

A unidade da consciência e a consciência da unidade nas performances musicais

Abel Moraes

Resumo: Estudo nos campos da Psicologia Transpessoal, da abordagem sistêmica do Homem, e da Psicologia Integrativa de Ken Wilber, sobre os estados modificados de consciência e sua influência nas performances musicais. Descreve como algumas abordagens integradoras da prática e do ensino musical podem promover níveis superiores de consciência, beneficiando a performance e possibilitando oportunidades de crescimento pessoal e auto-conhecimento através de experiências significativas com a música.

Palavras-chave: estados de consciência, performance musical, psicologia transpessoal, pensamento sistêmico, desenvolvimento pessoal.

The unity of consciousness and the consciousness of unity in performance practices

Abstract: Study on the fields of Transpersonal Psychology, systemic approach of human being and Ken Wilber's Integral Psychology, on the altered states of consciousness and its influence on musical performance. It describes the process of how some integrative music practices and teaching can facilitate some superior states of consciousness, and how it can improve performance quality. Also, it describes possibilities of personal development and self knowledge through meaningful music experiences.

Keywords: states of consciousness, musical performance, transpersonal psychology, systemic approach, personal development.

I- Introdução

O presente artigo é o resultado parcial de um estudo sobre os níveis da consciência possíveis de serem alcançados pelo executante durante uma performance musical, e como estes níveis podem afetar a qualidade da sua performance. O interesse pelo assunto surgiu a partir de vivências pessoais como instrumentista e professor em ocasiões nas quais ocorriam modificações no estado mental do executante que possibilitavam a superação de fatores limitantes da performance, como tensões, ansiedade e outros estados negativos, elevando significativamente o nível daquela performance.

A atividade da performance musical implica em um alto grau de complexidade mental. JOURDAIN (1998, p.261) não teme em afirmar que:

"... nenhuma tarefa humana é tão formidável quanto tocar um instrumento musical. Os atletas e dançarinos podem levar seus corpos a grandes esforços; os estudiosos podem lidar com hierarquias conceituais mais rebuscadas; os pintores e escultores podem projetar uma imaginação e uma personalidade mais rica. Mas são os músicos que precisam juntar todos os aspectos da mente e do corpo, fundindo atletismo com intelecto, memória, criatividade e emoção, tudo em maravilhosa harmonia."

Porém, quando o executante entra em estado modificado de consciência, parece esquecer-se de si mesmo e envolve-se totalmente com a música, experimentando uma sensação de controle

natural e espontâneo dos diversos aspectos da performance, bem como um sentimento subsequente de realização e, até mesmo, de transcendência.

II- Os estados não habituais de consciência e a Psicologia Transpessoal

Os estados modificados ou alterados de consciência têm sido objeto de estudos e pesquisas na área da Psicologia Transpessoal¹ com o objetivo de desenvolvimento do potencial de expansão da identidade do indivíduo, além dos limites convencionais da personalidade. TABONE (1995), cita MASLOW (1978, p.130) para definir as experiências de estados superiores de consciência como *peak-experiences* ou experiências culminantes. Maslow constatou que as experiências culminantes têm um grande valor terapêutico em decorrência de seus efeitos subsequentes como criatividade, amor, intro-visão, experiência mística, estética e religiosa. Em conseqüência, vários psicólogos nos Estados Unidos, passaram a se interessar, não somente pelas experiências culminantes, mas por uma série de estados mentais não convencionais, negligenciados até aquela data pela maioria dos estudiosos.

C. TART, citado por WALSH (1997, p.46), define os estados alterados de consciência² como sendo uma reestruturação da consciência, um novo sistema de funcionamento com propriedades singulares. Para o autor, o interesse de se estudar os estados não convencionais, vem da possibilidade de detectar e desenvolver certos potenciais latentes que são “descartados” pela norma cultural, pois “. . . a cultura molda a consciência para conformá-la a certas normas, limita os tipos ou categorias de experiências acessíveis ao indivíduo e determina a adequação ou aceitabilidade de um dado estado de consciência ou sua comunicação em meio à situação social” (WALSH, 1997, p.46). Desta forma, “. . . o pequeno número de potenciais de experiência selecionado pela nossa cultura, mais alguns fatores aleatórios, constituem os elementos estruturais a partir dos quais se constrói o nosso estado de consciência habitual”. (WALSH, 1997, p.47).

Os determinantes culturais influenciam até mesmo a forma como percebemos a realidade, uma vez que a “forma de pensar”, ou o nível de consciência no qual estivermos sintonizados, poderá ser um “modificador” da compreensão e da interação com o mundo. Neste sentido, FREGTMAN (1988, p.138) afirma que:

“Nossos mecanismos mentais energéticos são os verdadeiros criadores desse Universo aparente, que devemos explorar como se tratasse de uma realidade exterior. A realidade que percebemos reflete nosso próprio estado de consciência, e não podemos explorar a realidade sem fazermos ao mesmo tempo uma exploração de nós mesmos, já que nós somos e criamos a realidade que exploramos.”

III- Os estados modificados em vivências musicais

McCLELLAN (1994, p.166) confirma que os estímulos musicais podem facilitar a ocorrência de estados modificados de consciência em vários níveis e qualidades. O autor não condiciona a

¹ Abordagem surgida nos Estados Unidos em 1966, a partir de um movimento cuja importância a tornou conhecida como a “quarta força” na área de psicologia, após a Psicanálise, o Behaviorismo e a Psicologia Humanista (TABONE, 1995)

² A palavra “alterado” é usada pelo autor apenas a título descritivo, não implicando em nenhum juízo de valor.

ocorrência de tais estados a uma ordem seqüencial, mas afirma que a música pode operar simultaneamente em muitos níveis da consciência, algumas vezes de forma sucessiva e até simultânea. Descreve os diversos estados mentais, bem como sua relação de causa e efeito para com a música. Dentre os estados que poderiam despertar interesse em relações às vivências musicais, os *estados ampliados de consciência*, a meu ver, se relacionam com mais precisão àqueles experimentados na vivências de performances musicais. McCLELLAN (1988) aponta quatro níveis diferentes para os *estados ampliados*:

- O Nível *sensorial*: caracterizado por impressões sensoriais e relatos subjetivos de alteração no espaço, no tempo, na imagem corporal e nas impressões sensoriais. Sentimentos agradáveis, sensação de bem estar, prazer, entusiasmo contagiante, e também experiências negativas como irritabilidade e esgotamento.
- Nível *rememorativo analítico*: idéias e pensamentos a respeito da concepção de mundo e da vida temporariamente modificados. Lembranças de momentos significativos da vida e possibilidades de experiência emocional profunda.
- Nível *simbólico*: pensamento intuitivo bastante disponível, possibilidade de identificação com personagens históricos ou lendários, recapitulação evolucionária ou identificação com símbolos míticos ou com o inconsciente coletivo da humanidade³.
- Nível *integral*: experiência “mística” ou religiosa, impressão subjetiva de “dissolver-se” no campo de energia do universo, experiência transcendente que promove uma sensação de “pertencimento” a algo maior do que o si-mesmo; dissolução temporária do *ego* e sensação de “fusão” com a música e com o “todo”.

Segundo McCLELLAN (1988, p.163), a disponibilidade e o envolvimento para com a experiência musical é o fator mais importante para que o executante atinja uma vivência transpessoal com a música. O autor completa:

“Quanto maior o nosso envolvimento, menos conscientes da nossa personalidade individual podemos ficar. Quando esse envolvimento se aproxima do estágio da imersão total, teremos alcançado o nível transpessoal da mente superconsciente, durante o qual o estado de concentração focalizada cede seu lugar a um estado de percepção ampliada.”

O multi-instrumentista Egberto Gismonti nos dá um exemplo bastante significativo desses *estados transpessoais* vividos durante uma experiência musical de performance:

“Por alguma razão inexplicável, em concertos ou gravações, costuma acontecer - cada vez com maior freqüência - de o meu corpo impregnar-se de “certas qualidades”. Nesses momentos, torno-me espectador daquilo que estou fazendo e potencializo todas as minhas faculdades. Embora pareça contraditório, sinto-me espectador daquilo que farei alguns segundos depois; intuo, vejo por antecipação o que farei e não o faço, caso não considere adequadamente espontâneo.” (FREGTMAN, 1990, p.57).

