

O TEMPO MUSICAL NO TEMPO DO SUJEITO: ouvindo os fazedores de música da idade madura¹

*Katia Klar Renner**

*Esther Beyer***

Resumo

O presente artigo trata de um estudo realizado com adultos maduros, que têm no seu cotidiano o fazer musical, seja através do canto, regência, execução instrumental ou da prática de ensino. O foco deste trabalho é elucidar as razões que os levam a esta prática e qual a repercussão na sua qualidade de vida, visto ser a longevidade um tema atual e desafiador para todas as áreas do conhecimento. Foram entrevistados treze sujeitos, sendo sete amadores e seis profissionais de diferentes áreas da arte musical. A partir das respostas obtidas, foram organizadas cinco categorias para os amadores e seis para os profissionais. Os dados mostraram que a prática musical traz contribuição significativa aos indivíduos porque mobiliza os organismos intensamente, ativando suas funções psico-biológicas. Constatou-se que há ampliação na qualidade de vida evidenciada pelos relatos que contemplam os benefícios que a música proporciona às pessoas que dela desfrutam e com ela interagem. Concluiu-se, também, que a longevidade alarga a vida e as possibilidades de crescimento da mente humana. Tal desenvolvimento é resultado das ações experienciadas ao longo da vida, sendo a música um importante canal que possibilita que a criatividade e a consciência formem um construto dinâmico de aprendizagem e sabedoria.

Palavras-chave: Fazer musical. Qualidade de vida. Longevidade.

¹ Artigo baseado na Dissertação "O Tempo Musical no Tempo do Sujeito: ouvindo os fazedores de música da idade madura" defendida no Programa de Pós-Graduação em Educação da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, orientada pela Profa. Dra. Esther Sulzbacher Wondracek Beyer.

* Licenciada em Música e Mestre em Educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. E-mail: katia.renner@terra.com.br

** Doutora em Psicologia da Música (Universitat Hamburg) Professora Adjunta, do Departamento de Música do Instituto de Artes e do Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. E-mail: esther.beyer@ufrgs.br

1 Introdução

Frente às observações realizadas por muitos anos como educadora musical constatei a expressiva conquista pessoal que representa o contato com a arte da música. Para os indivíduos o fazer musical é um processo integral. O corpo, com seus ritmos biológicos naturais, associa-se às sensações de fluidez e amplitude que invade e atrai todas as partes do organismo para o estímulo que está se revelando. Acrescenta-se, ainda, a presença da emoção desencadeada pelos modos de vinculação das idéias, valores, princípios e juízos que formam a percepção. Damásio (2000) nos revela que os sentimentos que causam a emoção são privados, voltados para dentro, resultando em processos biológicos que antecedem à consciência do indivíduo. Quando estes sentimentos são exteriorizados impactam a mente, que irá requerer a consciência para tornarem-se conhecidas pelo indivíduo que as tem. Há alteração química do meio interno do indivíduo, podendo processar o pensamento e aumentar a capacidade de reagir de maneira adaptativa, nos diz Damásio (2000). O poder da experiência musical mobiliza a condição humana de conhecer-se, num espaço de liberdade e auto-realização, onde a experiência estética ativa o processo dinâmico de construção interior.

O interesse por focar o adulto maduro está relacionado diretamente à prática e constante investigação do processo de aprendizagem que decorre na aquisição da linguagem musical. Percebeu-se o quanto era importante para um adulto o seu fazer musical, resultando na execução de uma peça, na entoação de uma canção ou, ainda, na realização de uma coreografia. Isto tudo toma forma de um produto elaborado com empenho e superação de muitas barreiras, aliás, suas próprias, que precisam ser vencidas em foro íntimo. Trazer perante o seu meio familiar esta possibilidade implica em outra conquista desafiante de afirmar-se como um indivíduo com potencial e ainda superar o estigma da idade. Acredito que a prática musical é um poderoso instrumento para manter, ampliar e ativar todas as esferas da estrutura física, mental e social do ser que envelhece.

