

O uso Terapêutico da Mesa Lira

Liliane da Silva Alves
lilianelit@yahoo.com.br

*“Todo homem, quando se
aquieta, quando se torna
desesperadamente honesto
consigo mesmo, é capaz de
pronunciar verdades profundas.”
(Henry Miller)*

A Mesa Lira, também conhecida como "Monochord Table", é instrumento terapêutico que se constitui de uma caixa de ressonância em baixo da qual correm 42 cordas de aço, todas afinadas em Ré. Conforme a variação da velocidade e intensidade como são tocadas, obtém-se um campo sonoro de harmônicos, que são percebidos tanto pelos ouvidos como por todo o corpo de quem está sob ela deitado. A vibração das cordas pode levar a um relaxamento profundo, possibilitando, com isso, um reequilíbrio energético. O som, como uma das energias naturais capaz de curar, assim como a energia das cores e o magnetismo, ativa o sistema nervoso, que direciona a energia curativa para todas as células da pele, músculos e órgãos internos.

Partindo de observações no uso da Mesa Lira em certo número de pessoas, o presente trabalho pretende demonstrar como através desse instrumento pôde-se chegar a algumas premissas a respeito de sua atuação em processos terapêuticos. Os depoimentos aqui presentes são de pacientes a quem atendi no período de julho/2009 a dezembro/2009, momento em que me dediquei ao registro e análise das sensações físicas, mentais e emocionais que ocorriam a eles na medida em que eram submetidos ao tratamento com os sons da Mesa Lira.

SONS QUE CURAM

Nosso organismo é pleno de vibração, desde os átomos, células e órgãos, a toda e qualquer matéria que constitua a nós e o nosso entorno. Segundo a Física Quântica, todos os fenômenos podem ser reduzidos a vibrações. Logo, o Universo é vibração e vibração é som. Dessa maneira, vivemos em um mundo de sons, interagindo, por ressonância, com tudo o que vibra dentro e fora de nosso organismo. Fritjof Capra, em *O Tao da Física*, afirma que a impressão de solidez que as substâncias materiais apresentam em seu aspecto macroscópico são, em nível subatômico, padrões de energia dinâmica. Processos vibratórios transformam-se, assim, em energia condensada. A matéria nada mais seria do que energia, movimento vibratório, “existindo” em um estado sólido, palpável.

Logo, o ser humano nada mais é do que o resultado final, no plano material, do conjunto de sons, vibrações, energias em constante movimento, que atuam sobre, com,

dentro e a partir dele – “*Quer seja no mundo macroscópico, quer seja no mundo microscópico, o que impera é o movimento constante [...] Dentro dessa concepção energética, os processos físicos e psíquicos são vistos como campos de energia que interagem continuamente e que se expressam criativamente, ora com predominância dos aspectos físicos, ora com predominância dos aspectos psíquicos*”.¹

A energia psíquica está em constante movimento, assim como todos os átomos que constituem a mais densa matéria. Logo, a dimensão corporal e psíquica é uma só. Concebemos o homem como uma Unidade. Dessa maneira, podemos pressupor que se originam de dentro dele mesmo os movimentos energéticos que se manifestam como sintomas de saúde ou doença. Como ser criado a partir da reverberação do *Verbo*, o homem contém, em sua consciência anímico-corporal, a soma de todas as Leis do Universo. E, na medida em que trilha o caminho do desvendamento e descoberta do auxílio dessas forças em seu processo de individuação, ele se vê obrigado a fazer escolhas.

Conhecimento pressupõe polaridade [...] Toda decisão divide a unidade em dois pólos, um que é aceito e outro que é rejeitado. O aspecto aceito da polaridade é expresso no comportamento e é integrado no nível da consciência. O pólo abandonado é expulso para a sombra e continua exigindo atenção, visto que parece sempre estar voltando “de lá”.²

A doença é a expressão física daquilo que empurramos para as sombras, daquilo que, ao ser rejeitado, precipita-se do inconsciente para o plano da matéria. Ela é uma consequência daquilo que em nós foi julgado como algo a ser abandonado, mas o problema é que este “algo” somos nós mesmos. A necessidade de integração daquilo que, sendo parte constituinte de nós, fomos levados a rejeitar, é condição básica para que a saúde se instaure. Portanto, se a criação da matéria é uma manifestação de vibrações de energia, então, conscientes de nosso compromisso para conosco mesmo, podemos assumir sermos “transformadores vibratórios”³. Essa expressão nos leva a perceber que há, através do movimento, uma possibilidade de engendrar processos internos mais saudáveis, capazes de eliminar padrões vibratórios viciados e inaugurar um novo fluxo de energia, gerador de novas posturas, pensamentos, idéias, emoções e comportamentos.