³ *Inconsciente coletivo* é um termo da Psicologia Junguiana que se refere aos motivos e às imagens primordiais, padrões antigos, memórias não verbais da espécie que estão além das identidades raciais, ideológicas e nacionais. Segundo o próprio JUNG, citado por FADIMAN (1986, p.50): “. . . não são aquisições individuais, são essencialmente os mesmos em qualquer lugar e não variam de homem para homem. . . é como o ar, que é o mesmo em todo lugar, é respirado por todo mundo e não pertence a ninguém. Seus conteúdos (chamados arquétipos) são condições ou modelos prévios da formação psíquica em geral.”

Apesar de serem relatos subjetivos de uma experiência musical, podemos encontrar vários aspectos em comum com a descrição anterior, feita por McCLELLAN (1988), e observar uma modificação e ampliação da consciência musical da executante. Mas, a simples descrição dos estados mentais não responde porque sua ocorrência pode elevar o nível das performances. Nos estudos da *Psicologia Integrativa* de Ken Wilber,⁴ encontrei um modelo de estruturação e de desenvolvimento da consciência que pôde ser amplo e integrativo o bastante para considerar toda a complexidade dos níveis da consciência envolvidos numa performance musical - o físico, mental, emocional, e também o espiritual⁵. Este modelo é conhecido como “o espectro da consciência”.⁶

IV- O espectro da consciência de Ken Wilber

No espectro da consciência, WILBER (1996) descreve como um indivíduo pode resgatar e reintegrar os diversos aspectos da sua natureza, fragmentados por ele mesmo ao longo de sua vida, possibilitando um desenvolvimento integral da consciência. Este “resgate” da unidade acontece à medida que a pessoa vai “dissolvendo” as barreiras internas imaginárias, que são formas de defesa e de controle, advindas de experiências mal elaboradas, vividas no âmbito da família, da escola e da sociedade em geral. A dissolução das barreiras, ou a constatação de que elas nunca existiram, ocorre quando: 1) o indivíduo se fortalece como pessoa e passa a se conhecer melhor, reintegrando aspectos da sua personalidade que perdeu contato; 2) liberta-se da esfera mental-racional que limita a experiência da realidade a uma dimensão conceitual, alcançando uma condição de maior autenticidade e espontaneidade; 3) transcende sua própria noção de “realidade” e começa a experimentar uma “pertença” a uma “realidade maior” da qual ele também faz parte; e, finalmente, 4) perdendo a noção do si mesmo, se “dissolve” na experiência do “ser” ou do “fazer”, vivendo uma experiência de *unidade da consciência*.

É importante esclarecer que os níveis do espectro da consciência não representam apenas “fases” do desenvolvimento psicológico pelo qual a pessoa passa durante a vida, mas significam, principalmente, qualidades de experiências. BERTOLUCCI (1991, p.126) caracteriza as “constelações de experiências” ou *COEX* como sendo um conjunto determinado de experiências que compõem os níveis da consciência. A autora esclarece que “...os níveis da consciência formam *COEX* que ... encontram um forte princípio de ordenação na verticalidade, onde níveis diferentes vão dando nascimentos uns aos outros através de rupturas que fazem surgir progressivamente, realidades psíquicas mais complexas.”

Podemos viver ocasionalmente experiências de qualquer nível do espectro e voltar a um determinado nível que ocorre com maior frequência. O processo de desenvolvimento psicológico

⁴ A Psicologia Integrativa de Ken Wilber engloba e transcende as principais correntes de abordagem da personalidade do ser humano, ou as quatro “forças da psicologia” - a psicanálise, o behaviorismo, o humanismo e a transpessoal – , bem como conhecimentos de caráter científico, religioso e sócio-culturais das culturas ocidental e oriental.

⁵ A meu ver, foi necessário incluir a dimensão espiritual, uma vez que a grande maioria dos relatos de vivências musicais-transpessoais são imbuídas de conotação metafísica, espiritual ou religiosa.

⁶ O espectro da consciência representa uma proposta de integração dos conhecimentos sobre o psiquismo humano desenvolvidos pelas principais abordagens da consciência das culturas ocidental e oriental.

se dá a partir do momento em que a pessoa passa a viver, mais freqüentemente, experiências de níveis mais elevados do espectro, e a se estabilizar nestes níveis, reduzindo significativamente a “reincidência” de experiências fragmentadas, ou de níveis inferiores do espectro. De acordo com JUNG, citado por FADIMAN, (1986, p.56) este é o processo de *Individuação*, que significa “. . . tornar-se um ser único, homogêneo, na medida em que por individualidade entendemos nossa singularidade mais íntima, última e incomparável, significando também que tornamos o nosso próprio si mesmo.” Desta forma, *Individuação* é o processo de desenvolvimento da totalidade, de integração do consciente com o inconsciente, e de identificação com o *self*⁷. Portanto, na *individuação*, o *self* passa a ser a referência mais importante do que o *ego* - noção consciente e incompleta do si mesmo. Quanto mais fragmentado o indivíduo está, mais distanciado do *self* ele se encontra, e também do seu potencial de realização. CASTELLANI (1996, p.115) afirma que “viver intensamente é viver a natureza do *self*. Viver a natureza do *self* é realizar aquilo que devemos realizar, ser o potencial que vive dentro de nós. “

V- O espectro da consciências nas performances musicais

GREEN (1987) expressa através de uma fórmula o nosso potencial de realização nos campos da performance: “Performance = potencial - interferências”. Tentar apenas desenvolver nosso potencial é importante mas não é suficiente, já que as interferências, se não trabalhadas e minimizadas, estarão sempre, ou quase sempre, presentes para “subtrair” algo de nós. Portanto, se tentarmos reduzir ao máximo as interferências, ou as barreiras, que comprometem a ação e a expressão do nosso potencial, teremos a chance de aprender, praticar e executar uma peça musical num nível bastante próximo do nosso potencial máximo. Portanto, o espectro da consciência pode esclarecer como estas interferências aparecem e atuam nos diversos níveis da nossa mente. Para entender melhor como elas ocorrem no contexto musical, farei uma contextualização dos níveis do espectro para várias situações vividas em atividades de performance, bem como o processo necessário para transcendê-los.

V.1- Nível da *Persona*

Partindo do nível menos desenvolvido da personalidade, encontramos a pessoa identificada apenas com um lado dela mesma, ou de sua personalidade - a *persona*,⁸ ou nível da “máscara”. Ela se identifica também com os papéis sociais, os cargos que ocupa e os títulos que adquiriu ao longo da vida. A “outra metade” da personalidade que a pessoa não reconhece, tenta ignorar, ou perdeu contato, formam o conteúdo da *sombra*⁹. Mesmo parecendo ameaçadora, a *sombra* pode conter tanto aspectos indesejáveis quanto desejáveis - alguns aspectos bons que nos esquecemos de que nos pertencem. Pelo fato de não reconhecê-los em nós, imaginamos pertencerem a outros ou ao meio ambiente, o que faz com que estes aspectos “se voltem contra

⁷ Jung chama de *Self* o arquétipo da ordem e da totalidade de uma pessoa. FADIMAN (1986) o define como um fator interno de orientação que pode, muitas vezes, ser estranho à consciência do indivíduo.

⁸ Jung chama de *Persona* a parte do *ego* que nos é familiar e à qual nos identificamos.

⁹ Centro do inconsciente pessoal, memórias, tendências, emoções e desejos que foram reprimidos da consciência, rejeitados por serem incompatíveis com a *persona*.

nós e nos ameacem; parecermos menores do que somos, e o ambiente, maior do que é” (WILBER, 1996, p.162).

São inúmeros os casos de estudantes de música que tiveram, nos primeiros anos de estudo do instrumento, um desejo enorme de tocar bem, mas foram perdendo o contato com este desejo. No lugar de se sentirem motivados a se apresentar, sentem-se pressionados, explorados, indignados, exauridos, desanimados; imaginam o público, ou a própria performance, maiores do que são. Em vez de “empurrar para a ação”, se sentem empurrados; em vez de impulso, se sentem impulsionados, no lugar de interesse, sentem pressão, e em lugar de desejo – obrigação (WILBER, 1996, p.162).

Sentimentos negativos são experimentados da mesma forma: a raiva que poderíamos sentir de alguém, achamos que alguém sente de nós, agressividade é sentida como medo, etc. Quanto às emoções negativas, WILBER (1996, p.167) afirma que:

“...descobrimos que as tendências negativas, que tantos relutamos em admitir em nós mesmos, depois de integradas, se equilibram harmoniosamente com as tendências positivas e, portanto, perdem o suposto colorido mau.”