A longevidade, representando o mundo em transição, requer aprofundamentos interdisciplinares e, segundo Doll (2004, p. 88):

[. . .] num intercâmbio recíproco de resultados, métodos e instrumentos [. . .] através da aproximação entre ciências que trabalham no mesmo fenômeno e o desenvolvimento de ciências práticas e aplicadas, que precisam integrar os conhecimentos de outras ciências para o seu trabalho.

Nesta pesquisa buscou-se fazer a analogia com as narrativas das histórias de vida dos entrevistados. Acredita-se que a visão que cada um traz de sua trajetória se revela na densidade dos fatos que são permeados dos sentimentos de duração do tempo presente e a percepção retrospectiva dos eventos do passado. Atribuindo ao indivíduo o preenchimento do tempo vivido permeado com música e à sua percepção, forma-se uma síntese que permite aproximar o objeto da experiência de vida, revelado com novidade e redundância, previsibilidade e imprevisibilidade, assim como o discurso musical.

2 Justificativa

Perspectivas atuais indicam mudança no perfil da população, o que irá suscitar novos desafios científicos, sociais, políticos e educacionais, entre outros. As pessoas estão vivendo mais e a questão passou a ser como se preparar para este mundo em transição. Conceitos atuais de educação asseguram que um mundo onde as estruturas econômicas e sociais estão em plena mutação, aprender ao longo da vida não é mais um luxo e sim uma necessidade. Portanto, a amplitude da expectativa do tempo de vida, num alargamento da longevidade, vai exigir inúmeras estratégias, através de metodologias educacionais, visando a oferecer a esta clientela, projetos de desenvolvimento cognitivo, afetivo e estético, na busca de agregar significados, estimulando a educação permanente na construção pessoal “desafiadora e transformadora.” (FREIRE, 1997).

A longevidade aponta para um novo ciclo que virá com a aposentadoria e representará um terço do tempo de vida. Assim, o foco

será para a prevenção e manutenção da capacidade funcional, buscando conduzir o processo de forma harmônica, objetivando a quebra do mito velhice como idoso doente e incapaz. Novas posturas se encaminham para que não haja perda na qualidade funcional, manutenção da vida saudável, independente, visando ampliar o tempo, mas não a qualidade de vida do idoso.

Pesquisas atuais asseguram que o envelhecimento é uma experiência singular, heterogênea, e que fatores históricos e intelectuais são determinantes.

O tema longevidade é de suma importância enquanto representa assumir novas posturas e decisões quanto a um futuro que já se mostra diferenciado e desafiador às nossas estruturas atuais. A música, com o seu amplo espectro, pode contribuir para dinamizar as estruturas psicobiológicas dos indivíduos.

O presente trabalho teve como objetivo geral verificar a multiplicidade das formas e as reais possibilidades com que a prática musical, realizada pelos adultos maduros, poderia contribuir para a melhoria e ampliação da sua qualidade de vida. Este estudo buscou também, elucidar as razões interiores e os componentes pessoais que formam estes percursos.

3 Educação Pluridimensional

O desenvolvimento humano é um processo que visa à ampliação das potencialidades humanas. Esta é a tarefa da educação, que cabe a ela contemplar a todos com a diversificação do conhecimento, o mais alargado possível, para que o indivíduo possa modelar a sua vida, participando e evoluindo na sociedade. A formação contínua é idéia essencial, numa concepção de educação ao longo da vida, concebida como condição de desenvolvimento harmonioso e contínuo da pessoa (DE-LORS *et al.*, 1996). A visão de inacabamento ou de inconclusão do ser humano (FREIRE, 1997), abre a perspectiva das pessoas se reconhecerem educáveis e, portanto, num movimento de procura. A atualização constante e a aproximação com os diversos saberes, permite que, junto com a educação formal, haja a procura para a não-formal, numa tendência para a educação pluridimensional, nos diversos patamares de aprendizagem.

