, a comparação entre as categorias não se faz necessário aqui porque estamos falando apenas dos elementos musicais e da sua relação com os EAC, a comparação entre as categorias será feita em seu devido momento quando falarmos dos efeitos causados por estes procedimentos ou situações.

#### 4.4.1 Diminuição da Estimulação Ambiental

Apenas para relembrar, nesta categoria incluímos os instrumentos arcaicos e ricos em harmônicos de HESS o Monocórdio Corporal de FACHNER & RITTNER.

Em relação a música pouco pode ser comparado entre estes dois procedimentos, o que podemos verificar de semelhança é o som rico em harmônicos resultante em ambos os procedimentos.

#### 4.4.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona

Como já vimos, nesta categoria estão inclusos a percussão monótona de SZABÓ, O Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocados em Andamento Rápido, e o evento da gravação dos repetitivos uivos de lobos citado no artigo de PILCH.

Além de fazerem parte da mesma categoria alguns elementos sonoro-musicais em comum podem ser citados.

Tanto o Ritual de Posturas Corporais, quanto a percussão monótona, apresentam uma **estrutura rítmica repetitiva de 210 bpm**. Na gravação de uivo dos lobos, nada é dito em relação ao tempo de intervalo entre um uivo e outro (embora fique claro que é impossível 210 uivos por minutos sejam apresentados), porém, também é reconhecido que é devido a estrutura rítmica repetitiva que o transe é ativado.

O **Ritual de Posturas Corporais** e o evento da **gravação dos uivos de lobos**, é considerado por PILCH, como um transe **“de baixo para cima”**, aquele que tem início no sistema nervoso. Em ambos os casos é explicado que o que produz ao EAC é a **repetitiva**

**estrutura rítmica.** Poderíamos dizer então que o EAC alcançado pela percussão monótona de SZABÓ também poderia ser considerado um transe “de baixo para cima” como chamou PILCH?

O Ritual de Postura Corporal também é classificado por FACHNER & RITTNER como uma indução ergotrópica, então poderíamos dizer que o transe “de baixo para cima” de PILCH, e o transe ergotrópico de FACHNER & RITTNER seriam a mesma coisa só que com nomes diferentes?

Podemos perceber que algumas informações se repetem sobre a música que induz o EAC, embora não possamos responder as questões acima, podemos perceber estas similaridades, e isto pode nos dar embasamento para futuros experimentos e pesquisas.

#### 4.4.3 Outros Tipos de Procedimentos ou Situações

Já os eventos descritos por PILCH para exemplificar o transe “de cima para baixo” (a pessoa que entra em transe em sua banheira ouvindo sua estação de rádio favorita, e a outra que entra em transe ao fazer suas orações enquanto ouve a “Rapsódia do Tema de Paganini” de Rachmaninoff) parecem não se encaixar em nenhuma das categorias apresentadas por HESS.

Porém um questionamento surge, será que embora HESS não cite nada em relação a este tipo de estímulo sonoro musical, estas experiências não poderiam se encaixar no item “b” (inundação de estímulos) do aumento de estimulação ambiental? Pois, o transe obtido por elas parece ser resultado de uma somatória de estímulos e não só de um estímulo sonoro-musical. Além do mais, poderíamos dizer que dentro das próprias músicas que elas estão ouvindo haveria mais de um tipo de estímulo (melodia, ritmo e harmonia)?

E outras questões ainda aparecem sobre este tipo de experiência vivida por elas, será que a experiência resultou em reações diferentes das demais situações descritas por ter mais de um estímulo em questão (música, vinho, banho, escrituras sagradas)? Ou será que as reações foram diferentes por causa de um estímulo sonoro-musical diferente, já que nestes dois casos parece que músicas mais complexas foram utilizadas e não apenas alguns elementos musicais como nos outros casos?



Podemos nos questionar sobre este assunto e supor algumas respostas mas não podemos afirmar nada com certeza, pois pelo menos nos artigos pesquisado nada foi dito sobre isto.

#### **4.4.4 Outras questões que devem ser levadas em conta sobre a música ideal par se induzir um EAC e/ ou Transe**

Embora nos exemplos de procedimentos acima só tenhamos encontrado como estímulo sonoro-musicais capazes de induzir o EAC e/ou transe estruturas rítmicas repetitivas, sons ricos em harmônicos, música romântica e uma rapsódia, PILCH (2004, p.1) baseado em ROUGET diz que o transe pode estar relacionado a qualquer tipo de evento acústico, tais como, folhas ao vento, percussão, sinos tocando, cantar um recto tono (por exemplo, uma única nota), e a mais complexa polifonia, porém ressalta que o elemento chave a ser considerado é o ritmo e a melodia.

