

HARPATERAPIA NOS MOMENTOS DE TRANSIÇÃO

Aluna: Cláudia Borges de Miranda

A morte representa transformação e essa mudança pode ser compreendida de forma positiva. A música pode ser um elemento integrador a beneficiar a pessoa em transição, os familiares e a equipe de cuidadores.



Hipóteses sobre o pós-morte

Humanamente temos desconhecimento sobre o período pré-nascimento e também sobre o período pós-morte. Conhecemos apenas o que acontece na vida entre o nascimento e o falecimento. Várias crenças e filosofias apresentam hipóteses distintas sobre o que acontece depois da morte. De certo modo podemos agrupar os conhecimentos da humanidade a respeito dos assuntos transcendentais em cinco grandes grupos: 1. Tribos ancestrais de tradição oral; 2. Grandes civilizações antigas; 3. Religiões monoteístas originadas no Oriente Médio (judaísmo, cristianismo e islamismo); 4. Filosofia e ciência e 5. Movimentos surgidos a partir do final do século XIX (por exemplo, espiritismo, teosofia, antroposofia).

1. As tribos ancestrais de tradição oral, das quais ainda hoje vemos representantes e descendentes (exemplos de tribos de origem africanas, aborígenes australianos, indígenas americanos, esquimós, povos celtas), consideram que os mistérios da vida e da morte são regidos por uma força divina presente principalmente na natureza, muitas delas são animistas (supõem que entidades não-humanas - animais, plantas, objetos inanimados ou fenômenos - possuem uma essência espiritual). Creem em divindades antropomórficas mitológicas. Para eles, morrer é passar para outra dimensão. Para os panteístas (que acreditam que absolutamente tudo e todos compõem um Deus abrangente e imanente, ou que o Universo - ou a Natureza - e Deus são idênticos), o espírito, ao encarnar, é extraído do todo universal. Individualiza-se em cada ser durante a vida e volta, com a morte, à massa comum. No candomblé não existe uma concepção de céu ou inferno, nem de punição eterna. As almas que estão na terra devem apenas cumprir o seu destino, caso contrário vagarão entre céu e terra até se realizar plenamente como um ser consciente e eterno. A morte para eles seria uma passagem? O conhecer desta vida irá se agregar ao conhecimento universal? A música para esses povos é elemento de intermediação com o mundo supra físico, com o qual entram em contato em rituais de transe com dança e música percussiva.

2. Nas grandes civilizações antigas existem escritos sagrados sobre a vida após morte (exemplos nas culturas egípcia, indiana, tibetana). No Egito havia o livro dos mortos com instruções para ajudar a pessoa na sua viagem para o além. O Budismo e o Hinduísmo pregam o renascimento ou reencarnação. Para eles, toda a vida é impermanente e a morte é a única certeza. O ciclo de mortes e renascimentos permanece até que o espírito liberte-se do carma (ações que deixam marcas e que estabelece uma lei de causas e efeitos). A pessoa pode renascer em mundos distintos dentro da Roda de Samsara, e assim aprende e evolui até que finalmente se desapega da matéria e se liberta desse ciclo de vida e morte. O objetivo último para o Hinduísmo e o Jainismo é o Moksha, ou emancipação e para o Budismo é o Nirvana. De acordo com o Livro Tibetano da Morte, existem

49 etapas. Para os orientais influenciados pela cultura budista, a morte é vista como um renascimento, um momento de grande alegria e o luto é celebrado com o uso de roupas brancas. Seria a vida e a morte um retorno? O conhecimento desta vida é rememoração de conhecimentos passados e retornará noutra vida? É comum nesses grupos o uso de rituais com sons mânticos.