A redução da jornada de trabalho e a busca do preenchimento do tempo disponível frente ao prolongamento da vida, possibilitam o desenvolvimento de aptidões e a aquisição de novas competências. A educação permanente visa à autonomia dinâmica dos indivíduos, objetivando “[. . .] fazer coincidir a realização pessoal com a participação na vida em sociedade. A educação descompartmentada no tempo e no espaço, torna-se, então, uma dimensão da própria vida.” (DELORS *et al.*, 1996, p. 101).

À medida que as pessoas amadurecem, sofrem transformações, diz Knowles *et al.* (1998), indicando algumas destas características: passam de pessoas dependentes para indivíduos independentes, autodirigidos, acumulam experiências da vida que serão o fundamento de seu aprendizado futuro, buscam desenvolver suas habilidades para utilizarem no papel social, esperam imediata aplicação do que aprendem, apresentam motivações internas (satisfação, melhoria na qualidade de vida, elevação da auto-estima, etc), mais intensas que motivações externas (como notas nas provas, por exemplo). A orientação de aprendizagem do adulto está centrada na vida e a experiência é a sua mais rica fonte. As diferenças entre as pessoas crescem com a idade, por isso a educação de adultos deve considerar diferenças de estilo, tempo, lugar e ritmo de aprendizagem, acentua Oliveira [2007?]. Esta é a visão da *andragogia*, que é a arte de orientar adultos a aprender. Uma abordagem fundamental que revela este novo aprendiz e requer sobre ele, uma nova postura da ação pedagógica.

O tempo de aprender é ininterrupto; desde a fecundação até o final da vida o indivíduo faz seu movimento de adaptação e de construção. E este período do adulto maduro é de grande envolvimento pessoal, desejando engajar-se em algo novo a que possa pertencer, realizando a si e em comunhão com o grupo. Há, nesta fase, a vontade intensa de compartilhar, ampliar os espaços, alargar-se em outras frentes. É preciso mostrar ao mundo as novas conquistas, impregnadas de significados, que reacendem a auto-estima e valorizam a inteligência.

4 Contribuição da Música no Desenvolvimento Humano

Segundo o Relatório da Unesco (DELORS *et al.*, 1996) a arte deveria ocupar um lugar mais importante, buscando o homem na com-

plexidade das suas expressões e compromissos, onde a educação é uma viagem interior, um processo individualizado e uma construção social interativa. O papel da arte é mostrar o processo dinâmico da vida, dando forma estética às percepções, que transformadas num estado livre e ativo, proporcionam um meio de liberação e de liberdade interior ao sujeito que participa de evento. A relação do ser humano com a arte é a possibilidade de aproximação com a sua essência porque a experiência estética é rica e fértil de infinitas possibilidades.

Na visão de Eisner (1972), a participação mais valiosa que a arte pode dar à experiência humana é contribuir com seus valores implícitos e suas características específicas, oferecendo à educação do homem precisamente o que os outros âmbitos não podem oferecer. Segundo Dewey (c2007), a arte é uma experiência que vivifica a vida, ajuda que o organismo em crescimento se dê conta que está vivo, comprovando ao homem que ele é capaz de restaurar, ao plano de significado, a unidade de sentido.

A significação da música é semântica, isto é, o seu conteúdo é conceitual, simbolicamente. Tem na sua expressão lógica o conhecimento do sentir humano em si. A música é formulação e representação de emoções, disposições, tensões mentais e resoluções - um quadro lógico de vida senciante (que sente) e responsiva (que envolve resposta). Os sentimentos revelados na música são apresentados diretamente ao nosso entendimento, a fim de que possamos apreender, conceber, compreender esses sentimentos, distanciados numa perspectiva artística. O conteúdo simbolizado é intuição da subjetividade da experiência e as formas simbólicas são quem transmitem ao nosso entendimento (LANGER, 1989).