É conhecimento difundido por muitos povos e culturas que os sons podem curar. No antigo Egito, Índia, Tibete e China, a importância da música como força criativa fez surgir o conceito dos Sons Sagrados. Acreditava-se poder operar mudanças no plano físico por meio da vocalização de determinados sons, haja vista a divulgação no mundo inteiro da eficácia dos mantras. Admitir a idéia de que o mundo foi criado a partir do som, de uma vibração sonora carregada de intenção – “*Faça-se a luz! E a luz se fez*” – leva-nos a pensar que, se o som é o intermediário entre Deus e o mundo, entre o Criador e as formas criadas, entre o nível mais alto de Abstração e a matéria concreta, logo, o homem, à semelhança de seu criador – “*Façamos o homem à nossa imagem*” – seria

¹ ALMEIDA, Vera Lucia Paes. *Corpo poético: o movimento expressivo em C. G. Jung e R. Laban*. SP: Paulus, 2009, págs. 36 e 37.

² DETHLEFSEN, Thorwald e DAHLKE, Rüdiger. *A Doença como Caminho: uma visão nova da cura como ponto de mutação em que um mal se deixa transformar em bem*. SP: Cultrix, 1983, pág. 46.

³ VICTORIO, Márcia. *Impressões sonoras: Música em Arteterapia*. RJ: Wak editora, 2008, pág. 17

também capaz de, através do som, produzir uma impressão, uma intenção, sobre a matéria física.

Se formos capazes de alterar um determinado padrão vibratório, substituindo-o por outro ritmo de vibração, a reação instintiva do corpo de reagir a esse novo padrão substituiria um estado vibratório de doença por uma vibração corpórea de saúde. Partindo desse princípio é que muitas terapias de medicinas naturais têm se dedicado ao estudo das potências curativas da música e dos instrumentos musicais. A Mesa lira é um desses instrumentos idealizados para propiciar, por meio de movimentos sonoros, um processo de tomada de consciência a respeito dos padrões vibratórios doentios que atuam sobre o corpo, auxiliando a esclarecer, através da produção de imagens, os caminhos necessários à transformação energética que levarão a um padrão saudável de comportamento, pensamento e emoções.

Na Mesa lira, ouve-se a música com todo o corpo e não somente com os ouvidos. Isso significa *ser* a música. As ondas sonoras produzidas pelos harmônicos da nota Ré vibram por todo o corpo, tal como se a pessoa toda se transformasse (à semelhança do monocórdio) em uma só corda vibrante, já que a coluna é o local que mais diretamente recebe o impacto das vibrações, podendo suas vértebras serem vistas como símbolo de cada uma das escalas musicais conhecidas (Sete vértebras cervicais = Escala Diatônica/doze vértebras dorsais = Escala Cromática e cinco vértebras lombares = Escala Pentatônica). Além disso, a coluna vertebral tem uma forma ondulante, o que revela que, para estarmos centrados e em equilíbrio, não podemos nos enrijecer numa linha reta e sim acompanhar o seu movimento serpenteante e o dos sons que a estimulam.

Na Mesa lira, encontram-se, portanto, em um mesmo movimento sonoro, o corpo e as cordas do instrumento, formando-se, assim, uma única massa sonora.

Ao deslizar os dedos sobre as cordas, o terapeuta realiza movimentos externos que provocam, nos pacientes, sensações táteis e auditivas que os levam a um estado alterado de consciência. O relaxamento profundo proporcionado pelos sons normalmente incita-os à produção de imagens e a sensações corpóreas que ora são percebidas como relaxantes – *“Parece que é uma massagem mesmo. Quando pára o som a gente sente melhor isso no corpo” / “Tô com sensação de sonolência e relaxamento. Isso me deixa mole”*; ora como libertadoras – *“Senti-me um pássaro voando na África, sozinho. Sensação de liberdade”*; ora como estimulantes:

“Senti no corpo umas pequenas tremidas, como pequenos choquinhos da cintura para cima, inclusive na cabeça.”

“É uma formiguinha pelo corpo inteiro...”

“Dessa vez senti todo o corpo sendo massageado. Senti em vez de formigamento uma sensação de quentura nos punhos, mãos, pés e pernas.”

“Senti todo o corpo arrepiar e esquentar.”