Portanto, é necessário um contato honesto e corajoso, sem julgamentos, com qualquer tipo de emoção que possa estar presente durante todo o processo de preparação e realização de uma performance musical. Como exemplo, observe o que WILBER (1996, p.172) recomenda para lidar com a ansiedade:

“...entrar em contato com ela, estremecer, ficar nervoso, arquejar - experimentá-la realmente, convidá-la a entrar, expressá-la, - e assim compreender que sou responsável, que me estou tornando tenso, bloqueando a minha excitação e, portanto, experimentando ansiedade. Estou fazendo isto a mim mesmo, de tal sorte que a ansiedade é um assunto entre mim e mim e não entre mim e o meio ambiente.”

Combater um sintoma indesejado é, na verdade, agravá-lo ainda mais. Quando experimentamos uma emoção indesejada com toda sua força, estaremos integrando uma parte da nossa sombra. Ao assumirmos que estivemos fazendo isto a nós mesmo até então, estaremos livres para parar (WILBER, 1996, p.176). Em seguida, devemos inverter a direção das nossas projeções e resgatar aquela emoção alienada: Se “o professor espera que eu toque bem”, devo assumir que “eu quero tocar bem”; se o público é crítico para com os intérpretes” devo assumir que “eu sou crítico para com os intérpretes e para comigo mesmo”. No momento em que entramos em contato com nós mesmos, iniciamos o processo de integração e o crescimento.

A identificação com a *persona* pode também incentivar no indivíduo a busca de um “modelo perfeito” ou “mitificado” para si mesmo. Neste sentido, a performance pode ser vista como algo externo, alheio a ele mesmo, que pode deteriorar a sua auto-imagem. Desta forma, o objetivo da performance pode se tornar a “sobrevivência” da auto-imagem, voltando o foco de atenção para o próprio executante. Nesta situação, ele vive um grave conflito entre a auto-imagem desejada e a performance esperada. Uma das técnicas sugeridas por GREEN (1987) para “desfocar-se de si mesmo” consiste em pedir ao instrumentista para “fingir” que, naquele momento, ele é o seu intérprete favorito do instrumento executando aquela peça musical. A conseqüência será o

deslocamento do foco de atenção do próprio executante para um modelo “bom” e de “alta qualidade”.

À medida que desenvolvemos uma auto-imagem mais exata, tornamos consciente o nosso inconsciente e ascendemos ao próximo nível - o nível do *ego*.

V.2- Nível do *Ego*

No nível do *ego*, o indivíduo identifica-se, predominantemente, com um quadro mental, ou representação mental de si mesmo e sua auto-imagem, mas permanece alienado do próprio corpo. Ele acredita que “ele é a sua mente”, ou, “a sua mente é ele” e que “a mente deve controlar o corpo”. É portanto uma identificação parcial do indivíduo com seu organismo psicossomático. Portanto, “. . . o *ego* não apenas reflete como se compõe de diversas estratégias que um indivíduo desenvolve para interagir com o mundo, estratégias que, segundo FREUD, decorrem das primitivas interações do núcleo familiar” (FREGTMAN, 1991 p.109).

Como é um nível mental, existe claramente uma identificação com o conceito e não com o sentido ou a “experiência”, que as palavras sugerem. A pessoa se identifica mais com o mapa - conceito da realidade - do que com o território - experiência real. Desta forma, a linguagem e o conhecimento racional, é utilizado como uma forma conceitual e indireta de interagir com diversas situações. O *ego* apresenta argumentos e explicações para todos os seus atos, que são, na verdade, uma barreira defensiva contra a realidade.

Não se pode esperar uma integração entre mente e corpo sem um contato com as emoções, pois, o corpo está mais diretamente relacionado a elas do que ao mental-racional. Experiências emocionais que não tiveram uma manifestação adequada ou foram reprimidas ao longo da vida são acumuladas no corpo causando tensões crônicas. FADIMAN (1986) cita REICH que desenvolveu pioneiramente uma abordagem terapêutica que lidava com a libertação das emoções através do trabalho com o corpo. Ele descobriu que somente depois que a emoção aprisionada era libertada, é que a tensão crônica da parte do corpo correspondente podia ser desfeita. Sobre as interferências da interrelação entre corpo e emoções, FREGTMAN (1991, p.61) afirma que:

“Possuímos um corpo emocional; todos os tecidos são virtuais portadores de uma carga energética vibracional e, entre esta energia e a emoção, se estabelece uma identidade funcional. O nosso plasma emocional é habitualmente transfigurado por mensagens e processos dissociadores, que condicionam, desnaturalizam e retraem a sua matéria-prima de origem: a sua energia emocional.”

Podemos entender, desta forma, como a espontaneidade das emoções estimuladas pela experiência musical pode e deve ter uma correspondência física caracterizada pelo movimento espontâneo do corpo. LOWEN (1982) afirma que “as emoções são eventos corporais, literalmente, são movimentos ou impulsos dentro do corpo que geralmente resultam em alguma ação externa.” Podemos imaginar, portanto, que o indivíduo que tem um contato mais consciência com suas emoções tem melhores condições de se integrar, por conseguinte, ao seu corpo como nos confirma PLEETH (1994, p.5): “O gesto normalmente não precede o pensamento ou a emoção que o gerou. . . em todos os casos, a emoção vem primeiro e a ação física responde a esta emoção.”

Um indivíduo sintonizado a nível do *ego* pode aceitar com mais naturalidade os erros e acertos como parte integrante da performance, uma vez que ele está mais fortalecido em sua auto-imagem. Entretanto, como o processo mental é predominante, pode haver uma dificuldade em se sintonizar no momento presente, pois, como FREGTMAN (1991) confirma: “O *ego* observa o momento eterno a partir do qual se desenvolve o universo, a Identidade existe apenas no momento presente.” Desta forma, o nível mental funcionará como um frenético “viajante” do tempo, buscando informações no passado, prevendo situações no futuro e traçando estratégias no presente; tudo isto para se proteger de alguma situação imprevista. Conseqüentemente, falta-lhe espontaneidade, e a disponibilidade para com a experiência real no momento presente é comprometida.

Como o foco de atenção estará voltado para o controle mental da performance, ele poderá apresentar uma falta de percepção ou uma desconexão com o próprio corpo, não estando disponível para perceber as interações sutis entre a mente e o corpo, necessários para o aprimoramento da performance. Para efeitos didáticos, imaginando que a música seja de domínio mental e a técnica do instrumento de domínio “corporal”, o corpo e o seu adestramento podem ser vistos como uma barreira a ser transposta, ou até mesmo “derrubada”, para que a “mente”, ou o *ego*, consiga se expressar musicalmente.

GREEN (1987) nos esclarece os diversos tipos de interferências, ou diálogos internos, que interrompem o fluxo natural de uma performance. Segundo o autor, ao tocarmos uma peça musical, podemos operar em dois níveis de consciência: o *self 1* - claramente o nível mental ou do *ego*, que tenta controlar conscientemente todos os aspectos físicos, técnicos, musicais, artísticos, sociais etc, envolvidos numa performance; e o *self 2* - nível do *self* de Jung, núcleo da consciência que pode expressar livremente o discurso musical com todo o seu potencial. Segundo GREEN, tensões e erros cometidos vêm, na maioria das vezes, das interferências que o *self 1* - consciente e controlador, realiza sobre o *self 2* - espontâneo. O autor sugere uma série de práticas eficazes para permitir que o *self 2* trabalhe sem interferências do *self 1* - “pensante” e “controlador” consciente.

Muitas destas interferências têm origem na crença de que a mente deve dominar o corpo, o que poderá despertar a intenção de controlar conscientemente todos os movimentos do corpo durante a performance. Provavelmente, isto irá acarretar resultados deficientes uma vez que os aspectos elementares da execução instrumental - o técnico e o musical - são realizados por processos diferentes no cérebro humano. JOURDAIN (1998, p.293) esclarece que as “imagens cinestésicas”, responsáveis pela execução das seqüências complexas de movimentos, partem do córtex somato-sensorial e não do córtex motor, sugerindo que as antecipações motoras têm mais haver com as sensações “passivas” do que com a “intenção ativa”.