Na física, o som é um conjunto de vibrações, mas na psicologia, é uma espécie de experiência que o cérebro extrai do seu meio ambiente. Nossos cérebros são capazes de manipular padrões muito complexos, possibilitando relacioná-los, transformando-os numa estrutura comunicativa. E esta codificação transforma-se em sensação, modelando as relações e resultando em música.

O efeito sonoro sobre o indivíduo é consequência da experiência que o cérebro extrai do seu ambiente. O sujeito receptor possui fundamental importância para que possa transformar as ondas produzidas pelo movimento vibratório. O ouvido humano seleciona as ondas que

são transformáveis e esta sensibilidade varia entre as pessoas. Este é o caráter subjetivo do som, isto é, a sensação sonora.

Os sons são emissões pulsantes que, por sua vez, são interpretadas segundo os pulsos corporais, somáticos e psíquicos. As músicas surgem da complexidade dos sons que entram em diálogo, exprimem diferenças e semelhanças, de forma ordenada. Na visão de Wisnik (1989), a música não se refere nem nomeia coisas visíveis, como a linguagem verbal o faz, mas aponta com uma força toda sua para o não-verbalizável, atravessa certas redes defensivas que a consciência e a linguagem cristalizada opõem a sua ação, e toca em pontos de ligação efetivos do mental e do corporal, do intelectual e do afetivo. É uma ordem que se constrói de sons, em perpétua aparição e desapareição. O som é um objeto diferenciado entre os objetos concretos que povoam o nosso imaginário porque, por mais nítido que possa ser, é invisível e impalpável; tem um poder mediador, hermético: é o elo comunicante do mundo material com o mundo espiritual e invisível. “O som é um objeto subjetivo, que está dentro e fora, não pode ser tocado diretamente, mas nos toca com uma enorme precisão.” (WISNIK, 1989, p. 26).

A força do discurso musical é resultado de sua organização e de fatores estruturais que geram os sentimentos, o conteúdo, a função e os estilos da música. Adquire significado à medida que gera e desenvolve conexões mentais que são construídas e utilizadas por membros de uma mesma cultura.

Na educação musical, busca-se construir os processos mentais para que os indivíduos ampliem sua capacidade de compreender as relações dos mecanismos cognitivos, conduzindo-os às formas simbólicas musicais, à estruturação dos conceitos através das práticas do fazer e do apreciar.

A música provoca um estado prazeroso, portanto, mobiliza o organismo e altera seu estado corporal e cognitivo, mas é necessário acrescentar o processo da consciência aos processos de emoção e sentimento para que se integrem à razão que inclui o pensar, o conhecer, o sentir, o imaginar e o recordar, proporcionando, assim, uma forma multidimensional do pensamento.

Conforme Damásio (2000) ocorre uma mudança global no estado do organismo quando há emoção, porque o cérebro se modifica pela liberação de substâncias, alterando o processamento de circuitos,

desencadeando comportamentos específicos, que resulta uma alteração cognitiva. A outra mudança biológica ocorre no estado corporal, que altera a paisagem do corpo por representações de mapas sensoriais. Portanto, quando há o sentimento de prazer, o organismo descontrai-se e torna-se receptivo, aproxima-se do meio, transformando a emoção em imagem através do processo de consciência.

Os vínculos intergeracionais, buscando os aspectos de solidariedade e harmonia social, são objetivos que permeiam as atividades musicais como o cantar, executar instrumentos, dançar, enfim, fazer parte da estrutura altamente socializante que é um produto musical. O planejamento e a execução de um projeto sonoro envolve ressaltar cada elemento participante como componente decisivo e único na arquitetura final do produto. No fazer musical, o desempenho de cada indivíduo permite agrupá-lo no conjunto maior. Este é um exercício que envolve aprendizado, responsabilidade, disciplina pessoal e social. Há um movimento de valorização na participação individual, como também a compreensão da importância que o outro realiza no todo, o que permite que as experiências entre gerações possam ser estimuladas. Neste enfoque, as atividades musicais podem promover a integração em momentos cívicos e culturais como estratégia de luta contra o isolamento social.