PILCH (baseado em ROUGET) também alerta para a questão de a música não induzir o transe diretamente, mas sim de ser um dos elementos que causam o transe, observe o que ele diz:

Ao mesmo tempo , embora ele examine em grandes detalhes a complexa relação entre música e transe, Rouget nega que a música cause diretamente o estado de transe. Música é mais precisamente, apenas um dos componentes causadores do estado de transe. Frequentemente é um elemento essencial , mas outros fatores entram em cena também. Estes fatores variam de sociedade para sociedade. Além disso, até um mesmo fator, terá funções diferentes em diferentes sociedades, é por isso que é muito difícil generalizar sobre música e transe. Em uma sociedade, o disparador do transe poderá ser a música suave, em outra o som alto. Em uma sociedade ritmos rápidos podem induzir o transe, enquanto em outras ritmos suaves são preferidos.

E apresenta alguns estímulos que podem levar a experiência de transe:

Ao estimular (bater palmas, batucar, chocalhar) ou aquietar (como acontece no sono normal , cantarolar, recitar um mantra, e coisas do tipo) os sentidos , é possível produzir uma breve, mas intensa experiência de transe.

O autor também diz que a melhor música para induzir o transe deve ter uma pulsação regular e repetitivos modelos tonais, baseado em um número restrito de níveis de altura, em

outras palavras, a música monótona que citamos anteriormente, mas apesar de tudo isto ele diz que embora a melhor estrutura para induzir um transe seja esta, nada adiantará se a pessoa não gostar do estímulo sonoro, pois se a pessoa não for capaz de se entregar a experiência ela não conseguirá alterar sua consciência. Este tópico será discutido mais adiante

## **5. EFEITOS DOS EAC ENCONTRADOS NOS QUATRO ARTIGOS BASE**

Já vimos como os EAC foram alcançados em cada um dos quatro artigos, agora nesta parte do trabalho apresentaremos os efeitos destes EAC, para fins metodológicos utilizaremos a mesma organização de capítulo utilizada no capítulo anterior para apresentar os procedimentos e seus efeitos.

### **5.1 Redução da Estimulação Ambiental**

#### **5.1.1 Os Instrumentos Arcaicos e Ricos em Harmônicos de Hess**

Segundo HESS os instrumentos sonoros arcaicos possibilitam acesso a níveis de consciência biográfico pessoais e transpessoais. Ele percebeu que estes instrumentos podem evocar recordações muito remotas, muitas vezes até chegando ao período intra uterino

Constatou também que em EAC, as vivências traumáticas que de outro modo seriam inacessíveis, sobre tudo quando armazenadas no cérebro de algum modo acústico, voltam a surgir com todas as emoções relacionadas, tornando-se assim acessíveis para elaboração.

HESS percebeu também um relaxamento profundo induzido pela tanpura.

### 5.1.2 Monocórdio Corporal

Os sujeitos de pesquisa (Tom e Angelika) passaram pelo mesmo método de indução de transe e ao mesmo tempo, mas os dois apresentaram reações diferentes. Os autores sugerem que esta diferença de reações pode estar relacionada ao fato de os sujeitos apresentarem diferentes níveis de suscetibilidade hipnótica, já que Tom foi classificado como “moderadamente hipnotizável” e Angelika como “altamente hipnotizável. Porém eles também relatam na conclusão do artigo, que os dados disponíveis não explicam se estas diferenças podem estar relacionadas ao gênero dos sujeitos, à diferenças dependentes do humor ou diferenças na suscetibilidade à hipnose.

Para facilitar a exposição das diferentes reações de cada sujeito de pesquisa e para uma melhor visualização da diferença de reação dos dois, apresentaremos estas reações em forma de uma tabela.

Tom	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aumento do relaxamento físico</li> <li>- Ativação imaginação visual</li> <li>- Aumento do alerta físico mental</li> <li>- Controle emocional da imaginação</li> <li>- Experiência de êxtase (transe ergotrópico)</li> </ul>
Angelika	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experiência mais relaxada e sensual (promovida pela posição recostada no monocórdio)</li> <li>- Contemplação e profundo relaxamento físico</li> <li>- Experiência de entasis (transe trofotrópico)</li> </ul>

Tabela 1- Reação dos Sujeitos de Pesquisa ao Monocórdio Corporal / fonte: autor

Observe como cada um deles relatou a experiência:

Tom	“uma nuvem surge por trás da minha cabeça ela me puxa para grandes alturas...eu estou voando...cercado por nuvens...milhares de casas verdes e lilás em apenas um passo...uma linda visão...”
Angelika	“...nesta minha mudança de movimento...como se eu entrasse nesta rotação...havia caminhos de labirintos ou véus esvoaçantes e uma música não terrena...um sentimento de calma, de estar sendo abrigada...”