Independente de se sentir relaxado, incitado ou até mesmo inquieto, o que acontece é que, estimulado, o corpo ressoa espontaneamente ao toque e aos sons proporcionados pela Mesa lira, levando o paciente a se silenciar, o que possibilita a abertura de um espaço interno para que conteúdos provenientes do inconsciente possam

emergir. A música parece fecundar esse espaço interno e favorecer o gesto mais representativo do momento, sejam sensações físicas ou expressões de imagens simbólicas – “*É como na dança, ao ouvir a música, em silêncio e com concentração receptiva, uma resposta aparecerá em forma de movimento, sensações, imagens, sentimentos.*”⁴

No entanto, vale a pena ressaltar que é determinante a aceitação do processo por parte do paciente, sem ela não há abertura para que o terapeuta atue. A unidade da dupla é que gera a dança. A vida é um fluxo constante de energia e a linguagem do corpo, como linguagem de vida, é uma habilidade que deve ser desenvolvida pelo terapeuta que se utiliza da Mesa Lira, uma vez que ela é uma técnica capaz de desencapsular energias impressas, “cristalizadas” nos músculos, redirecionando-as, através de ondas sonoras, para os corpos sutis, que serão alimentados de energia propulsora de ação. Ação aqui entendida como intenção de novos gestos comportamentais inauguradores de novas emoções, pensamentos e energias, tornando, assim, o corpo mais saudável.

Segundo Alexander Lowen, autor de *The Language of the Body*, “*desbloquear uma tensão muscular (energética) consiste em reconstituir e fazer reviver a história do nascimento daquela tensão. Libera-se assim a energia retirada no músculo, para aproveitá-la em atividades úteis à pessoa, além de aliviá-la de dores.*”⁵ Por isso, torna-se tão importante a análise das imagens que são relatadas pelos pacientes após o uso da Mesa Lira. Elas se dão em um contexto específico, dentro de uma situação apropriada e estimulante, cuja intenção é a busca pela individuação, pela cura, e contam a história emocional de cada pessoa. Nesse contexto, as imagens têm valor especial, não só porque surgem espontaneamente, já que há a cooperação intencional do indivíduo, mas também porque representam uma espécie de fotografia do padrão vibratório que se encontra no momento impresso nas emoções, idéias e comportamentos do paciente.

Imagens criadas espontaneamente pelos estímulos nervosos advindos do toque e dos sons da Mesa Lira parecem dizer de estruturas já criadas internamente, “formas” já materializadas que, mesmo existindo nos níveis sutis são capazes de, por processo de vibração, fazer ressoar na mente/corpo/espírito do paciente uma maneira específica de pensar, sentir e agir no mundo. Ter a possibilidade de “capturar” tais imagens, que se encontram “desenhadas” conforme uma figura própria, observando-as, analisando-as e interpretando-as conforme o contexto apresentado (o todo psíquico-emocional do paciente) possibilitaria ao terapeuta conduzir o paciente a uma reordenação, a uma reconfiguração do padrão vibratório até então impresso em sua constituição física, psíquica e emocional.

É claro que, para cada pessoa, as imagens emergentes são diferentes, pois elas são produzidas espontaneamente pelo inconsciente de cada um, atendendo, assim, às demandas mais profundas e específicas de cada pessoa. Por isso a necessidade de analisá-las cada qual em seus devidos contextos. Toda mudança na relação entre coisas deve necessariamente produzir alguma espécie de realidade, alguma nova forma ou um novo arranjo. Assim, mesmo sendo a Mesa Lira um instrumento simples, que irá sempre ressoar a nota Ré e seus harmônicos, não havendo nenhuma possibilidade de formação de acordes com outras notas, os efeitos proporcionados por ela podem ser os mais variados possíveis, porque cada indivíduo é um universo em si. O simples fato de

⁴ ALMEIDA, Vera Lucia Paes. *Corpo poético: o movimento expressivo em C. G. Jung e R. Laban*. SP: Paulus, 2009, pág. 108.

⁵ WEIL, Pierre e TOMPAKOW, Roland. *O corpo fala: a linguagem silenciosa da comunicação não-verbal*. Petrópolis: Vozes, 1986, pág. 174

ocorrer a troca de um dos elementos da relação: terapeuta/Mesa lira/Paciente, possibilita a ocorrência de realidades completamente distintas. Diferentes resultados podem ser conseguidos, mesmo utilizando-se sempre o mesmo veículo musical, porque cada som se propaga diferentemente dependendo do tipo de ambiente em que é emitido. Desse modo, cada paciente é um “ambiente” em si. Por isso mesmo chama bastante atenção que ocorra, para diferentes pessoas, uma freqüente verbalização de imagens relacionadas à água, o que faz pensar no Corpo Etérico como o que mais rapidamente responde aos estímulos sonoros.

“Senti como se o corpo estivesse flutuando na água.”

“Eu me vi em uma água suja podre, lugar fechado, a água não girava e eu era obrigada a entrar nela, mas aí começou a se modificar até ficar transparente. Neste momento, me vi em um lugar aberto.”

“fiquei igual cachoeira, não retive água nenhuma não, que eu já estou retendo demais.”

(Referia-se às mágoas das quais tinha dificuldade de se desvencilhar)

“Eu enxerguei umas pessoas vestidas com roupas do séc. XVIII, falavam sobre envelhecer. Passou um tempo eu vi uma água verde e só, não vi mais nada, eu dormi.”