5 Metodologia: histórias de vida

Muitas das nossas lembranças não são originais, segundo Bosi (1994). São evocações que se deslocam e são trabalhadas qualitativa e quantitativamente pelo sujeito. Podem ocupar diferentes espaços mentais, ou podem ser esquecidas.

Para esta pesquisa adotou-se a metodologia da técnica de coleta de dados *histórias de vida*, que incluiu relatos orais e entrevistas abertas, valorizando o subjetivo, o qualitativo e o afetivo, enfatizando as experiências de vida. De acordo com Marre (1991) esta técnica procura reconstruir, reorganizar e reler os relatos orais.

Foram entrevistados treze sujeitos que estão envolvidos com a prática musical, de diferentes segmentos e com funções diversas. Esta seleção ocorreu de forma natural, através de contatos pessoais e indicações dentro dos próprios corais e orquestra contatados. O critério de inclusão foi resultado da concordância dos indivíduos em participar da

pesquisa, quando convidados. Não houve exclusão, mas somente a limitação do número de entrevistados.

Os participantes foram divididos em dois grupos: amadores e profissionais. Na categoria “profissionais que atuam com adultos”, foram propostas questões relativas à clientela da terceira idade, especificando o seu foco de trabalho.

As entrevistas tiveram roteiros norteadores: amadores, profissionais e profissionais que atuam com adultos maduros. Após as leituras, o material foi dividido em *unidades de contexto* e em *categorias*. Os resultados das interpretações foram organizados em quadros que resumem as respostas de cada grupo.

As categorias aplicadas para os sujeitos amadores e profissionais foram: *trajetória musical; prática atual: orientação pela atividade; escolhas musicais; contribuição do fazer musical para a qualidade de vida; sugestões para expandir a prática musical*. Para a categoria dos profissionais que trabalham com adultos foi incluída a categoria *clientela de 3ª Idade*.

Passo a seguir a relatar algumas falas dos entrevistados que exemplificam como se desenvolveu a pesquisa. As questões que encaminharam as respostas serviram de roteiro norteador. Neste artigo faço a opção para me deter, com mais ênfase, nas respostas do grupo de amadores e no final incluo algumas falas de profissionais, especialmente dos regentes que atuam com grupos de adultos maduros.

Entre os amadores, na questão *primeiros contatos e influências* temos as falas: “meu contato com a música é desde pequena, quando eu cantava no coro da igreja desde os 7 anos”; “na minha casa minha mãe tocava piano e minha irmã mais velha logo se interessou pelo piano e eu, aos 10 anos, pelo violino”. Chama a atenção que todas as pessoas entrevistadas na categoria amador, tiveram contato com a música muito cedo. Esta análise nos leva a questionar se isto, realizado de maneira formal ou informal, seria condição necessária para que o indivíduo pudesse incluir ou manter o fazer musical na sua vida adulta.

No aspecto da *aprendizagem musical* também revela um processo amplo e aberto que permite orientar a percepção do seu aprendizado. Vejamos as falas: “sempre fui música, desde pequena eu cantava as músicas que inventava. Gostava de ouvir uma vizinha que tocava piano”; “fiquei sem professora, mas minha irmã, que continuou seus estudos,