3. Religiões monoteístas originadas no Oriente Médio (judaísmo, cristianismo e islamismo) concebem regiões do bem ou do mal povoadas por anjos aonde a alma iria após a morte, a depender dos seus pecados. No dogmatismo religioso, a alma, independente da matéria, sobrevive e conserva a individualidade após a morte. Estas religiões trazem a ideia de povo escolhido, de salvador e de profeta, o que as associa a relações de poder. Para o catolicismo, a alma é eterna, única, imortal, mas não reencarna, morre apenas uma vez e pode ir para o céu (ressuscitando), o inferno ou purgatório. O judaísmo crê na sobrevivência da alma, mas não oferece um retrato claro da vida após a morte, e nem mesmo se existe de fato. Para o islamismo, Alá (Deus) criou o mundo e trará de volta a vida todos os mortos no último dia. As pessoas serão julgadas e uma nova vida começará depois da avaliação divina. Quando a pessoa morre, começa o primeiro dia da eternidade. Ao morrer, a alma fica aguardando o dia da ressurreição (juízo final) para ser julgado pelo criador. Seria a morte uma consequência da vida? O conhecimento moral desta vida terá consequências positivas ou negativas? Essas religiões usam a música nos seus rituais de orações, preces, rezas.

4. A Filosofia e a Ciência procuram abordar os assuntos da transcendência baseando-se em fatos. A sobrevivência do espírito humano à morte do corpo físico e a crença na vida e no julgamento após a morte já era encontrada na filosofia grega, em especial em Pitágoras, Platão e Plotino. Nas filosofias chinesas nativas, os símbolos de perfeição, a saber, a ordem sábia e moral, não transcendem este mundo. O principal objetivo dos taoístas é "longa vida e visão duradoura"; para o confucionismo e o neoconfucionismo é a perfeição individual e uma ordem social harmônica. Já Sartre, filósofo francês, defendia que o indivíduo tem uma única existência. Para ele, não há vida nem antes do nascimento e nem depois da morte. Do ponto de vista niilista, sendo a matéria a única fonte do ser, a morte é considerada o fim de tudo. A ciência convencional tende a uma visão materialista dos fenômenos físicos comprováveis (a vida teria fim junto com o perecimento do corpo físico, na morte biológica). Experimentos sobre fenômenos parapsíquicos já foram conduzidos por alguns grupos com abordagens objetivas sem resultados significativos ou grandes repercussões. Alguns poucos cientistas conduzem pesquisas sobre fenômenos como experiências de quase morte (EQM) e estudos científicos sobre o poder dos sons. Seria a morte o término da vida? O conhecimento desta vida terminará com a morte?

5. A partir do final do século XIX surgem novos movimentos de estudo da consciência (por exemplo, espiritismo, teosofia, antroposofia). Cada qual, com abordagens diferenciadas, traz compreensão da vida cíclica, serial, que se manifesta no mundo material, passa a existir em um plano de energia sutil e retorna ao plano físico, num processo de evolução da consciência. Muitas linhas de estudo na atualidade – não todas – defendem a ideia da sobrevivência da individualidade humana, ao processo da morte biológica, mantendo suas faculdades psicológicas intelectuais e morais. Haveria continuação da vida? O conhecimento desta vida continuará após a morte física? O processo de conhecimento do mundo atual é sistêmico, ecológico, integrado, leva à compreensão holística do ser humano de modo individual e também parte de uma coletividade. A abordagem sobre a música atualmente é muito ampla, busca a integração multicultural e multidimensional entre a espiritualidade, a terapêutica, a educação e a manifestação de harmonia.

O praticante de harpaterapia respeita e acolhe qualquer tipo de crença ou ideologia, procurando manter-se neutro e universalista. Em alguns hospitais o trabalho de harpaterapia é colocado lado a lado com o trabalho espiritual dos capelães, pastores, padres, ministros, médiuns, irmãs e irmãos e vários grupos. Todavia a atividade com a música da harpa tem uma nota própria, diferente dos demais trabalhos espirituais. A música pode ser uma ponte entre a dimensão material e a não material, pode ser um meio de facilitar o trânsito entre os estados de consciência, mas isso acontece sem nenhum julgamento ou conceituação, sem dogmas, sem prescrições. As estruturas sonoras harmônicas agem por si promovendo o bem-estar e a conexão.