Tabela 2- Descrição do experimento do Monocórdio Corporal pelos Sujeitos de Pesquisa / fonte: autor

Ambos descreveram a subjetiva sensação de flutuar, visões de formas como nuvens e mudanças na maneira de sentir o próprio corpo.

Estes relatos de experiência que os autores citaram foram retirados do relatório que os sujeitos de pesquisa fizeram após a experiência.

## **5.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona**

### **5.2.1 A Percussão Monótona de Szabó**

Os resultados do experimento de SZABÓ foram divididos em quatro partes, as três primeiras comparando o experimento com os grupos de controle, e a última parte analisando os conteúdos surgidos durante o experimento.

Na primeira parte ele comparou os resultados entre os sujeitos de pesquisa que haviam ouvido a percussão, e os sujeitos que permaneceram em alerta. Ele constatou que houve diferenças significativas entre os dois grupos, o que quer dizer que a percussão teve um efeito significativo nas experiências subjetivas, o autor descreveu as seguintes mudanças (Szabó 2004, p. 5):

- Imagem Corporal: Sujeitos, enquanto ouviam a percussão, sentiram sua imagem corporal mudar. Eles sentiam que seus corpos tinham expandido mais que o normal. Indivíduos em diferentes estados de transe normalmente relatam isto.
- Percepção: Eles sentiram mudanças na percepção do mundo ao redor deles e neles mesmos.
- Tempo: Eles sentiram mudança no passar do tempo, sentiam o tempo passando mais rápido ou mais devagar que o habitual. Isto é uma experiência comum em hipnose e meditação.
- Significado: O significado das coisas foi mudado. Pessoas algumas vezes relatam que após experiências de transe que eles entendem ou reavaliam alguma coisa de repente.
- Autoconsciência: Eles sentiram sua autoconsciência como menos distinta. A barreira entre eles mesmos e o mundo tornou-se confusa.
- Estados de Consciência: Eles sentiram o seu estado de consciência como diferente do normal, do estado de alerta.

Na segunda parte ele comparou os resultados entre grupo de imaginação e o de alerta. É interessante lembrar que o grupo de imaginação recebeu a mesma tarefa que o grupo que ouviu percussão, porém sem o acompanhamento do estímulo sonoro-musical. Como resultado SZABÓ descobriu que não houve diferenças significativas e que o estado de consciência não foi alterado.

Na terceira parte foi comparado o grupo que ouviu a percussão monótona com aquele que passou pela hipnose. O resultado que SZABÓ chegou, é que não houve diferenças significativas nos resultados do PCI, segundo o autor, isto significa que os sujeitos que ouviram a percussão monótona experimentaram a mesma forte alteração dos indivíduos que passaram pela hipnose.

A última parte dos resultados foi a análise dos conteúdos que surgiram no experimento. Muitos dos sujeitos de pesquisa mencionaram que imaginaram outros tipos de atividades rítmicas, tais como dançar, o ouvir marteladas ou o som de um trem em seu trilho e batidas de coração. O autor acredita que este tipo de conteúdo tenha surgido provavelmente devido aos efeitos da percussão.

Na experiência de outros sujeitos não houve outras atividades rítmicas como as descritas acima, porém muitos deles sentiram que sua experiência foi direcionada pelo ritmo da percussão, alguns deles relataram que eles queriam ir adiante em sua imaginação mas a percussão não deixava, já outros disseram ao contrário que queriam parar em certo ponto da imaginação mas a percussão os levava adiante.

O ritmo muito rápido pode induzir uma experiência próxima de um nascimento, a qual os sujeitos com grande esforço associaram as batidas do coração.

É interessante pontuar aqui que os sujeitos do grupo de imaginação sem a percussão não relataram nenhum destes conteúdos relatados nos três parágrafos acima.

Alguns sujeitos tiveram dificuldade de falar após o experimento, falando palavras com dificuldade, procurando pela palavra certa e formando sentenças gramaticalmente incorretas, segundo o autor isto pode significar uma regressão profunda. Além do mais, a regressão também foi percebida no conteúdo da experiência, alguns por exemplo, relataram que se viam como crianças durante a experiência.