Portanto, a intenção de se controlar conscientemente os movimentos durante uma performance poderia ser comparado ao ato de se dirigir um automóvel olhando para os pedais, câmbio, volante, etc. e tentado simultaneamente, escolher o correto itinerário do veículo, se aperceber do trânsito de maneira geral. O momento apropriado para se controlar os aspectos técnicos da performance é durante o estudo da peça, quando toda uma séria de movimentos coordenados poderá ser “programada” no nível do consciente.

Uma das técnicas aconselhadas por GREEN (1986) que promove uma correta interação corpo-mente, sugere ao executante que permita que o próprio corpo “escolha” a melhor forma de realizar uma determinada passagem. Na verdade, trata-se apenas de uma proposta de “parar de pensar” durante a performance. Isto não implica em ignorar a necessidade da consciência do movimento, mas sugere que, mesmo sem decidir ou controlar conscientemente tudo que o corpo deveria fazer, podemos abrir espaço para a espontaneidade do momento e para a intuição do corpo.

Outra forma de transcender as dimensões verbais-conceituais a que ficamos aprisionados no nível do *ego* é a utilização de técnicas de visualização criativa, já conhecidas e utilizadas por esportistas. Elas visam proporcionar uma experiência “fictícia” de sucesso e exatidão na realização de uma performance, que são interpretadas pelo cérebro como se já tivessem realmente acontecido. Nesta situação, as imagens mentais ajudam a “dissolver” as barreiras conceituais e a ascender em níveis da consciência.

V.3 - Nível do *centauro*

No nível do *centauro*,¹⁰ o indivíduo transcende a dimensão mental na qual esteve aprisionado e experimenta uma integração de organismo psico-físico total. WILBER (1999) afirma que, ao atingir a estabilidade do *centauro*, os elementos da personalidade bruta do indivíduo tendem a entrar em harmonia espontaneamente, pois “a pessoa está começando a transcendê-los, a assim deixa de manipulá-los e explorá-los compulsivamente.”

Este estado pode ocorrer tanto ocasionalmente, em momentos relaxantes ou em situações em que não se tenha que “pensar” em nada, quanto se estabilizar permanentemente como uma fase madura do processo de desenvolvimento da pessoa. WILBER (1999) declara que este é considerado um estágio superior de consciência, ao qual aspira a psicologia ocidental ortodoxa. “No fim das contas, esta é a fase descrita de formas diferentes como autonomia, integração, autenticidade ou auto-realização - o ideal das terapias humanistas/existenciais” (WILBER, p.1999, p.64). O indivíduo não apresenta mais nenhuma relutância em experienciar o presente, pois não existe mais “. . . nenhum cantinho oculto de um eu que reclama de sua existência”. Ele se libertou do passado e não teme o futuro pois ele sabe que o presente é a única dimensão de tempo na qual se vive a experiência; fora do presente só existe lembrança (do passado) e expectativa (do futuro) , que só podem, da mesma forma, ser experimentadas no presente.

WILBER (1999) descreve a espontaneidade como sendo uma forte característica de *centauro* e diferencia a “espontaneidade do corpo” - como sendo pré-verbal, do estágio infantil quando a criança apenas responde aos seus impulsos fisiológicos - da espontaneidade do *centauro* - como sendo transverbal, quando a pessoa se desidentificou unicamente da mente racional, passou a integrar todo seu ser, e agir espontaneamente com o “todo”. Desta forma, o indivíduo pode experimentar a “vontade espontânea”, sem nenhuma necessidade de justificar sua escolha, pois, ele está livre para decidir. Como existe uma tendência do corpo em ser involuntário - espontâneo

¹⁰ Em referência ao Centauro - Ser mitológico que possui corpo de animal e mente de homem, existindo em perfeito estado de união.

em seus processos fisiológicos e sua ação - e o *ego* em ser voluntário - controlado e planejado - o "eu-total". no nível do *centauro*, é uma conjunção de duas esferas da existência - a voluntária e a involuntária, o que irá resultar na vontade espontânea ou na intencionalidade - elo que reúne a mente com o corpo.

WILBER(1999) cita MAY (1969) ao declarar que a fonte da *intencionalidade* é a *imaginação*, que é uma das linguagens do *centauro*; imaginação como uma forma de modificar a descrição e a compreensão racional da realidade pela "fantasia"¹¹, ou seja, transcender a dimensão verbal. O autor enfatiza ainda que "...a fantasia madura do *centauro* é certamente anterior à linguagem, mas não é pré-verbal, ela é transverbal." A fantasia "superior", ou transverbal, que transcendeu o verbal, é definitivamente diferente daquela fantasia "escapista", que pode refletir uma desadaptação; ou daquela fantasia "inferior", ou pré-verbal, característica da fase infantil. O autor adverte que "O processo de fantasia do *centauro* não é um meio de regredir às fantasias pré-verbais, e sim de entrar em contato com realidades transverbais. Serve como transição, e um símbolo de transformação, da esfera existencial para a transpessoal" (WILBER, p.75).

Um instrumentista que experiencia o nível do *centauro* durante uma performance alcança a transcendência das dimensões mentais-rationais, o que propicia a suspensão dos julgamentos internos e externos, sobre si mesmo e sobre a performance. O ato de "não controlar" substitui o trabalho da mente pelo trabalho do "todo", e simplesmente o "fazer", ou o "executar" da peça musical toma um lugar predominante. Integrando o corpo e a mente, e alcançando uma linguagem simbólica, ele integra naturalmente os aspectos musicais envolvidos na performance - técnica, conhecimentos musicais e interpretação. Portanto, a expressão desinibida do *self 2*, descrito por GREEN (1986), corresponde ao nível do *centauro*, de WILBER.

O foco da atenção, que nos níveis anteriores esteve voltado para a auto-imagem ou para o controle da performance, pode agora se voltar para níveis mentais simbólicos e imaginativos, sugeridos pelo conteúdo musical e artístico da peça executada. Devido à transcendência da dimensão racional, o instrumentista pode atingir alguns dos *estados ampliados de consciência*, descritos anteriormente por McCLELLAN (1994), como o *rememorativo analítico* e o *simbólico*. Neste sentido, WILBER (1999) se refere à Imagem-visão como "um modo superintuitivo de conhecimento que pode revelar planos mais elevados da realidade".

Apesar de internamente harmonizado, uma dualidade remanescente entre sujeito-objeto, ou interno-externo, ou executante e platéia, ou mesmo executante e performance, pode ainda possibilitar algum nível de tensão, pois o ambiente pode ser visto como algo externo e ameaçador ao executante. GREEN (1987) recomenda uma abertura de percepção para o ambiente externo, onde se realiza a performance, para rastrear impressões de forma, cores, texturas, ou mesmo emoções, para serem incorporadas nos elementos expressivos do discurso musical como timbre, dinâmica, fraseado, expressão, etc. Segundo ele, esta é uma forma eficiente de ocupar a mente em transferir impressões do meio ambiente para a interpretação musical.

¹¹ "Fantasia" neste sentido, tem o seu sentido original - *phantasitikous*- ou seja: "capaz de representar" ou "tornar visível".

Na dualidade sujeito-objeto está implícita a maneira como a pessoa vê e interage com a realidade. FREGTMAN (1988) nos lembra que a física quântica e a mecânica ondulatória nos forneceram uma base para entender como não se pode estabelecer uma constância entre o observador e a “coisa” observada. Desta forma, dependendo do nível em que estivermos sintonizados, a nossa consciência pode modificar a percepção da realidade e, se a realidade pode se “modificada” por nós, em nossa mente, ela “faz parte de nós” e não pode nos ameaçar. FREGTMAN (1988, p.138) reitera que:

“...como nossa identidade pessoal também se relaciona com os níveis da consciência a partir de onde agimos, uma transformação do modo de conhecer provoca uma transformação do nosso sentimento de identidade básico. Um conhecimento não-dual revela o universo tal qual é - a realidade absoluta - onde o sujeito é parte do real. Portanto, o conhecimento íntimo é a Realidade, assim como o Real é um nível de consciência.”

FREGTMAN (1988) também cita WILBER (1996) para afirmar que “...A realidade é um nível de consciência, e só esse nível é o real”. Quando o indivíduo “entende” e, principalmente, “experencia”, que a forma como ele vê e se relaciona com a realidade é produto da sua própria consciência, ele está disponível para romper a dualidade sujeito/objeto, ou observador/observado, e pode alcançar níveis transpessoais de consciência.