Simbologias da harpa

A harpa é um dos instrumentos mais antigos da humanidade. Tem sido usada como instrumento terapêutico desde a antiguidade, entre os egípcios, hebreus, sumérios, gregos e celtas. Os tibetanos liam e cantavam em voz alta para pessoas que estavam morrendo e assim como os egípcios, que além dessas práticas também tocavam harpa para os moribundos. Na idade média, houve um aprimoramento do conhecimento da arte de morrer (*ars moriendi*). Foi um conhecimento desenvolvido nos monastérios da idade média, que considerava os que estão morrendo estão nos ensinando, quem está ao lado de quem passa pela morte precisa estar atento e em transformação, não há prescrição, há uma medicação específica para cada situação. Na idade média havia um grande interesse pela morte, por várias razões, era uma *época de trevas*, havia muitas doenças, e também houve o fluxo de muitas tradições que vieram para a Europa. A palavra hospital tem a mesma origem da palavra hospitalidade e surgiu nessa época, quando moribundos iam para os monastérios para se hospedarem antes do falecimento. Nesses lugares, havia uma espécie de laboratório para aprender o que funciona e o que não funciona na arte de morrer. Simples cuidados como suco de limão para estimular o olfato que está se perdendo, algo como aromaterapia, ajudava o paciente, confortando-o. O Monastério de Cluny foi referência para esse tipo de cuidados. Eles sabiam que o sofrimento físico sempre pode ser aliviado. As portas dos monastérios não estavam fechadas: hospitalidade e conforto estavam lá. No sul da França, o monastério era um lugar de cuidado, compaixão e respeito pela condição de saúde. As pessoas eram avaliadas não pelo que tinham, mas pelo bem que faziam aos pobres. O monastério foi construído em cima de um rio, com piso de vidro, de forma que dava para ver o rio correndo abaixo e ouvir o som da água, como metáfora para a impermanência da vida. Usavam-se óleos e instrumentos de ouro, como copos de ouro. Consideravam todos os aspectos da pessoa que estava sofrendo como secretos, por isso se chamava a arte secreta de morrer. Eles eram totalmente dedicados ao cuidado com os outros, pois achavam que algum tipo de benefício retornava a eles. Incluíam a companhia dos animais, de músicos para tocar, enfermeiras, cozinheiras. Com o descobrimento do novo mundo e o desenvolvimento da ciência, o *ars moriendi* acabou, mas muitos desses conhecimentos foram resgatados por Cicely Saunders na fundação do movimento de cuidados paliativos moderno.



Os celtas tinham um lema: “Tenha uma morte feliz”, isso pode parecer estranho para nossa cultura, mas na realidade, morte e vida são parte de uma só realidade. Anotações antigas mostram canções falando sobre os efeitos da música nos pacientes em sofrimento. Exemplo de trecho de música sobre a respiração: “lembre-me ó Deus que seu sopro (sua respiração) é minha vida e uma pessoa que está perdendo a respiração ouve que sua respiração não vem dela, mas vem de Algo superior, ajude-a a perceber que não há nenhum controle sobre a última respiração”. O livro de músicas do povo celta ajudava a transformar a pessoa e sua respiração, usando canções modais, como mantras que se repetiam sempre. Havia uma meditação assim: “Possa você ter a autorização para saber o que te causa dor, e permitir que o sofrimento se una a você para ser transformado.” A essência de *Anam Cara* (alma amiga) é ir direto ao ponto do sofrimento e transformá-lo. O que é dito para o paciente deve servir para o terapeuta se transformar primeiro.

Nas culturas em que foi utilizada, a harpa esteve associada a metáforas de nobreza, espiritualidade, anjos, deuses e mitos. No imaginário da humanidade está associada a poderes de comunicação entre o mundo físico e extrafísico, sendo considerada especialmente adequada para os momentos da morte física. De acordo com

relatos de pessoas que passaram pela experiência de quase morte (EQM), os sons conhecidos que mais se aproximam dos sons ouvidos durante experiências sutis são os sons da harpa.