Também foi possível ser experimentado por alguns sujeitos a sensação de transcendência.

Algumas vezes os sujeitos choraram porque encontram pessoas importantes e aliviaram emoções profundas da infância, eles reviveram eventos importantes, e algumas vezes conversaram com parentes que tinham morrido há muito tempo atrás.

### **5.2.2 Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocados em Andamento Rápido**

No Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos Tocados em Andamento Rápido, os dois sujeitos de pesquisa apresentaram reações semelhantes, tais como as descritas por LUDWING sobre as características dos EAC, mudanças no pensamento, emocionalidade, percepção diferenciada de significados, e sentimentos que não podem ser descritos em palavras. A única diferença é que em Angelika foi percebido um maior acesso a imagens de estruturas análogas ao sonho.

Quanto a como eles se sentiram na experiência, Angelika diz ter percebido a si mesma como um vulcão, enquanto que Tom identificou-se com o artefato arqueológico do “príncipe Olmecic”, o qual a postura de sentar foi baseada.

Um efeito de memória melhorada também tem sido notado neste ritual segundo os autores.

### **5.2.3 O Evento da gravação de uivos de lobos no Artigo de Pilch**

A situação dos lobos foi descrita de forma bem resumida, e o único efeito que pode ser extraído da narração foi as pessoas uivando, e uma sensação de grande euforia.

## 5.5 Outros Tipos de Procedimentos e Situações (O Transe “de Cima para Baixo”)

O artigo de PILCH não relata os efeitos porque não é um experimento como os outros, mas sim uma discussão teórica sobre a complexa relação música e transe, porém alguns efeitos puderam ser extraídos, tais como, a sensação de relaxamento da pessoa na banheira, e a sensação mais sinestésica durante as orações de LB, na qual ela associou a música que descreveu como tranqüila e sensual.

## 5.6 Comparação dos Procedimentos

Como anunciado no capítulo anterior, compararemos aqui os efeitos dos procedimentos dentro de cada categoria e depois compararemos os efeitos entre categorias

### 5.6.1 Redução da Estimulação Ambiental

Com exceção da sensação de relaxamento profundo, **não houveram efeitos em comum entre o Monocórdio Corporal e os instrumentos arcaicos e ricos em harmônicos de HESS.**

### 5.4.2 Aumento da Estimulação Ambiental: Estimulação Rítmica Monótona

Um detalhe muito interessante que pode ser percebido entre os efeitos de dois dos procedimento desta categoria, é a **semelhança de efeitos entre a Percussão Monótona e o Ritual de Posturas Corporais.** Esta semelhança torna-se mais interessante ainda se lembrarmos que **ambos os procedimentos apresentam a estrutura rítmica de 210 bpm.**

Muitos dos resultados encontrados nos dois procedimentos são iguais as características dos EAC descritas por Ludwing. Observe a tabela abaixo:



<b>Características dos EAC por Ludwing</b>	<b>Percussão Monótona</b>	<b>Ritual de Posturas Corporais</b>
Modificação do Pensamento	-	SIM
Modificação da percepção temporal	SIM	-
Limitação ou perda de controle	-	-
Modificação das emoções	-	SIM
Modificação do esquema corporal	SIM	-
Modificação da percepção	SIM	-
Modificação das vivências de significado	SIM	SIM
Sensação de inexpressabilidade	-	SIM
Sensação de renovação ou relaxamento	-	-
Hipersugestibilidade	-	-

Tabela 3- Comparação das Características de EAC descritas por Ludwing com os procedimentos de Indução de EAC, que apresentam 210 bpm / fonte: autor

É interessante notar que, cada processo de indução mostrou pelo menos quatro características descritas por LUDWING, porém destas quatro, três foram diferentes umas das outras, só sendo igual a modificação do significado das vivências. Lembrando que ambos procedimentos apresentavam a estrutura rítmica de 210 bpm, mas que a percussão monótona foi tocada por 30 minutos, enquanto que os chocalhos foram tocados por apenas 15. Será que esta diferenciação nas características dos EAC poderia estar relacionadas ao tempo de duração do procedimento?

Quanto a gravação dos uivos de lobos, devido os resultados não serem apresentados de forma mais ampla por ser apenas uma descrição, torna-se difícil efetuar uma comparação.