V.4 - Nível *transpessoal*

O nível seguinte é o *transpessoal*, no qual o indivíduo experimenta uma integração ainda mais ampla de si mesmo com a situação em que vive no momento, ou com o “todo” da experiência. Ele não mantém a identidade confinada apenas nos limites do individual, mas alcança um nível de consciência ampliada e bastante intuitiva, mantendo uma possível identificação com as estruturas mais profundas da consciência.

As experiências musicais transpessoais são definidas por FREGTMAN (1990) como sendo uma expansão da consciência além dos limites do *ego*, do tempo e do espaço. Aponta duas categorias: 1) Dentro de um “marco” de realidade objetiva, que seriam vivências da unidade dual, transcendência do *ego* nas relações interpessoais; identificação com outras pessoas, com um grupo ou com uma consciência grupal, unidade com a vida e com toda criação; 2) Fora do “marco” da realidade objetiva, que seria vivências arquetípicas e mitológicas; compreensão intuitiva de símbolos universais e da consciência universal; ativação dos centros de energia do organismo.

Neste sentido, podemos caracterizar uma performance realizada a nível *transpessoal* como sendo uma “fusão” subjetiva, do intérprete com a música, integrando da mesma forma o ambiente externo. O instrumentista sente dissolvidas todas as barreiras que o separam do instrumento, da música e do público. Artista e performance formam uma unidade dinâmica, e emerge um sentimento de grande equilíbrio e envolvimento. Assim como afirma PLEETH (1994, p.3):

“O ato de tocar - física e espiritualmente - precisa estar em equilíbrio e totalidade com todo o seu ser,Tudo causa tudo, tudo traz o nascimento de tudo, tudo alimenta tudo, - a unificação de você, seu instrumento, e da música deveria se tão perfeita que todos os três unem-se como uma única entidade no final...”

O instrumentista pode sintonizar-se em um nível totalmente subjetivo e simbólico, que pode ter sido desencadeado pelo próprio conteúdo sugestivo da peça musical. Neste nível, como também nos sonhos, a pessoa pode experimentar a “natureza do *self*”, tomando formas de imagens impessoais - como uma luz, um círculo, uma mandala, uma pedra, etc. - ou pessoais - como uma criança, um casal real, etc. Neste sentido, dependendo ainda de uma série de pré-requisitos pessoais, sócio-culturais e religiosos, o indivíduo pode ter uma identificação com um contexto espiritual ou religioso. DAUELSBERG (1992, p.9) cita as palavras de Brahms, que relata sua experiência espiritual ao compor:

“...encontro-me em situação semelhante a do transe, quando naquele estado onírico, um pairar entre o sono e o despertar; ainda estou consciente, mas pertíssimo da fronteira da perda de consciência. Nestes momentos me afluem idéias inspiradas. Cada inspiração pura emana de Deus, que só se pode revelar através da presença em nós daquela centelha divina que os atuais psicólogos chamam de subconsciente.”

Quando vivemos ou ouvimos relatos de experiências de níveis elevados de consciência, somos levados a reconhecer que a dimensão espiritual é indiscutivelmente tangida. BERTOLUCCI (1991, p.23) nos afirma que existe um “*centro psíquico* ou espiritual no qual nossa identidade participa unitariamente da organização e complexidade de todo o universo, podendo contatar-se em harmonia com vários elementos presentes em determinado momento ou situação. A autora afirma ainda que este *centro* não está “dentro de nós”, mas está na forma como interagimos com a realidade, que também não está “fora de nós”, mas está “por toda parte”, e fazemos parte dela. Então, “. . . neste nível de consciência podemos eliminar as contradições e oposições que são as raízes de todos os nossos sofrimentos . . .” (BERTOLUCCI, 1991, p.24).

Como a noção do individual ainda está presente no nível *transpessoal*, a pessoa “presencia” a sua própria integração no “todo”, permanecendo um “testemunho transpessoal”. Portanto, ela ainda experimenta uma integração parcial com o “todo”. Quando o “testemunho transpessoal” desaparece, ou seja, quando a última noção do “si mesmo” realizando algo desaparece, o executante “dissolve-se” e integra-se totalmente na experiência sem se dar conta disto; neste nível, sua consciência atua numa condição de imersão total com a experiência.

V.5 - Nível da *unidade*

Finalmente, o nível mais elevado é o nível da *unidade*, ou *integral*, ou *Tao*, “divindade” ou ainda como WILBER (1996) define - “*Mente*” - numa clara relação à comunhão com a *Mente Cósmica* - estado de integração total com o Universo. O autor afirma que é um estado onipresente, ou seja, é o único que, invariavelmente, está sempre presente em nós, mesmo que não tenhamos consciência disto: “. . . é antes e precisamente o nível que temos agora, seja ele qual for, e a sua compreensão nos confere um profundo centro de paz, situado debaixo das piores depressões, ansiedades e medos e que persiste enquanto duram” (WILBER, 1996, p.240). É, portanto, nosso estado original; é compatível com todos os outros estados e não pode ser separado dos demais pois é nossa condição eterna de existência.

Uma mão pode tocar a outra, mas não pode se tocar, porque ela “é” e não pode “deixar de ser”, ou se duplicar, para se tocar. Nossos olhos podem ver o mundo mas não podem se ver. Da mesma forma, nós “somos” e não podemos “deixar de ser” para “alcançar” a *unidade*. Por isso,

não precisamos tentar buscá-la ou atingi-la, pois, tal busca implicaria em tentar alcançar algo “fora” de nós”; implicaria em assumir algo que não possuímos, e em alcançar algo no futuro. Portanto:

“...a busca se baseia na crença implícita em algum alcançamento futuro, crença de que, se não temos a salvação hoje, tê-la-emos de certo amanhã; entretanto, a “Mente” não conhece o amanhã, nem momento algum, nem o passado nem o futuro, de modo que, correndo atrás Dela em algum futuro imaginado, estaremos apenas fugindo Dela agora, pois a Mente não existe em parte alguma a não ser neste Momento intemporal. Como sempre, os que procuram salvar a alma acabarão, sem dúvida, perdendo” (WILBER, 1996, p.243).

Da mesma forma que não podemos ver os nossos olhos, ou cheirar o nosso nariz, não podemos perceber o nosso “verdadeiro eu” - o *self* - aquele que simplesmente existe. Mas podemos imaginar, ou visualizar os nossos olhos vendo algo, entretanto isto será apenas uma experiência imaginária, não real. Para encontrarmos o “olhador”, ou “quem olha”, podemos criar um personagem, ou uma representação falsa para o verdadeiro “olhador”. Da mesma forma, para nos vermos no mundo, criamos uma falsa representação do nosso “verdadeiro eu” - o *ego* - que passa a substituí-lo; cumprindo um papel subjetivo de existir no lugar do “verdadeiro eu”. Este não está separado da realidade, ou da *unidade*, por isso não pode se perceber; mas, com a criação do *ego* podemos ver a nós mesmos realizando algo. Como confirma WILLBER (1996, p.246):

“O visto é o ego; o que está realizando o ato de ver é a Mente. Nós nos identificamos inadvertidamente com o primeiro, com o que pode ser visto, com o ego, ou centauro, ou persona, etc. e, portanto, já não nos identificamos com toda a manifestação fenomênica, estamos separados de tudo o que parece ser o não-eu.”

Portanto, o “eu visto” e analisado é simplesmente algo subjetivo, uma imagem idealizada; um complexo de idéias, sentimentos, identidades e avaliações. Nos momentos em que nos desidentificamos com este “falso eu” e nos esquecemos de ver a nós mesmos realizando ou experienciando algo, resgatamos nosso único estado real de existência - o da *unidade*.

Cabe ainda esclarecer que, diferentemente do nível *transpessoal*, o nível da *unidade* carece totalmente de transcendência pois já não há mais nada a ser transcendido e, por isso, não existem mais vivências de conotação espiritual, carregadas de emoção ou sentimentos elevados. Neste sentido, poderíamos questionar a definição de *integral*, dada por McCLELLAN (1994), a um nível que se caracterizaria por: “impressão subjetiva de dissolver-se no campo de energia do universo”, ou por experiência transcendente que promove uma sensação de “pertença” a algo maior, e a sensação de “fusão” com a música e com o “todo”. A questão é apenas de nomenclatura dos níveis descritos por McCLELLAN, pois poderíamos trocar o seu último nível - o *Integral* - por *transpessoal*.