“Os sons trouxeram a lembrança da carpintaria de meu pai, o barulho irritante das máquinas, depois eu vi uma água escura em movimento circular que foi clareando até eu dar um mergulho e sair numa outra situação que era de terra firme, lugar verde. Depois vi um barco, em água tranqüila, eu e outra pessoa vendo o sol do fim da tarde.”

Este último relato é bastante interessante, não só porque coincide com o segundo, em que ambas as pessoas visualizaram um contato com água escura que, durante o processo, foi se tornando clara, como pela presença do movimento circular. Alguns pacientes revelam percepções dos sons como sensações circulares pelo corpo – *“senti um bolo de sensações serem mexidas dentro do estômago, semelhante a uma máquina de pão, com movimento circular de massa homogênea. Senti que toda essa massa saiu de meu corpo como se fosse um furacão.”* – e outras os percebem como ondas:

“Vi ondas partidas, como se fossem raios, vindos da mesa. Senti o corpo gelado durante o processo.”

“...como uma onda percorrendo o corpo que vinha de baixo para cima, não relaxei mentalmente, mas senti bem o corpo. Percebi que tenho o fluxo de pensamento bastante desconexo.”

Refletindo sobre a ocorrência dessas imagens circulares e às relacionadas ao universo da água, somos levados a pensar que talvez seja a constituição líquida do ser humano e a circulação sanguínea que deva chamar a nossa atenção quando pensamos

nos sons como veículo de expressão emocional, mesmo porque 70% do volume das células que nos constitui é composto por água, que dissolve e transporta substâncias, participando de inúmeras reações bioquímicas.

O sangue que trabalha para regenerar o corpo flui até os membros num movimento de expansão⁶, movimento semelhante ao realizado pelo Corpo Etérico. Mas, como além da expansão, temos também a atuação das forças formativas dos movimentos de contração, realizadas pelo Corpo Astral, podemos concluir então que os sons, mesmo sendo percebidos por dois sistemas distintos (o auditivo e o motor) só se tornam uma informação única porque são “equalizados” pelo Sistema Rítmico-Respiratório. Assim, é na circulação sanguínea, que promove toda a oxigenação do corpo, que se encontra o poder de atuação da terapia com sons.

“A respiração apresenta o movimento interno que existe na transformação do sangue venoso em sangue arterial. Por meio dela saímos da parte líquida do ser humano e consideramos a atividade respiratória do corpo astral. [...] A extensão expressa no movimento dos membros aquilo que é representado como qualidade interna do sangue arterial. Ela é experimentada no nível da alma como vitalidade excedente dirigida ao exterior. Na flexão, os membros copiam o gesto do sangue venoso, na medida em que este se contrai para o centro. Os seres humanos experimentam este processo ao nível da alma como a absorção de influências externas que reprimem sua própria vitalidade.”⁷

Os movimentos de contração (antipatia) e de expansão (simpatia) que nosso sistema Rítmico-respiratório executa para realizar as trocas necessárias que irão gerar a energia indispensável à manutenção da vida humana são semelhantes aos movimentos cósmicos de condensação/desmaterialização das forças supra-sensíveis que promovem as condições necessárias à existência de vida no planeta – “o pulsar irregular dos movimentos caóticos da natureza termina gerando formas que matematicamente se traduzem em formas espiraladas de rara beleza”⁸. Ou seja, o espírito é uma força viva atuante que, ao se contrair, se materializa; e a matéria, que não se cristalizou na imobilidade, volta, pelo processo da expansão, ao seu estado espiritual. Daí a importância de nosso Sistema Rítmico-respiratório. Nele, descobrimos nossa capacidade de canalizar o espírito e de espiritualizar o corpo.

A respiração plena e sem entraves é a expressão da alegria e de uma vitalidade em equilíbrio. Os movimentos de contração, como quando inspiramos, são expressões de sofrimento da alma porque revelam situações de constrição emocional, já os movimentos de extroversão, que fazem lembrar a expiração, promovem a ampliação da mesma. Na Mesa Lira temos muitos relatos de relaxamento e até mesmo de alegria – “Nossa! Bom demais! Dá uma vontade de sorrir!”, o que já seria um propiciador de cura, uma vez que a simples união entre força mental e serenidade seriam suficientes para promover um estado de saúde – “A perturbação orgânica, provocada por excitações indevidas, age negativamente sobre os órgãos vitais, porque o sistema nervoso, altamente organizado, carrega para os centros cerebrais uma mensagem

⁶ HUSEMANN, Armin. *A harmonia do corpo humano: princípios musicais na fisiologia humana*. SP: João de Barro, 2004, pág. 31.