O harpista Marcelo Penido Silva, em sua tese doutorado *Harp Symbolism*, pela Indiana University, teve a ideia de estudar a relação da harpa como uma ponte entre a terra e os mundos espirituais e também como a personificação da morte. Segundo ele, essa era uma interpretação não usual, já que em geral a harpa aparece associada predominantemente aos anjos e ao céu. A partir daí, Marcelo elaborou uma pesquisa, respaldando-se na teoria de Jung sobre os arquétipos e o inconsciente coletivo, para verificar que o ouro, os anjos, o céu e outras imagens simbólicas têm muita importância no simbolismo da harpa. Sua pesquisa mostrou que muitos entrevistados consideram a harpa um instrumento belo, mágico, angélico, de sons divinos, que propiciam o relaxamento.



O uso desse instrumento dentro do contexto terapêutico é especialmente realizado em ambientes hospitalares, devido à suave sonoridade que ajuda no relaxamento. De acordo com pesquisas sobre os mecanismos da dor, a experiência musical afeta a percepção da dor. Se a pessoa está focada em um instrumento, cantando ou ouvindo música, ela ocupa os neurotransmissores que transmitem a mensagem de dor ao cérebro e ela é amenizada, porque é difícil se concentrar em duas coisas ao mesmo tempo. O corpo produz apaziguadores de serotonina da sua própria dor, noradrenalina e endorfinas, as quais podem diminuir ou bloquear os sinais de dor. O uso terapêutico da harpa pode promover distração, facilitar expressão, favorecer a percepção para lidar com questões emocionais, pode minimizar a dor, pode levar à compreensão da morte, em certos casos, pode levar o paciente a cantar junto e a ter esperança.

Harpaterapia

A harpaterapia é uma ciência e uma arte que dá continuidade a um conhecimento milenar sobre o potencial terapêutico da música nos momentos terminais. Há vários programas de música para o processo de morte: a Harpaterapia – IHTP, coordenado por Christina Tourin, onde se usa a harpa de uma forma muito ampla; a música tanatológica ministrada pela escola Cálice de Repouso, criada por Therese Scroeder-Sheker, onde se usa o canto e a harpa preferencialmente com músicas medievais; a música para cura e transição, coordenado por Laurie Riley e a escola Healing Musician fundada por Stella Benson, onde a harpa também é usada ao lado do leito com o objetivo terapêutico.

Músicos, musicoterapeutas, terapeutas musicais, praticantes de harpaterapia e outros profissionais podem tocar em hospitais, unidades de queimados, oncologia, UTI, neonatal, salas de hemodiálises, de quimioterapia, em enfermarias, clínicas veterinárias, departamentos de reabilitação.

Harpaterapia é uma atividade legalmente instituída nos hospitais e clínicas dos Estados Unidos, Europa, Japão, Austrália. Suas bases remontam aos estudos feitos por Pitágoras, Platão e Aristóteles sobre o efeito dos modos musicais no caráter moral das pessoas e na atualização desses estudos feita por Marsilio de Ficino durante a Renascença. O praticante de harpaterapia usa a harpa com atenção ao paciente em seu constante fluxo, momento a momento e conhecimentos sobre as relações entre os estados de ânimo e tendências observadas no paciente para propor sons musicais afins, tentando entrar em ressonância com ele e reproduzir sonoramente seu

caráter. Procura acompanhar as mudanças que vão acontecendo e traça um caminho sonoro para levar o paciente a um estado de humor, de ânimo e de sentimentos mais homeostático do que apresentou no primeiro momento.

Pesquisas científicas provam que a música pode aliviar sintomas de sofrimento e ajudar na ativação de novas conexões do cérebro, na recuperação da memória, na melhora dos estados emocionais, na saúde e no bem-estar. Também são comprovadas as seguintes respostas humanas à música: distração, imaginação, emoção, catarse e relaxamento. A música terapêutica executada ao vivo ao lado do leito pode ter um efeito curativo imediato e é não intrusiva. Seu objetivo não é o desempenho, mas a assistência.

Harpaterapia nos momentos de transição

Harpaterapia pode ser usada como um coadjuvante nos cuidados paliativos. Não é porque a morte está próxima que deixa de haver algo para viver. O tempo de morrer é oportunidade de transformação. A partir do pressentimento de sua morte, a pessoa empenha-se, mais ou menos conscientemente, em um trabalho íntimo de ordenamento material e relacional. Medos e crenças ficam mais destacados e podem aparecer sentimentos como a culpa e o fracasso para serem resolvidos. Às vezes nos últimos instantes de uma vida, operam-se redenções. Quem está próximo da morte precisa ser acolhido e acompanhado. A música tocada na harpa pode trazer conforto e criar uma atmosfera em que sentimentos de perdão e de desapego emergem para facilitar a liberação derradeira.