insistia muito comigo para eu tocar (violino) porque considerava que eu tinha muita capacidade”. Conforme Jarvis (1992), viver em sociedade significa ter experiências de pessoas, eventos, acontecimentos e lugares no tempo e no espaço e, através destas experiências, as pessoas crescem e se desenvolvem, mas, ao mesmo tempo, a forma de experienciar é única para cada indivíduo, possibilitando a manifestação individual. As experiências vividas denotam a atenção e o discernimento que a pessoa extrai do seu ambiente e que norteiam a sua percepção e seu aprendizado tanto formal como não-formal, num processo amplo e aberto de educação. Os elementos significativos promovem mudanças seletivas e investigativas no indivíduo e não funcionam como mera recepção passiva e neutra. Algumas aprendizagens ocorrem como resultado da experiência consciente, mas também acontecem eventos sem que haja a consciência e que são internalizados. A transformação da experiência em conhecimento são os processos de dar significado a estas. Portanto, a aprendizagem é pró-ativa, recria experiências e descobre um novo conhecimento (JARVIS, 1992). Ainda na visão desse autor, a aprendizagem é resultado das aprendizagens ao longo da vida e não apenas das instituições educacionais, e sempre iniciam com a experiência.

O aprendizado da linguagem musical é lento e gradativo, argumenta Grossi (1990); o progresso é feito por etapas intermediárias das habilidades e envolve processos cognitivos. Ao agir sobre o som, num processo de construir e reconstruir, o indivíduo consciente terá condições de gerar e desenvolver uma organização sonora que seja reconhecida ou caracterizada como música.

No aspecto *facilidades e dificuldades*, os coralistas disseram não ter nenhum problema de memória, como por exemplo: “tenho muita facilidade para decorar”; “não tenho nenhuma dificuldade com a música, até pelo contrário”. Entre os instrumentistas, aparece a necessidade de estudar mais e buscar resolver suas dificuldades, como no exemplo: “não tenho dificuldades com a música, estudo mais, faço mais solfejos quando necessário. Ainda tiro tudo de ouvido”.

Na questão sobre a *repercussão junto à família ou o grupo social*, as respostas foram: “todos me apóiam, meus netos e netas. Me chamam no telefone e dizem pra eu não deixar de ir no coral”; “os vizinhos me escutam e pedem pra eu não colocar surdina no violino”. Observa-se que há o reconhecimento que a prática musical enaltece

o indivíduo, atribuindo-lhe qualificações. Os membros destes grupos reforçam o apoio, evidenciando que esta é uma atividade positiva e saudável de ser mantida.

Quando perguntados sobre suas *práticas atuais*, responderam: “neste momento estudo teclado. Quando consigo tocar no meu teclado eu esqueço da vida. Aquilo me faz um bem tão grande pro corpo e pra alma”; “estou neste coral há dezoito meses. Tem voz, tem harmonia, gosto mesmo, adoro. É pena que seja uma vez por semana, deveria ser duas ou três vezes por semana”; “toco na orquestra de câmara como 1º ou 2º violino e no coral da capela de uma igreja, onde acompanho o coral e faço solos. Não canso quando toco. Depois de duas horas na orquestra, chego em casa e faço meus próprios exercícios para relaxar. Não canso, adoro, conto os dias pra chegar”. De acordo com pesquisas citadas por Gembris (1998) e minha prática como professora de música, podemos concluir que mais fácil que o aprendizado de um instrumento musical na idade madura partir do zero, é adicionar o aprendizado às habilidades instrumentais ou vocais adquiridas anteriormente. Aprender a executar um instrumento é muito mais difícil na vida adulta, requer movimentos senso-motores e micro-motores aos quais os indivíduos não estão habituados, também a capacidade de ouvir pouco treinada e o necessário estudo da escrita musical (GEMBRIS, 1998 e COSTA, 2004). A facilidade de cantar na idade adulta é bem maior porque quase todas as pessoas cantaram quando criança. Além disso, pulmões, respiração, garganta, língua, lábios e a boca são treinados diariamente quando falamos, assim como também o aprendizado dos instrumentos de sopro é comparativamente mais simples, nos informa Gembris (1998).