### 5.4.3 Outros Tipos de Procedimentos e Situações (O Transe “de Cima para Baixo”)

As situações referentes ao transe “de cima para baixo” foram pouco explanadas pelo autor, então fica até difícil dizer que não foi encontrado efeitos semelhantes entre as duas, porque só foi encontrado um efeito sobre cada uma delas, e mesmo assim porque foram extraídos da descrição do autor sobre a experiência e não relatado pelo autor como um resultado daquela situação.

### 5.4.4 Todas as Categorias

Para ficar mais fácil de visualizar e comparar os resultados gerais, os resultados de cada indução foram organizados na tabela a seguir:

<b>Instrumentos Arcaicos e Ricos em Harmônicos de Hess</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- acesso a níveis de consciência biográfico pessoais e transpessoais</li> <li>- evocação de recordações muito remotas, muitas vezes até chegando ao período intra uterino</li> <li>- acesso a vivências traumáticas armazenadas no cérebro principalmente por meio de eventos acústicos</li> <li>- transcendência da consciência humana</li> <li>- sensação de relaxamento profundo</li> </ul>
<b>Monocórdio Corporal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aumento do relaxamento físico (Tom)</li> <li>- ativação da imaginação visual (Tom)</li> <li>- aumento do alerta físico- mental (Tom)</li> <li>- controle intencional da imaginação</li> <li>- experiência de êxtase/ transe ergotrópico (Tom)</li> <li>- experiência mais relaxada e sensual (Angelika)</li> <li>- contemplação (Angelika)</li> <li>- relaxamento corporal profundo (Angelika)</li> <li>- experiência de entasis/ transe trofotrópico (Angelika)</li> <li>- mudança na maneira de sentir o corpo (ambos)</li> <li>- descrição subjetiva de flutuar (ambos)</li> <li>- visões de formas como nuvens (ambos)</li> </ul>
<b>Percussão Monótona</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alteração da imagem corporal</li> <li>- mudança da percepção do mundo externo</li> <li>- mudança da percepção de tempo</li> <li>- mudança do significado das coisas</li> <li>- mudança da auto-consciência</li> <li>- estado de consciência diferenciado do normal</li> <li>- regressão</li> <li>- transcendência</li> <li>- imaginação de outros tipos de atividades rítmicas, como dançar por exemplo</li> </ul>

<b>Ritual de Posturas Corporais com Chocalhos sendo Tocados em Andamento Rápido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mudança no pensamento</li> <li>- emocionalidade</li> <li>- percepção diferenciada de significados</li> <li>- sentimentos que não podem ser descritos em palavras</li> <li>- maior acesso a estruturas análogas ao sonho (Angélíka)</li> <li>- percebeu a si mesma como um vulcão (angélica)</li> <li>- percebeu a si mesmo com o “príncipe Olmecic”</li> </ul>
<b>O Evento da gravação de uivos de lobos no Artigo de Pilch</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pessoas uivando</li> <li>- grande euforia</li> </ul>
<b>Música na Banheira</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sensação de relaxamento</li> </ul>
<b>O Caso de LB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sensação mais sinestésica durante as orações</li> </ul>

Tabela 4 – Comparação entre Todos os Métodos ou Procedimentos de Indução do EAC / fonte: autor

Mudanças em relação ao corpo foram percebidos em procedimentos ou situações de todas as três categorias, de sete situações ou procedimentos essas mudanças em relação ao corpo foram percebidos em quatro. São eles: o monocórdio corporal (redução da estimulação ambiental), percussão monótona e ritual de posturas corporais (aumento da estimulação ambiental), e o caso de LB (outros procedimentos ou situações).

Um outro efeito encontrado entre dois procedimentos de categorias diferentes foi a transcendência, ela foi encontrada nos instrumentos arcaicos e ricos em harmônicos (redução da estimulação ambiental) e na percussão monótona (aumento da estimulação ambiental).

Sensação de relaxamento foi encontrada nos sujeitos que passaram pelo procedimento monocórdio corporal (redução da estimulação ambiental) e pela pessoa que ouviu música na banheira (outros procedimentos ou situações).

Os efeitos dos sete procedimentos ou situações encontrados nestes quatro artigos-base não são suficientes para mostrar se o tipo de EAC é o mesmo nas três categoria apresentadas. Embora alguns procedimentos de categorias diferentes (ou até mesmo da mesma categoria) apresentem um ou outro efeito em comum, não poderíamos tomar isto como padrão e dizer que isto ocorre sempre por dois motivos óbvios. Primeiro a amostra utilizada é muito pequena, apenas sete procedimentos ou situações não poderiam comprovar que o tipo de EAC seja o mesmo, ainda mais não sendo procedimentos padrões aplicados da mesma foram a

todos os sujeitos de pesquisa. Segundo os procedimentos ou situações tiveram intenções diferentes, a dos instrumentos arcaicos por exemplo, estava inserido num processo terapêutico, enquanto que a percussão monótona tinha caráter experimental.