⁷ Idem, pág. 34

⁸ BLANCO, Gerardo Antonorsí. Apostila: *Os quatro reinos da natureza*. Pág. 24

*aflitiva, gerando uma perturbação no plano mental, que realimenta o processo de excitação, na medida em que os impulsos mentais, ao se intensificarem, mantêm em circuito a sensação de “pane” no organismo.*⁹

Mas, além de promover um relaxamento profundo, a Mesa lira proporciona ainda a possibilidade de um rico processo de auto-percepção. Normalmente, quando se vivencia um processo terapêutico, é o diálogo entre terapeuta e paciente que leva este último a perceber em si determinadas atitudes, sentimentos, idéias ou projeções. Mas, no caso da Mesa lira, o profissional pode optar pela atuação, não-verbal, dos sons, deixando ao próprio paciente a incumbência de se perceber através da escuta daquilo que relata. Há uma frase de Victor Hugo que diz que *“a música expressa aquilo que não pode ser dito em palavras e não pode permanecer no silêncio”*, o que significa dizer que, sem a presença da articulação mental necessária à produção de um texto verbal, os sons da Mesa lira fazem com que o paciente perceba, ele mesmo, as suas emoções ou estado de humor. Afinal, antes mesmo de chegar como informação ao terapeuta é o paciente quem vivencia as imagens ou sensações corporais que emanam de si.

“Senti o corpo todo oco, era como se os meus órgãos tivessem sido tirados do corpo, como se estivessem flutuando acima de mim, mas depois todos os órgãos se reencaixaram novamente.”

“senti que a coluna estava fora do lugar, como se, ao invés de reta, estivesse na forma de um arco.”

“Senti um buraco, um vazio no estômago”

“Senti que a região do cotovelo até as mãos e os pés foram puxados para baixo. Sensação de estar dopada e não de relaxamento. Senti-me incomodada porque estava sendo puxada para baixo.”

Os sons levam o paciente a um estado de repouso, de imobilidade, de silêncio interior, que é quando o inconsciente torna-se capaz de se manifestar através de imagens. Trata-se de “libertar” o corpo, entregando-o a si próprio: o corpo que, penetrado de consciência, sente-se “autorizado” a se deixar revelar, momento em que o inconsciente, verbalizado, torna-se, consciente, alimentando, de maneira cíclica, a própria Consciência. Os relatos abaixo expressam como a partir das sensações corporais, os próprios pacientes, antes mesmo de qualquer intervenção da terapeuta, foram levados, pelos sons, a refletir situações significativas em suas vidas.

“Estava me sentindo agitada, elétrica, mas depois fui relaxando, parece que as coisas vão se encaixando cada uma de uma vez. A gente tem que achar o ponto certo para se aquietar e depois movimentar, né?”

“Da primeira vez senti tranquilidade, mas dessa vez sentia ciclos de altos e baixos entre tranquilidade e incômodo. Quando as coisas não saem do meu jeito eu fico assim, inquieto, fico ansioso.”

⁹ BAKER, Douglas. *Anatomia esotérica*. SP:Mercuryo, 1993, pág. 250

“Lembrei-me dos filmes de ação em que o mocinho tem que decidir entre duas coisas, aí ele pára e toca este tipo de música, para ele decidir qual caminho pegar. Eu tô me sentindo meio assim por esses dias.”

Os sons induzem as pessoas a um contato muito especial consigo próprias, já que abrem as portas não só para a expressão anímica, como também para uma melhor percepção das reações físicas, que podem ser interpretadas como movimentos evolutivos do Eu ou do *Self*, que, como instância superior de sabedoria da personalidade, manifesta-se em direção à integração de todas as experiências anímicas e corporais, buscando, num movimento de harmonização e equilíbrio constante, promover a construção da Individualidade.

O “eu” interfere no equilíbrio de toda a organização físico-anímico-individual, a fim de realizar as metas e funções primordiais da época em que está vivendo. Esse “eu” (self) é nossa chance de re-conhecer, re-lembrar, re-encontrar a “saudosa imagem e semelhança divina” de harmonia e perfeição, o que significa ausência de doenças ou males, por uma condição que nos é de direito; cabe-nos, agora, a reconquista dessa condição por meio do livre-arbítrio, ou seja, pela consciência¹⁰.

No entanto, nem sempre esse movimento evolutivo do espírito é percebido como algo confortável ou mesmo fácil de ser suportado.

“No início estava relaxante, mas depois deu medo, sensação de estar perdido em um lugar escuro. os sons vinham cada hora de um lugar, daí deu angústia”.

“Nenhuma imagem, só muito incômodo. Dor no joelho direito e na garganta. Sentimento de inquietação e raiva”

“Senti agora uma espécie de conexão com Deus, um sentimento de agradecimento e entrega. Tô me sentindo longe, como se estivesse no céu, mas no início senti muita dor no coração.”