As pessoas maduras, neste processo de aprendizagem musical, revelam-se dinâmicas no tempo e no espaço, ocupam diferentes momentos e lugares, num empreendimento individual mas também social e contemporâneo. Sob o olhar de Jarvis (1992) esta situação paradoxal começa com uma ruptura entre a biografia individual e a experiência social construída, e assim é colocado em movimento o processo de aprendizagem. O ser humano deve ser analisado numa visão interdisciplinar porque ele aprende através da vida e essa é a sua necessidade fundamental. A aprendizagem através das experiências se dá ao longo do tempo e não apenas por meio das instituições de ensino e, na sua maioria, é consciente. Transforma-se assim num processo de significa-

ção e compreensão das experiências de vida.

A aprendizagem na vida adulta caracteriza-se pela autonomia e auto-direcionamento e está relacionada ao crescimento psicológico, num processo de desenvolvimento de qualidades como autonomia, independência, individualidade e integridade do eu, segundo Tennant (1991). As diversas abordagens da psicologia do desenvolvimento supõe que as pessoas podem mudar na vida adulta e que essa mudança pode ser positiva pois promove auto-conhecimento e a percepção mais refinada da realidade, além de adquirirem mais poder e responsabilidade.

Sobre os *momentos marcantes*, os argumentos foram: “já cantei nos casamentos dos filhos”; “tocando nos bailes, saindo na escola de samba tocando trombone”; “agora estamos tocando nas casas geriátricas e asilos[. . .] e isto está me soltando incrivelmente”. Os momentos marcantes vivenciados pelos entrevistados sinalizam ações realizadas em situações de vantagens para as pessoas e registram suas conquistas pessoais. Damásio (2000), em estudos no seu laboratório, constatou que a emoção integra os processos de raciocínio e decisão: “Emoções bem direcionadas e bem situadas parecem constituir um sistema de apoio sem o qual o edifício da razão não pode operar a contento.” (DAMÁSIO, 2000, p. 62).

A música permite este aprofundamento do mundo interno com o externo, produzindo uma comunicação de sentimentos e pensamentos. “É um produto da inteligência do homem [. . .] que combina sons e silêncios, proporcionando-lhe uma forma de comunicação sem precedentes.” (SOUZA, 2002, p. 873).

Na questão *contribuições do fazer musical para a qualidade de vida*, alguns exemplos: “faz muito bem pra alma, pro corpo, pra mente, pra tudo. Gosto de levar minhas partituras pra toda parte”; “a gente se renova, não tem explicação, é uma beleza. Se envolver com a música é uma coisa muito boa”; “a música mantém minha memória. Estou sempre estudando, pesquisando”; “a música me dá vida, me dá vontade de viver, vontade de progredir cada vez mais”; “a pessoa que sabe cantar tem muito valor pra si mesmo, isto é muito bom”.

A prática musical aciona regiões de prazer no cérebro e, conseqüentemente, ativa mudanças globais no estado do organismo. Damásio (2000) argumenta que certas regiões do cérebro ligadas às emoções,

enviam comando à corrente sanguínea e aos neurônios que, por sua vez, atuam sobre outros neurônios, fibras musculares ou órgãos que liberam substâncias químicas na corrente sanguínea. Este estado prazeroso pode ter início já no processo de busca e de aproximação, o que leva o organismo a descontraí-lo, tornar-se receptivo e aproximar-se do seu alvo. Diz ainda Damásio (2000) que, quando há um sentimento, os padrões neuronais provocam o surgimento de duas classes de mudanças biológicas, no estado corporal e no estado cognitivo. No estado corporal, a paisagem do corpo muda e a sua representação é criada em mapas sensoriais do corpo. No estado cognitivo, as mudanças acontecem quando o processo da emoção gera a secreção de certas substâncias químicas no cérebro, sendo responsáveis por comportamentos específicos.

É importante ressaltar a tomada de consciência dos sujeitos frente à presença da música em suas vidas. Há muita clareza dos efeitos sonoros para o seu bem-estar. Estes indivíduos são observadores e têm conhecimento dos resultados que a prática musical traz à suas vidas.