O que conseguimos perceber com estes sete procedimentos é que **as características dos EAC descritas por Ludwing foram encontradas na maioria dos efeitos destes sete procedimentos**, porém isso nos mostra apenas que estes procedimentos podem levar realmente a um EAC, não especifica o tipo de EAC ou coisas do tipo.

## **6. MUSICOTERAPIA**

Embora este trabalho não tenha apresentado um objetivo explicitamente relacionado à prática clínica musicoterapêutica, a intenção dele em contribuir para uma reflexão desta prática, torna-se evidente, já que a musicoterapia é utilização da música ou de seus elementos com fins terapêuticos, e sendo assim tudo que for relacionado a área terapêutica e a música deve ser de interesse do musicoterapeuta .

Os EAC estão relacionados a estas duas coisas, a área terapêutica, em que estes estados já vem sendo utilizados há muito tempo (desde que a hipnose foi descoberta), e a música, que como vimos é um dos procedimentos capazes de induzir estes estados. Sendo assim uma discussão dos procedimentos de indução dos EAC através da música e de seus efeitos é certamente de interesse do musicoterapeuta.

Obviamente que só o conteúdo destes quatro artigos-base, e a comparação entre eles não seriam suficientes para se elaborar um plano de atendimento musicoterapêutico, mesmo porque apenas um destes quatro artigos está direcionado a prática clínica, os outros ou relatam experimentos de procedimentos que podem induzir os EAC ou discutem a relação entre a música e estes estados.

Porém alguns dos assuntos levantados nestes artigos podem contribuir para prática clínica musicoterapêutica, são alguns destes assuntos que este último capítulo do trabalho se propõe a apresentar.

## **6.1 O Tipo de Música Utilizada nos Atendimentos Musicoterapêuticos com EAC**

### **6.1.1 A Qualidade Estética da Música**

Durante a maior parte deste trabalho foi apresentado e discutido os procedimentos musicais que poderiam induzir os EAC, porém descobrir qual tipo de estímulo pode gerar estes estados não é suficiente para se utiliza-los no atendimento musicoterapêutico.

Vimos por exemplo que em dois procedimentos foram utilizados um estímulo sonoro de estrutura rítmica repetitiva e com 210 bpm, e que este estímulo foi capaz de ativar os EAC. Porém PILCH, em seu artigo, alerta que se o estímulo sonoro-musical não for agradável para pessoa que pretende alcançar o EAC, ela provavelmente não o atingirá.

PILCH conta o caso de duas pessoas com que ele experimentou o Ritual de Posturas Corporais, e que acharam os sons dos chocalhos irritantes e nocivos aos seu ouvidos. Elas disseram que com este tipo de estímulo sonoro não conseguiriam nunca alcançar um estado de transe.

Bruscia (2000, p.101) fala sobre isto no seu livro Definindo Musicoterapia:

Quando a terapia envolve escutar música é fundamental considerar se a música possui as qualidades estéticas necessárias para motivar o cliente se engajar no processo terapêutico assim como as qualidades físicas e psicológicas necessárias para induzir mudanças positivas.

E conclui: “...a qualidade da música deve ser levada em conta sempre, é um fator muito importante, mesmo quando se dá prioridade aos aspectos terapêuticos.”

Portanto, embora fazer com que o cliente alcance um EAC seja o primeiro objetivo do musicoterapeuta neste tipo de atendimento, já que é através deles que o musicoterapeuta trabalhará os conteúdos do cliente, ele sempre deverá levar em conta as preferências estéticas do cliente, pois se o estímulo sonoro-musical incomodar o cliente, provavelmente ele não será capaz de alcançar estes estados.

### **6.1.2 Músicas com Letras**

Em musicoterapia as vezes se trabalha com músicas que possuem letras também. Nos artigos-base nada sobre isto foi mencionado, mas podemos supor que se estes elementos forem usados que pelo menos estejam inseridos em uma melodia sem muitas variações de altura, como sugeriu PILCH, e que a letra não seja na língua natal do cliente pois a indução do EAC neste caso deve ser feita pelo som e não por conteúdos da letra.