Entretanto, o fato de já estarmos numa “condição de unidade” não significa que estejamos “vivendo na unidade da consciência” e expressando o potencial do nosso *Self*. Da mesma forma, o fato de não precisarmos “alcançar” nossa natureza humana porque já a possuímos, não significa que estejamos vivendo-a de forma plena e harmoniosa. O estado de *unidade* é uma realidade constante mas, para vivenciá-lo, precisamos nos desfazer de nossa própria identidade ao realizar algo.

Seriam então, a unidade da consciência e a consciência da unidade, excludentes? Se imaginarmos esta última como “estar consciente de si”, elas seriam excludentes; pois, para experimentarmos a *unidade*, precisaríamos transcender a própria consciência. Isto significa transcender todo e qualquer “conceito” que se refira a nós mesmos, ou a algo que estivéssemos fazendo num dado momento; ou, uma “permissão interna” para que todas as possibilidades pudessem ocorrer simultaneamente. Se imaginarmos a consciência da unidade como sendo um processo de auto-conhecimento e desenvolvimento pessoal, este poderia culminar com a unidade da consciência; e desta forma elas seriam sucedentes. Mas elas também podem existir simultaneamente, assim como argumentou WILBER (1996), se o nosso “estado real” e constante, é o estado de unidade.

Quanto à “permissão interna” para que todas as possibilidades possam ocorrer simultaneamente, Wilber (1996, p.248) nos adverte que:

“a meta e o caminho são um só, e asseverações semelhantes dos Mestres de cada tradição, de que a iluminação e a ignorância, a realidade e a ilusão, o céu e o inferno, a liberação e a servidão - são todos não-duais e não devem ser separados. Dessa forma, já estamos aonde todo e qualquer caminho pode levar-nos.”

CAPRA (1995) também nos afirma que “Os opostos são conceitos abstratos que pertencem ao reino do pensamento; como tal, são relativos.” Desta forma, se focalizarmos a atenção em um determinado conceito, criamos imediatamente o seu oposto. A física moderna também nos fornece alguns exemplos dessa unificação de conceitos opostos como, ao verificarmos no nível sub-atômico de matéria que “. . . as partículas são igualmente destrutíveis e indestrutíveis, onde a matéria é igualmente contínua e descontínua e a força e a matéria não passam de aspectos diferentes do mesmo fenômeno” (CAPRA, 1995, p.116). O próprio CAPRA (1995, p.113) conclui:

“O místico transcende este reino de conceitos intelectuais e, ao fazê-lo, torna-se consciente da relatividade e da relação polar de todos os opostos. Ele se apercebe de que bem e mal, prazer e dor, vida e morte não constituem experiência absolutas que pertencem a categorias diferentes mas, em vez disto, são simplesmente dois lados de uma mesma realidade, partes extremas de um único todo. A consciência de todos os opostos são polares e, dessa forma, uma unidade é vista como um dos alvos mais elevados do homem nas tradições espirituais do Oriente”.

Seria a transcendência dos aspectos de existência e não-existência, ou do “ser ou não ser”, algo como “ser” ou “deixar que algo seja por nós” ou “em nós”? CASTELLANI (1996, p.114) esclarece como age o *self*, nosso centro psíquico essencial:

“O self é, de certo modo, excessivamente impessoal, excessivamente objetivo. Quando você atua através do seu self, você não é você mesmo - isto é, o que você sente.... Como São Paulo o expressa, ‘não sou eu que vivo, é Cristo que vive em min’, querendo dizer que sua vida não é a sua própria vida, mas a vida do self.”

Da mesma forma, isto é verdade para as experiências musicais de performance, composição e apreciação realizadas em nível *integral* de consciência. Mesmo assim, parece difícil imaginar como alguém pode atingir a *unidade* e continuar tocando seu instrumento se não existe uma “mente consciente” que decide o que fazer durante a interpretação. O instrumentista está consciente ou não do que está realizando? Quando ele se desidentifica do “falso eu”, seu “verdadeiro eu”, que não se percebe, passa a realizar a performance sem uma intenção de

“controlá-la”, pois, na intenção de se controlar algo, está implícita a dualidade entre um controlador e um controlado. Como no nível de *unidade* não existe mais distinção entre sujeito-objeto, o *self* está integrado com o “realizar” da performance.

Sabemos, portanto, que a desidentificação do *ego* promove a dissolução das barreiras internas, nos resgata o estado unificado da consciência, e nos possibilita “operar” com um nível superior de harmonia interna que nos permite alcançar diretamente o nosso potencial. Resta-nos ainda entender como se harmonizam espontaneamente os diferentes aspectos da natureza humana envolvidos numa performance realizada a nível integral.

VI- A concepção sistêmica e a harmonização dos níveis de evolução:

De acordo com a *concepção sistêmica do Homem*,¹² CAPRA (1999) afirma que as propriedades essenciais de um organismo não podem ser estudadas ou verificadas separadamente porque são propriedades do todo, que nenhuma das partes possui individualmente. Elas surgem das interações entre as partes e são extintas quando o sistema é dissecado, física ou teoricamente. Isto se torna claro ao verificarmos que a técnica instrumental não se desenvolve corretamente sem um objetivo musical; assim como a expressão artística não se desenvolve sem um conhecimento musical, que não pode se expressar sem um bom embasamento técnico. Durante uma performance, as três dimensões precisam estar em interação para que o resultado seja satisfatório; esta interação é que possibilita que os recursos técnicos sejam adaptados para os diversos contextos musicais. Assim como o conhecimento musical seja contextualizado nas inúmeras possibilidades de interpretação de uma peça. Torna-se claro, portanto, que a capacidade de interpretar uma peça depende muito mais da habilidade de interrelacionar as diversas “partes” envolvidas, do que desenvolvê-las separadamente.

FREGTMAN (1990, p.149) também cita a *Concepção Sistêmica* para afirmar que, em todo processo de desenvolvimento, é necessário trabalhar de maneira sincronizada em três níveis de evolução - o corpo, a mente e o espírito:

“... o acesso à unicidade requer do trânsito inter-relacionado por dimensões orgânicas (bloqueios, função do sistemas nervoso, centros de energia, articulações, hábitos de alimentação, estruturas de pulsação ou ritmo interno, movimento, etc.), níveis psíquicos (que compreendem a elaboração psicodinâmica do conflito, resistências, inibições, bloqueios “caracteriais”, etc) e dimensões noéticas ou de consciência (transcendência imanente do Ser)”

O autor sustenta que, de acordo com uma lei biológica de subordinação funcional, o controle é estabelecido a partir de um nível superior, ou seja “de cima para baixo”. Para o autor: “O nível *noético*¹³ da consciência subordina o aspecto psíquico e este, por sua vez, subordina o plano somático.”

¹² A *Concepção Sistêmica do Homem* lida com o conjunto de relações ordenadas e persistentes entre as partes de um todo, a fim de desempenharem uma função determinada. Lida também com o padrão de troca de energia entre essas partes. Também conhecida como concepção, ou visão, holística do homem.

¹³ *Noético* tem origem em *nous*, ou espírito, em grego.

A idéia de que as estruturas complexas subordinam progressivamente as estruturas simples, também é sustentada por WILBER (1996), que se baseou na *Filosofia Perene*¹⁴ para estabelecer um sistema geral de evolução que descreve como isto ocorre. Segundo o autor, estruturas simples vão se agrupando e se tornando estruturas cada vez mais complexas, que passam a atuar sobre as anteriores porque “as contém” e são “hierarquicamente” superiores. Este modelo encerra uma “ordem perene”, ou cósmica, e pode ser aplicado a qualquer qualidade de experiência, incluindo a própria evolução da consciência e sua estrutura tripartida - no físico, no mental e no espiritual. Neste processo:

“Uma estrutura de ordem superior surge na consciência e o si-mesmo se identifica com esta estrutura. Quando esta emerge, o si-mesmo se desidentifica com a estrutura inferior e desloca a sua identidade essencial para a estrutura superior. A consciência transcende a estrutura inferior e se torna capaz de operar a partir da estrutura superior sobre a inferior. Todos os níveis precedentes são integrados como consciência” (WILBER, 1996, citado por FREGTMAN, 1990. p.154).

Pela *hierarquia das realidades*, podemos entender como ocorrem os fenômenos psicossomáticos que podem causar distúrbios orgânicos como a gastrite, diarreia, ou até a gravidez psicológica. A mente “age” sobre o corpo, porque, na cadeia do desenvolvimento, ela é “superior hierarquicamente” a ele.