Desagradáveis por um lado, no que se refere às sensações do paciente, mas extremamente estimulantes por outro, os relatos acima parecem apontar para uma real atuação dos sons sobre o corpo físico. Não é mesmo incrível que a mera percepção auditiva dos movimentos sonoros vindos de um instrumento tão simples como é a Mesa lira possa proporcionar reações tão instigantes?

Aqui talvez valha a pena nos determos um pouco mais sobre qual seria o valor curativo da nota Ré. Para os antigos, a energia curativa das vibrações musicais estava sempre associada ao timbre. Fazia parte da prática dos mistérios do antigo Egito cantar em conjunto um som individual, sustentando-o por longo tempo, o que evocaria a

¹⁰ GALITESI, Célia Regina Lulo. *As mil e uma faces do dente: odontologia, Antroposofia e evolução*. SP: Antroposófica, 2000, pág. 44

presença da divindade associada àquela nota. Visto como portador do anímico, acreditava-se que o timbre tornaria possível uma ação específica sobre o ouvinte.

Para os rosacruz, a nota Ré produz uma harmonização geral nos diversos pontos do corpo físico e psíquico. Ela estaria em especial simpatia com os músculos, o sistema urogenital, as glândulas endócrinas, os glóbulos vermelhos, os rins e, no plano mental, com a coragem, a energia, imaginação e determinação. Jacques Viret, estudioso francês, chamou a atenção, em sua tese de doutorado, para a coincidência das notas Ré, Sol e Dó (antigamente nomeada como “Ut”) formarem o vocabulário alquímico RE – SOL – UT, que completa a palavra Ioannes RESOLUTIO do famoso hino dedicado a São João, de onde Guido D’Arezzo tirou inspiração para nomear as notas musicais. Para Viret, essa é uma coincidência curiosa já que o termo “*designa, na transmutação da matéria, uma das fases essenciais que é a decomposição de um todo em seus diversos elementos, em vista de uma nova recomposição sob uma forma diferente. Isto, expresso em linguagem alquímica, é o ciclo sem fim da vida e da morte sempre alternante, materializada notadamente pela sucessão sempre recomeçada das estações*”.¹¹

Para os gregos, o poder de atuação dos sons sobre o psiquismo humano denominava-se *ethos* e, baseados nas quatro formas de temperamento humano, dividia-se em quatro tipos: *Etho Frígio*, *Etho Eólio*, *Etho Lídio* e *Etho Dórico*, sendo o *Etho Dórico* (Ré) classificado como gerador de estados mais profundos de recolhimento e concentração. Poderíamos, só a partir dessas informações, deduzirmos uma infinidade de valores terapêuticos associados à atuação da Mesa lira, já que todas as cordas que estão sob sua caixa de ressonância estão afinadas em Ré, vibrando como se em Uníssonos, embora produzam, quando tocadas simultaneamente, um conjunto de harmônicos.

Se pensarmos em uma espécie de “psicologia” dos intervalos, poderíamos dizer que o Uníssonos, justamente pela ausência de intervalos, representaria um estado de quietude. Para o sábio francês Mersenne, o Amor e o Uníssonos seriam coisas semelhantes, porque à semelhança da luz branca que reúne em si todas as cores, eles representariam “*a virtude e os Tesouros da Divindade*”¹². Foi também Mersenne que comprovou a existência dos harmônicos, explicando que a sensação do ressoar de uma nota fundamental pode produzir vários outros sons que vibram por ressonância. No caso da Mesa lira, o caráter repetitivo das notas que se sucedem uma à outra, formando harmônicos que ajudam a estabelecer e confirmar um centro modal, a tonalidade Ré, produz uma massa sonora de estrutura cíclica, devido à insistência repetitiva dos sons que parecem querer comunicar ao paciente as qualidades curativas da nota Ré. Em música, um *ostinato* é um motivo ou frase musical que é persistentemente repetido, é o caso da Mesa lira, que poderia ser classificada assim, como um instrumento de *ostinato*, ou de *baixo ostinato* – que é quando uma linha do baixo se repete continuamente como um *ostinato* enquanto a melodia se altera, já que se pode cantar enquanto se desliza os dedos pelas cordas.