Uma interessante questão a ser discutida é se a letra poderia gerar um processo de racionalização e impedir uma pessoa de alcançar o EAC? Pois no artigo de PILCH é citado o caso de LB que para alcançar o transe durante suas orações escolhia umas das escrituras sagradas cristã e refletia atentadamente sobre isto, enquanto ouvia uma música, o transe atingido era o “de cima para baixo”, aquele que se inicia no cérebro. Com as letras de música não poderia acontecer a mesma coisa?

## **6.2 Os Tipos de Atendimentos Musicoterapêuticos com EAC**

A musicoterapia com EAC pode ser aplicada a muitos tipos de pacientes, e de diversas formas, porém citaremos aqui só a modelo musicoterapêutico terapêutico criado por HESS.

### **6.2.1 A Terapia do Gongo de Hess**

HESS, em seu artigo, descreve um tipo de atendimento musicoterapêutico com pacientes psiquiátricos, o qual ele chamou de Terapia do Gongo

No Grupo de Terapia do Gongo, ele usa os EAC e os estados de transe com pacientes do hospital dia em que trabalha. É uma terapia grupal com no máximo 12 participantes, uma vez por semana, a sessão dura em média duas horas e meia. O papel do terapeuta é fazer uma indução verbal que consiste em uma meditação guiada e conduzir o resto da sessão que é guiada através da música. Observe o desenvolvimento da sessão descrita por ele a seguir (Hess 199p, p. 14):

- \* afinação dos instrumentos e pré- aquecimento dos participantes
- \* indução verbal ao transe = meditação guiada
- \* **transe induzido por sons**
  - monocórdio
  - tanpura e tabla
  - “ocean drums” e didgeridoo
  - gongo
  - silêncio
- \* inversão do processo de transe:
  - koto e tabla
  - improvisação grupal ativa
- \* pintura espontânea
- \* ritual circular em duas voltas
- \* protocolo 2 ou 3 dias após a sessão

Sobre as indicações e fundamentações do tratamento com EAC, HESS diz que no início ficou receoso de trabalhar com pacientes que tinham psicose esquizofrênica e que se encontravam em estados sub agudos ou em fase de remissão. Ele temia que este trabalho pudesse ser altamente revelador e de alguma maneira reativar a psicose, mas percebeu que seu medo era infundado porque estes pacientes já estavam acostumados com os EAC devido a sua patologia, e experimentar estes EAC em um ambiente seguro da terapia poderia favorecer mais facilmente o seu retorno a realidade. Além do mais muitos pacientes percebem já da primeira vez, claras diferenças entre estes estados e a consciência cotidiana. Outro fator muito importante é o feedback que ocorre no processo, observe o que HESS (1999, p.16) diz a respeito disto:

Graças ao feedback dos participantes do grupo eles notam que há temas muito similares entre eles e não sentem isolados. Através do feedback dos coordenadores do grupo, acompanhantes e suas representações se dão conta também que estas vivências não são patológicas *a priori*, são uma parte de nosso (in)consciente. Posteriormente, aprendem que estas vivências não são imprescindíveis, aleatórias nem abstratas, mas sim que elas têm relação com sua própria biografia ou também com níveis transpessoais de consciência.

Assim, estes pacientes podem aprender a exercer mais controle sobre os seus EAC patológicos, reconhecendo-os precocemente e protegendo-se melhor deles. Conhecendo melhor estas vivências psicóticas eles aprendem a evitar comportamentos auto destrutivos e determinados disparadores de EAC.

Segundo HESS, os pacientes mais indicados para passarem por este tipo de terapia são os chamados “transtornos tempranos”, como por exemplo, psicoses esquizofrênicas, psicoses psicoafetivas, personalidade *boderline*, abuso de substâncias psicoativas, incluindo as



chamadas “psicoses por drogas”, adições, e também transtornos orgânicos do encéfalo, por exemplo doença, de Alzheimer.

Embora não tenham sido citados aqui, outros tipos de atendimentos musicoterapêuticos podem ser realizados utilizando os EAC, e não só o modelo descrito por HESS.

## 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da comparação dos procedimentos ou situações que induzem os EAC citados nos quatro artigos- base, pudemos identificar dois padrões sonoro-musicais que se mostraram eficientes para induzir o EAC e/ou transe, são eles: as estruturas rítmicas repetitivas (Percussão Monótona de Szabó, Ritual de Posturas Corporais, gravação de uivos de lobos) e sons ricos em harmônicos (instrumentos arcaicos de Hess e Monocórdio Corporal), confirmando o que HESS, classificou como estímulos sonoros capazes de induzir o EAC e/ou transe dentro da categoria aumento da estimulação ambiental e diminuição da estimulação ambiental.