Ajudar na transição é estar compassivamente ao lado de quem está morrendo, buscando compreender-se a si mesmo com suas próprias limitações e medos e refletindo e integrando questões como: Quem sou eu? O que eu amo? Como hei de viver sabendo que vou morrer? Quais são os meus presentes para a família da Terra? Ao tocar para uma pessoa que está partindo pode-se emanar energias de harmonia e empatia para que ela também possa fazer sua síntese e ampliar a compreensão de seu processo.

Nos cuidados paliativos, antes do momento final, pode-se tocar as músicas favoritas do paciente, ou trazer-lhe músicas calmas e sedativas. Pode-se inclusive deixá-lo deslizar seus dedos pela harpa (para pacientes mais sinestésicos) ou contar-lhe histórias (para pacientes mais visuais). Outra possibilidade é cantar com som de Hum, murmurando, melodias que tocam o coração.

Quando a hora final se aproxima, o paciente moribundo precisa ser acolhido na sua dor, então o praticante de harpaterapia vai tocar sons que tenham ressonância com ele, sons angustiantes às vezes. Depois vai perceber para onde o paciente está sinalizando ir, se ele precisa de um som mais reconfortante, que lhe traga boas lembranças, ou se ele já está pronto para partir e precisa de um som que o deixe em suspenso, livre e sem pouso. Pode trabalhar com os modos musicais gregos, e neste caso pode usar o modo Lócrio.

O trabalho de harpaterapia pode continuar a acontecer com a família da pessoa que partiu, proporcionando conforto e paz para o luto.

Cláudia Miranda: É pioneira em harpaterapia no Brasil. Faz trabalhos com a harpa em hospitais, atende pacientes em asilos e organiza vivências mensais de harpaterapia para grupos chamadas HarPAZ. Também é formada em musicoterapia e arquitetura e é professora de harpaterapia.

Contatos:

Site Harmonian Harpaterapia: www.harmonian.com.br;

Blog Harpaterapia Brasil: www.harpaterapiabr.blogspot;

Facebook Cláudia Miranda ou Harmonian Harpaterapia.

Bibliografia:

CURY, Dra. Ana Paula Izidoro. *Cuidados paliativos, terminalidade e caminho interior*. 2012.

Anotações do curso de Tanatologia, SOTAMIG, BH, 2015.

BENSON, Stella. *The Healing Musician – a guide to playing healing music at the bedside*. Seattle, EUA. 1999.

HOLLIS, Jennifer L. *Music at the end of life – easing the pain and preparing the passage*. Santa Barbara, CA, EUA. 2010.

RINPOCHE, Sogyal. *The Tibetan Book of Living and Dying*.

TOURIN, Christina. *Harp Therapy Manual – Cradle of Sound*. Winnepeg, Canadá: Art Bookindery, 2006.

Consulta aos sites:

https://pt.wikipedia.org/wiki/Ars_Moriendi

<http://www.stchristophers.org.uk/about/damecicelysaunders>

International Harp Therapy Program / Christina Tourin – <http://harptherapycampus.com/>

Emerald Harp / Christina Tourin – <http://www.emeraldharp.com/>

Healing Musician / Stella Benson– <http://www.healingmusician.com/styled-9/aboutstella.html>

Therapeutic Music / Laurie Riley – <https://laurierileymusic.wordpress.com/therapeutic-music>

Musical Reflections / Tami Briggs– <http://www.musicalreflections.com/home>

Therapy Harps /Ron Price – <http://www.therapyharps.com/wp/tag/dr-ronald-price/>

Music for smooth the beast / Susan Raimond– <http://petpause2000.com/>

Chalice of Repose / Terese Scroeder-Sheker – <http://chaliceofrepose.org/ed-overview/>

Anamcara (Soul friend) / Tradição celta para o acompanhamento na morte– <http://anamcara.today/>