Pela tradição indiana, ouvir um único som durante um longo espaço de tempo ou uma sequência de sons sempre iguais faz a pessoa entrar em estado meditativo. A estrutura rítmica da música xamânica, por exemplo, constrói períodos infinitos, atemporais, fazendo com que, através de uma mesma sequência de rufar de tambores, o xamã seja levado a um estado de concentração que lhe permite entrar em contato com o

¹¹ Idem, pág. 22

¹² COTTE, J.V.Roger. *Música e simbolismo: ressonâncias cósmicas dos Instrumentos e das Obras*. SP:Cultrix, 1988, pág. 17

mundo espiritual. A música sacra é geralmente lenta e composta de pequenos intervalos melódicos, o que tende a provocar uma atitude emocional de reverência e humildade no íntimo do adorador. Assim, a Mesa lira, por sua capacidade de promover um estado de relaxamento, requer do paciente uma postura de entrega. A repetição contínua dos sons sugere que ele deva permitir adentrar-se, à semelhança da meditação, em regiões onde o pensamento e a racionalidade não têm mais a voz de comando, buscando um “ouvir com a alma” o seu estado de espírito.

Não podemos falar a respeito de sons agradáveis ou desagradáveis, quando nos referimos à monofonia da Mesa lira, mas sim de sons, semelhantes às vibrações mânticas, capazes de induzir a uma “meditação sonora”, que, a partir da simplicidade do uno, faz emergir uma riqueza de imagens e sensações que povoam o universo do paciente. Sejam essas imagens promovidas a partir de sensações de conforto ou de constrição, fato é que os sons promovidos pela Mesa lira têm sido sim capazes de promover a cura, seja ela percebida como um simples alívio do mental, um relaxamento muscular, a eliminação de padrões comportamentais doentios ou melhoria de dores físicas.

“Senti uma dor no alto da cabeça, como se algo tivesse saindo.”

“Senti que estava sendo sacudida da cabeça aos pés. Teve um momento que foi tenso, que foi quando o peito chegou a doer muito, mas depois fui relaxando, senti relaxar também o queixo e a boca. Senti tirando o cansaço das pernas.”

“Estava sentindo uma dor nas costas, como se tivesse uma bolha nas costas e o coração estivesse batendo lá e não no peito. Com a mesa, a dor passou. Deve ter melhorado uns 80% do incômodo que eu tava sentindo.”

“Senti bastante dor no peito, parece que enquanto você tocava tudo foi se juntando e aí concentrou tudo no peito. Depois senti um alívio e a angústia passou, dei uma respirada e aí saiu tudo. A angústia não era por nada específico, mas vieram muitas coisas na minha cabeça.”

Além da grande atuação dos sons, não podemos esquecer que qualquer cura promovida por meios naturais depende fortemente do poder emissor da Intenção. Ela é um comando sutil, uma lei da mente objetiva para o subconsciente. Quando essa ordem é construtiva e está em perfeita concordância com os princípios construtivos do subconsciente, este o atende. Em se tratando de música, o ser humano está fisiologicamente “afinado” para distinguir entre harmonia e desarmonia, assim também, no caso da recepção de comandos externos, seu Eu se encontra capacitado para discernir entre uma sugestão saudável, de promoção da cura, e uma intenção meramente manipulativa. Por isso as doenças em geral cedem ao fluxo energético da Intenção – *“Os distúrbios nervosos são os que cedem mais rápido, porque o sistema nervoso foi moldado para expressar os poderes espirituais no plano físico.”*¹³

É possível guiar uma ordem de cura a partir de um plano superior, pois o sistema nervoso funciona como uma espécie de antena capaz de captar energias transformadoras

¹³ BAKER, Douglas. *Anatomia esotérica*. SP:Mercury, 1993, pág. 250

e de enviá-las ao seu local de destino, fazendo com que cada substância (matéria) presente em nosso corpo expresse algo do mundo supra-sensível. No entanto, vale a pena lembrar que somente a emissão de uma intenção não basta para fazer qualquer coisa manifestar-se no plano da matéria, porque, à própria semelhança do som, ela necessita de um meio para propagar-se. Voltamos, assim, à importância da circulação sanguínea e do Sistema Rítmico-Respiratório, na sua capacidade de harmonizar as várias informações energéticas que perpassam a estrutura anímico-corporal do ser humano.

O Corpo, como uma complexa teia de relações entre as suas diferentes partes, tem segundo, Alfred Baur¹⁴, três princípios que atuam na comunicação entre os vários órgãos e suas específicas tarefas que permitem mantê-los conectados como em uma comunidade. São elas a Igualdade, a Uniformidade e a União Viva:

1. Igualdade = *“Os órgãos estão ligados entre si porque em cada órgão está contido o todo. Afinal, o ser humano inteiro formou-se a partir de uma única célula que se desenvolveu nas inúmeras outras, de diferentes tipos, dos sistemas orgânicos. Cada célula e cada órgão contêm uma reprodução da forma primordial modificada. [...] Em cada célula está inscrita essa estrutura básica única, zelando para que, apesar das diferenças, exista algo igual, coletivo.”*