Porém estes resultados são de apenas sete procedimentos ou situações encontrados em quatro artigos, e isto faz com que não possamos tomar isto como padrão e dizer que isto ocorre sempre por dois motivos óbvios: primeiro, a amostra utilizada é muito pequena, apenas sete procedimentos ou situações não poderiam comprovar de maneira segura que sempre que surgirem os padrões sonoros musicais identificados, estruturas rítmicas repetitivas e sons ricos em harmônicos, o EAC e /ou transe serão induzidos. Segundo os procedimentos ou situações tiveram intenções diferentes, a dos instrumentos arcaicos por exemplo, estava inserido num processo terapêutico, enquanto que a percussão monótona, o ritual de posturas corporais e monocórdio corporal, tinham caráter experimental.

O que conseguimos perceber com estes sete procedimentos é que as características dos EAC descritas por LUDWING foram encontradas na maioria dos efeitos destes sete procedimentos, porém isso nos mostra apenas que estes procedimentos, naquele específico momento, puderam levar realmente a um EAC, porém não especifica o tipo de EAC alcançado, prova disto é que os efeitos variaram muito de procedimento para procedimento mesmo quando eles se encontravam numa mesma categoria.

Dentre as contribuições para prática clínica musicoterapêutica que se utiliza dos EAC, podemos destacar a importante reflexão de PILCH sobre a qualidade estética dos elementos sonoros musicais capazes de induzir o EAC e/ou transe, na qual ele mostra que não adianta o estímulo sonoro-musical seguir as regras para induzir um EAC, como por exemplo ser uma estrutura rítmica monótona com 210 bpm, se este estímulo sonoro não for agradável para o

cliente, pois assim ele não conseguirá se entregar a experiência e alcançar os EAC e/ ou transe.

Podemos destacar também a utilização dos EAC com pacientes psiquiátricos sugerida por HESS, partindo do princípio que patologias como a psicose esquizofrênica por exemplo, apresentam também os EAC, só que patológicos, como pudemos ver no quadro apresentado por GROM na terceira parte deste trabalho. HESS sugere trabalhar os EAC induzidos para que estes pacientes tenham noção da dimensão que estes estados podem atingir, assim quando eles sentirem os EAC patológicos poderão se sentir mais seguros, além do que podem conseguir identificar precocemente quando estes estados estiverem começando a surgir, e assim podem se prevenir tomando a medicação correta por exemplo.

Baseando-se nas semelhanças de EAC, poderíamos pensar em um atendimento deste tipo para usuários de substâncias psicoativas, já que elas também são geradoras do EAC.

Uma outra coisa importante de se ressaltar, é que embora os procedimentos de indução de EAC e/ou transe através da música citados neste trabalho serem de natureza receptiva, há outras formas de se alcançar os EAC utilizando a música, como por exemplo tocar um instrumento ou usar os elementos sonoros musicais em um processo ritual.

Enfim, como já foi dito anteriormente, qualquer coisa relacionada a música e a área terapêutica é certamente de interesse do musicoterapeuta, com este pensamento esperamos que a reflexão sobre os procedimentos musicais para se alcançar os EAC contidas neste trabalho, possam contribuir para a reflexão da prática clínica musicoterapêutica que se utiliza destes estados.

## REFERÊNCIAS

BRUSCIA, K. E. Definindo Musicoterapia. 2 ed. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.

FACHNER, J. & RITTNER, S. (2004). Sound and trance in a ritualistic setting visualized with EEG Brainmapping. Music Therapy Today (on line) Vol. V, Issue 2. Disponível em <http://musictherapyworld.net> . Acesso em: 14 mar 2004.

GROM, B. Psicología de La Religión. Barcelona: Herder, 1994

HESS, P. Musicoterapia con objetos sonoros arcaicos: Una metodología terapéutica para los llamados “transtornos tempranos”. Revista Internacional Latinoamericana de Musicoterapia. Vol. 5, nº 2, p. 3-20. 1999.

HORTA, L.P. Dicionário de Música Zahar. Rio de Janeiro: Zahar, 1985

PILCH, J.J. (2004). Music and Trance. Music Therapy Today (on line) Vol. V, Issue 2. Disponível em: <http://musictherapyworld.net>. Acesso em: 14 mar.2004.

SZABO, C. The effect of monotonous drumming on subjective experiences. Music Therapy Today (on line) Vol V, Issue 1, disponível em <http://musictherapyworld.net> Acesso em 14.mar.2004

WILDE, O. O Retrato de Dorian Gray. Rio de Janeiro: Abril, 1972