VII- A Hierarquia das Realidades nas performances musicais

Ao descrever a *hierarquia das realidades*, WILBER (1996), aponta cinco níveis de realidade que seriam: a matéria, a vida, a mente, a alma e o espírito. WEIL (1987, p.122) esclarece que “alma” neste sentido, “...refere-se ao reino das Formas Platônicas, dos *arquétipos*, das formas de divindades pessoais.” Portanto, podemos imaginar a “alma” como sendo nossa “identidade espiritual” e o “espírito” como sendo nossa última natureza, que é igual e pertencente ao “todo”, ou seja: nosso nível, ou condição de *unidade*, conforme descrito anteriormente. WEIL (1987, p.123) esclarece ainda que “no reino do espírito, a alma torna-se o Ser, em um estado não dual de intuição radical e de identidade suprema.” Portanto, assim como FREGTMAN (1990), WILBER (1996) afirma que, pela *hierarquia das realidades*, o controle é exercido do nível superior para o inferior; ou do espiritual, para a alma, desta para a mente, e desta para o corpo.

Em DAUELSBERG (1992, p.7) as considerações de Brahms referentes ao Espírito, à alma humana, e ao potencial de realização presente em cada um de nós, sugerem confirmar a teoria anterior:

“O Espírito é a luz da alma. O Espírito é universal. O espírito é a energia criadora do cosmo. A alma humana só toma consciência de suas forças quando iluminada pelo espírito. Para desenvolver-se e crescer, o homem tem primeiramente que apreender como deve usar e desenvolver suas próprias forças espirituais. Todos os gênios criadores fazem isto, embora alguns deles pareçam não estar conscientes deste processo quanto outros.”

¹⁴ Abordagem que nasceu da síntese dos conhecimentos comuns a todas as culturas e civilizações, em toda a história do homem, e que aborda as “verdades Perenes” sobre a verdadeira natureza humana e seu acesso ao divino. É definida por WILBER(1988, p.8) como a essência transcendental de todo o conhecimento e de todas as religiões. Para HUXLEY (citado por WHITE, 1993, p.65), “. . . *preocupa-se com a realidade una, divina, substancial do mundo múltiplo das coisas, das vidas e das mentes.*”

Baseado nisto, podemos deduzir que um instrumentista que esteja em estado *transpessoal* ou de *Unidade* - níveis *noéticos* da consciência - tem a possibilidade de “subordinar”, ou harmonizar espontaneamente, os níveis subjacentes da consciência envolvidos na performance. Fazendo uma relação direta dos níveis da *Hierarquia das Realidades* com os aspectos envolvidos numa performance musical, teremos:

- O Nível da Matéria se relaciona às condições físicas do instrumento, da cadeira, do auditório, do corpo do instrumentista, etc.
- O Nível da Vida, se refere às condições fisiológicas e emocionais do instrumentistas e ao sistema sensorio-motor, através do qual foi estabelecido o “vocabulário” e a memória cinestésica – que correspondem aos recursos técnicos disponíveis para a execução da peça;
- O nível da Mente contém todo o conhecimento musical, a harmonia, a análise, o conhecimento histórico, estético, filosófico, e também o conhecimento sobre a técnica do instrumento. Este nível corresponde ao nível do *ego* no espectro da consciência, e ao *self 1* de GREEN (1986).
- O nível de Alma corresponde ao nível artístico no seu contexto mais elevado. Se expressa pela transcendência do racional, através de formas intuitivas de pensamento, alcançando níveis de conhecimentos simbólicos e arquetípicos, presentes não só na música, mas nas grandes obras de arte, pois, pertencem a um “conhecimento da humanidade” - o inconsciente coletivo. Corresponde ao nível do *Centauro*, e ao *transpessoal*, e ao *self 2* de GREEN (1987)
- O nível do espírito, finalmente, corresponde à performance realizada a *nível integral*, quando o instrumentista “desaparece na realização”.

VIII- A consciência da unidade na prática e no ensino musical

Todas as questões sobre as performances musicais, descritas acima, podem parecer distantes da nossa “realidade” musical, principalmente do ponto de vista de “estarmos conscientes” de como este processo ocorre. Mas, do ponto de vista da “atuação”, ou da performance propriamente dita, a harmonização espontânea pode ocorrer sem que o indivíduo perceba, e pode até ser uma realidade constante e progressiva na experiência musical de alguns performerres. Infelizmente, para a grande maioria, esta facilidade ainda parece estar condicionada a um desenvolvimento pessoal, como ser humano, para que o potencial individual possa ser expresso com mais naturalidade. Neste sentido, o ensino tradicional de música, muitas vezes, discrimina aqueles que não se expressam com uma “naturalidade musical” esperada, sem oferecer-lhes recursos adequados para tanto.

Sem sugerir uma substituição da prática e do ensino musical por uma atividade terapêutica específica, acredito que estas atividades podem se tornar, se corretamente condizidas dentro de um pensamento sistêmico, uma oportunidade para promover uma transformação consciente, sem perder o foco da capacitação profissional, quando for o caso. Os objetivos intrínsecos do ensino musical poderiam ser beneficiados em consequência do processo de desenvolvimento geral do indivíduo.

Encontramos na cultura Oriental alguns exemplos que poderiam ser estendidos à nossa realidade musical, como as várias disciplinas que visam integrar o desenvolvimento pessoal à prática de uma atividade qualquer. São práticas meditativas de auto-conhecimento conhecidas como “O caminho da ação” que “... consistem em saber “ser”, perceber-se e relacionar-se com o mundo

durante o desempenho de um determinado tipo de habilidade” LE SHAN (1993, p.47). Atividades como a prática do arco e flecha, da espada, do aikidô e karatê (na tradição Zen), e a tecelagem de tapetes (na tradição Sufi), e muitas outras, são exemplos de “meditação pela ação”, durante a qual o praticante tem a chance de buscar sabedoria e auto-conhecimento. Todas elas, mais do que simplesmente desenvolver uma habilidade, visam desenvolver a personalidade, as atitudes e em última instância - o espírito. LE SHAN (1993, p.47) afirma que “o verdadeiro objetivo é ajudá-lo a crescer e desenvolver-se como um ser humano total e não tornar-se melhor arqueiro ou perito em Karatê.”

Devido à dificuldade de se induzir e de se controlar um estado ampliado de consciência durante uma performance, pode ser necessário que o indivíduo desenvolva um trabalho pessoal, paralelo às atividades musicais, para que ele obtenha um melhor aproveitamento do seu potencial nestas atividades. Várias disciplinas filosóficas e terapêuticas, de origem oriental e ocidental, que estão disponíveis nos grandes centros, podem ser utilizadas para tanto. Como exemplos, temos a meditação transcendental, a meditação Zen, o Yoga, o budismo tibetano, a Técnica de Alexander, a Biodança, Eutonia, a ginástica holística, o Rolfing, a análise bioenergética e o método Fedelkraus.¹⁵ Todas elas, visam em última instância, o resgate da nossa natureza essencial e do nosso potencial máximo de realização através do auto-conhecimento e do equilíbrio interno e externo.

No entanto, é importante ressaltar que qualquer trabalho de desenvolvimento pessoal e auto-conhecimento, não pode ser visto como substituto para uma boa formação técnica e musical, principalmente para aqueles que pretendem desenvolver atividade musical profissionalmente.

IX- Conclusão

Podemos concluir que a ocorrência dos estados ampliados de consciência e, principalmente, seu nível mais elevado - o da *unidade* - são possibilidades reais da existência humana, que podem ocorrer durante as performances musicais, modificando-as qualitativamente. Mesmo sem uma informação ou preparação prévia, tais estados podem ocorrer naturalmente para alguns, mas não ocorrem com a mesma facilidade para a maioria. Como os diferentes níveis de consciência, descritos no *espectro da consciência*, podem ser caracterizados tanto como experiências momentâneas, ou COEX, quanto “fases” do amadurecimento psicológico, não existe uma relação direta e constante entre a “fase” psicológica em que a pessoa se encontra e as diversas COEX que a pessoa possa experimentar eventualmente.

O “esperado” seria sempre encontrarmos uma coerência constante entre o grau de desenvolvimento pessoal e a manifestação imediata do seu potencial, mas a ocorrência de COEXs de níveis inferiores ou superiores à fase de desenvolvimento da pessoa, exemplifica os inúmeros casos que nos impossibilita de qualquer tentativa de estabelecer “regras” para a questão. Desta forma, podemos entender a razão de uma pessoa, em uma fase psicologicamente imatura de desenvolvimento, apresentar resultados de alto nível em performances; ou o contrário, pessoas conscientes de seu processo de desenvolvimento pessoal, apresentarem resultados abaixo de um nível coerente com o seu potencial.