2. Uniformidade = *“Os órgãos estão ligados entre si pelo sistema nervoso. Os nervos levam tudo o que ocorre no organismo a uma síntese, no cérebro [...], fazendo com que os órgãos “saibam” uns dos outros. Pelo princípio do sistema nervoso há um zelo para que reine concórdia no organismo.”*

3. União Viva = *“Cada órgão necessita, para sua vida, da corrente sanguínea quente e nutritiva. Através dessa corrente, cujo centro é o coração, o amor flui, através do sangue, de órgão para órgão.”*

Diante de tudo isso, podemos concluir que os benefícios proporcionados pelo uso terapêutico da Mesa Lira se dá a partir de uma complexa rede de informações neuro-sensoriais que, a partir da emissão de sons e de uma Ordem mental (a intenção), fazem reverberar por todo corpo um comando de cura. A pele, que também “escuta”, serve como porta de entrada para que o Sistema Nervoso faça alargar as várias trilhas de energia que conduzem os estímulos sonoros às células dos diversos órgãos, que se revitalizam a cada movimento do Sistema Rítmico-respiratório.

“TODA DOENÇA É UM PROBLEMA MUSICAL...”

A frase de Novalis faz pensar nos terapeutas que se utilizam dos sons, para auxiliar pessoas em seus processos de cura e individuação, como diapasões que afinam indivíduos, ao invés de notas, ajustando-os às próprias qualidades vibratórias, a fim de

¹⁴ BAUR, Alfred. *O sentido da palavra: No princípio era o verbo, fundamentos da Quirofonética*. SP: Antroposófica, 1992.

que possam não só expressar cada vez mais potencialmente as ricas sonoridades de suas Almas, como também reverberar em consonância harmoniosa com o Universo.

Liliane da Silva Alves
Mestre em Teoria da Literatura pela UFMG, Cantora e Terapeuta Holística

BIBLIOGRAFIA:

- ALMEIDA, Vera Lucia Paes. *Corpo poético: o movimento expressivo em C. G. Jung e R. Laban*. SP: Paulus, 2009.
- BAKER, Douglas. *Anatomia esotérica*. SP:Mercuryo, 1993.
- BAUR, Alfred. *O sentido da palavra: No princípio era o verbo, fundamentos da Quirofonética*. SP: Antroposófica, 1992.
- BLANCO, Gerardo Antonorsi. *Apostilas: Introdução à Antropologia: o método do estudo do ser humano segundo a Antroposofia*. SP: Ictus, 1994.
- _____. Apostila: *Os quatro reinos da natureza*. Associação Rural de Artes e Ofícios Adão e Ema.
- CAMPADELLO, Píer. *A origem do conhecimento*. SP: Madras, 1996.
- COTTE, J.V.Roger. *Música e simbolismo: ressonâncias cósmicas dos Instrumentos e das Obras*. SP:Cultrix, 1988,
- DETHLEFSEN, Thorwald e DAHLKE, Rüdiger. *A Doença como Caminho: uma visão nova da cura como ponto de mutação em que um mal se deixa transformar em bem*. SP: Cultrix, 1983.
- FREGTMAN, Carlos Daniel. *Corpo, música e terapia*. SP: Cultrix, 1989.
- GALITESI, Célia Regina Lulo. *As mil e uma faces do dente: odontologia, Antroposofia e evolução*. SP: Antroposófica, 2000
- GOODMAN, Linda. *Os códigos secretos do universo: signos estelares*. RJ: Record, 1987
- HUSEMANN, Armin. *A harmonia do corpo humano: princípios musicais na fisiologia humana*. SP: João de Barro, 2004, pág. 31.
- HAMEL, Peter Michael. *O Autoconhecimento através da Música*. SP: Cultrix, 1976.
- PETRAGLIA, Marcelo. *CD-Rom Figuras sonoras: o fenômeno da interação vibração/substância*. Botucatu: OuvirAtivo, 2005.
- Revista *O Rosacruz*. Curitiba: AMORC, publicações: Agosto de 1974; Dezembro de 1976; Agosto de 1980; Outubro de 1981; Junho de 1994; Dezembro de 1995 e Outubro de 1989.

Revista Terapia Musical. Nº1, Série especial da Digerati Comunicações e Tecnologia Ltda.

SOUZENELLE, Annick de. O simbolismo do Corpo Humano: Da árvore da vida ao esquema corporal. SP: Pensamento.

VARGAS, Mechthild Elisabeth W.S. A relação do Homem – Som – Instrumento musical como fundamento para a Musicoterapia. SP: Faculdade Paulista de Artes, 2003.

VICTORIO, Márcia. Impressões sonoras: Música em Arteterapia.RJ: Wak editora, 2008.

WEIL, Pierre e TOMPAKOW, Roland. O corpo fala: a linguagem silenciosa da comunicação não-verbal. Petrópolis:Vozes, 1986, pág. 174