¹⁵ Não caberia neste artigo, descrever sobre cada uma dessas disciplinas; sugiro consulta bibliográfica em GOLEMAN (1997) e RIBEIRO, AR., ROMERO, M. (1997)

Portanto, para que se tenha chance de resgatar a *unidade da consciência* durante as performances, é necessário se buscar a *consciência da unidade*, ou seja, o processo de auto-conhecimento, que possibilitará ao *self* do indivíduo se manifestar com toda sua potencialidade. Para tanto, BERTOLUCCI (1991, p.94) adverte que “para que ocorra uma transformação da identidade em direção ao *self*, é necessário que a pessoa assuma a direção desse processo de forma consciente, pois ele não pode ocorrer inconscientemente”. Portanto, é necessário assumir a responsabilidade pelo próprio desenvolvimento e reconhecer que todos os conflitos e inibições, bem como todas as soluções, estão dentro de nós mesmo, esperando o momento de serem integrados e transcendidos. As possibilidades de desenvolvimento musical se concretizam, no momento em que uma pessoa, ao alcançar um estado ampliado de consciência, mesmo que ocasionalmente, integra aspectos conflituosos da sua psique e reconhece seu verdadeiro potencial de desenvolvimento e realização.

Como nos adverte TART, citado por WALSH (1997, p.49):

“Se usarmos a metodologia científica para criar ciências que levam em consideração diversos estados alterados de consciência, podemos obter ciências baseadas em percepções, lógicas e linguagens radicalmente diferentes, ganhando assim novas visões complementares às que temos atualmente.”

Portanto, esperamos que futuros estudos e pesquisas nos campos da psicologia transpessoal, do pensamento sistêmico e de outras abordagens integrativas, possam ampliar o universo de recursos e possibilidades psicopedagógicas para o ensino e a prática musical. Assim como os conhecimentos sobre a consciência, advindos dos modelos anteriores de desenvolvimento psicológico e teorias da personalidade, foram extendidos ao contexto pedagógico musical, esperamos também que novas abordagens possam viabilizar a expressão de todas as dimensões do potencial humano através da música.

Bibliografia:

- ASSAGIOLI, Roberto. *Psicossíntese: Manual de Princípios e Técnicas*. São Paulo: Cultrix, 1992.
- BERTOLUCCI, Eliana. *Psicologia do Sagrado: Psicoterapia Transpessoal*. São Paulo: Ágora, 1991.
- BUSH, Carol. *Healing Imagery & Music: Pathway to the Inner Self*. Rudra Press, 1999.
- CABRAL, Álvaro, NICK, Eva. *Dicionário Técnico de Psicologia*. 10ª. ed. São Paulo: Cultrix, 1998.
- CAPRA, Fritjof. *O Tao da Física*. 16.ed. São Paulo: Cultrix, 1995.
- _____. *A Teia da Vida*. São Paulo: Cultrix, 1999.
- CASTELLANI, Moacyr. *O que Importa é ser feliz*. Ed. Gente 1996.
- CHUN-TAO CHENG, Stehen. *O Tao da Voz*. São Paulo: Editora Rocco, 1999.
- DAUELSBERG, G.Peter. *Johannes Brahms: Gênese de suas Obras-mestres e da Inspiração*. Trabalho de pesquisa e tradução realizado para UNESP, 1992.
- DEREK, Watson. (Comp.) *The Wordsworth Dictionary os Musical Quotations*. Boston: Wordsworth, 1994.
- FADIMAN, James. *Teorias da Personalidade*. São Paulo: Ed. Harbra Ltda, 1986.
- FREGTMAN, Carlos D. *Holomúsica*. São Paulo: Cultrix, 1990.
- _____. *Corpo, Música e Terapia*. 2.ed. São Paulo: Cultrix, 1990.
- _____. *Música Transpessoal*. São Paulo: Cultrix, 1991.
- _____. *O Tao da Música*. São Paulo: Pensamento, 1988.
- GAINZA, Violeta Hemsy. *Estudos de Psicopedagogia Musical*. São Paulo: Summus Editorial, 1988.
- GOLEMAN, Daniel. *A Mente Meditativa*. 5.ed. São Paulo: Editora Ática, 1977.
- GREEN, Barry. *The Inner Game of Music*. London: Pan Books, 1987.
- HAVAS, Kato. *Stage Frigth*. 10ª.ed. London: Bosworth, 1995.
- HERRIGEL, Eugen. *A Arte Cavalheiresca do Arqueiro Zen*. 15.ed. São Paulo: Pensamento, 1998.

- JOURDAIN, Robert. *Música, Cérebro e Êxtase*. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.
- KAMMER, Reinhard. *O Zen na Arte de conduzir a Espada*. 2.ed. São Paulo: Pensamento, 1988.
- LE SHAN, Lawrence. *Meditação Transcendental*. 8.ed. Rio de Janeiro: Ed. Record, 1993.
- LOWEN, Alexander. *Bioenergética*. São Paulo: Summus Editorial, 1982.
- MACKINTOSH, N., COLMAN, Andrew. (Eds.). *Learning and Skills*. New York: Longman, 1995.
- McCLELLAN, Randall. *O Poder Terapêutico da Música*. São Paulo: Editora Siciliano, 1988.
- PLEETH, William. *Cello*. London: Kahn & Averill, 1994.
- RIBEIRO, Ana Rita, ROMERO, Magalhães. *Guia de Abordagens Corporais*. São Paulo: Summus Ed., 1997.
- ROBERTSON, Robin. *Guia Prático de Psicologia Junguiana*. São Paulo: Cultrix, 1992 .
- SALDANHA, Vera. *A Psicoterapia Transpessoal*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1999.
- SCHMIDT, Richard. *Motor Learning and Performance: From Principles to Practice*. Human Kinetics Books, 1991.
- STEIN, Murray. *Jung - O Mapa da Alma: Uma Introdução*. São Paulo: Cultrix, 1998.
- TABONE, Marcia. *A Psicologia Transpessoal*. São Paulo: Cultrix, 1995.
- TOBEN, Bob, WOLF, Fred Alan. *Espaço-Tempo e Além*. 5ª. ed. São Paulo: Cultrix, 1998.
- WALSH, Roger N., VAUGHAN, France (Orgs.) *Além do Ego*. São Paulo: Cultrix/Pensamento, 1995.
- _____. *Caminhos além do Ego: Uma visão Transpessoal*. São Paulo: Cultrix, 1997.
- WEIL, Pierre. *Nova Linguagem Holística: Um guia alfabético*. 2.ed. Rio de Janeiro: Ed. Espaço e tempo/CEPA , 1987.
- WHITE, John (org.) *O mais Elevado estado da consciência*. São Paulo: Cultrix/Pensamento, 1993.
- WILBER, Ken. *A Consciência sem Fronteiras*. 2ª.ed. São Paulo: Cultrix, 1998.
- _____. *O Espectro da Consciência*. 2ª.ed. São Paulo: Cultrix, 1996.
- _____. *A Brief History of Everything*. Londres: Gill Macmillan, 1996.
- _____. *he Essencial Ken Wilber*. Londres: Shambhala, 1998.
- _____. *O projeto Atman: Uma Visão Transpessoal do Desenvolvimento humano*. São Paulo: Cultrix, 1999.
- _____. *Eye to Eye: The Quest for the new Paradigm*. Londres: Shambhala, 1983.

Abel Moraes é graduado em violoncelo e especialista em Educação Musical pela Escola de Música da UFMG. Em 1996, concluiu o Mestrado pela Thames Valley University, de Londres. É pesquisador e estudioso da psicologia do ensino instrumental, bem como das possibilidades terapêuticas do ensino e da prática musical. Possui cursos nas áreas de psicologia transpessoal, musicoterapia, terapia sistêmica breve, arte-terapia, psicodrama e recursos terapêuticos para crianças e adolescentes (CICLOCEAP de Belo Horizonte). É coordenador do projeto de implantação do ensino instrumental em grupo, professor de violoncelo e de estética musical da Escola de Música da UEMG. Camerista, atua como violoncelista convidado de diversas orquestras brasileiras, e também como professor e palestrista de diversos seminários e festivais em Minas Gerais e outros Estados.