O olhar sobre qualidade de vida requer uma visão multidimensional e envolve aspectos da área de saúde, físico, cognição, comportamento e utilização do tempo livre, condições ambientais em que o indivíduo está inserido e avaliação subjetiva de seus desempenhos e seu bem-estar, porque envelhecer também é destino social (LEHR, 1999). Importante aqui ressaltar que os indivíduos entrevistados refletem os aspectos citados o que nos permite visualizar um conjunto de procedimentos que se influenciam e se refletem na sua qualidade de vida. Decidir e ter autonomia sobre suas escolhas, agir com empenho e respeito a si próprio, exige tomada de decisões sobre a busca de crescimento e contínuo desenvolvimento. Neri (1993), por sua vez, acrescenta que a boa qualidade de vida é um empreendimento de caráter sociocultural, que resulta entre pessoas em mudança durante todo o percurso de vida. Lehr (1999) complementa esse argumento quando refere-se que o envelhecimento saudável é o resultado de um processo ao longo da vida, que envolve indivíduos que permanecem mentalmente ativos, desenvolvem uma gama de interesses e possuem maior número de contatos sociais; é, portanto, um processo de desenvolvimento que começa com o nascimento e vai até a morte. Bandeira (2005) sugere que os indicadores de qualidade de vida são o grau de independência, autonomia, sensação de bem-estar, estar satisfeito com a vida e ter expectativas com relação ao

futuro. Nas respostas obtidas, observamos que o futuro pode ser traçado muito cedo e nos faz refletir sobre a necessidade da oferta precoce de vivências diversas, o que fica evidenciado nas respostas dos entrevistados ao falarem dos seus primeiros contatos com a música. Constatou-se que os aspectos de bem-estar e satisfação permeiam as respostas, assim como uma visão de autonomia e segurança perpassa as falas.

Quando solicitados a dar *sugestões para expandir a prática musical* nossos entrevistados contribuíram da seguinte forma: “corais de pais nas escolas”, nunca é tarde pra aprender”; “a música é sempre ótima em qualquer idade porque aprender nunca é tarde”; “todas as pessoas devem cantar porque o canto é um companheiro”; “a música é importantíssima para o ser humano. Se uma criança toca música ela tem muitas vantagens porque vai apreciar melhor”; “teria que ter uma maneira de convocar os homens, porque o coral é uma coisa tão boa, eles nem sabem o que estão perdendo”.

Entre os profissionais entrevistados gostaria de ressaltar algumas falas dos regentes dos corais, destacando suas respostas sobre os *resultados observados* nos seus grupos de trabalho. Entre elas: “o que tenho observado é que o coral se sente muito bem quando viaja e se encontra com outros grupos”; “o retorno que tenho é que o coro é fundamental nas vidas das participantes, se comprometem, querem participar e gostam de se apresentar pois têm muita vitalidade [. . .] as questões vocais apresentam uma certa rigidez o que reflete também nos aspectos rítmicos, portanto é trabalho bastante intenso e árduo para se conseguir resultados”; “eles têm ganhos pessoais muito grandes, especialmente neurológicos. É meu hábito fazer exercícios que provoquem as suas memórias”.

Na questão *repercussão de fazer musical na qualidade de vida* surgiram as falas: “realmente a gente consegue resultados com as pessoas, o que é altamente gratificante, “a música desenvolve, em altíssimo grau, a paciência e a perseverança. Para a educação ela te leva por um caminho maravilhoso: ela desenvolve a tua sensibilidade, te deixa mais tranqüilo”; “como sempre me interessei pela alma humana e com a música consigo chegar perto da alma humana sem dizer uma palavra”; “é uma postura, você precisa ter um conceito de trabalhar com o futuro, um conceito de respeito a tua própria posição daqui uns dias”.

Quando convidados a dar *sugestões para estimular a prática*

musical, argumentaram: “é preciso sensibilizar os que têm condições financeiras porque é muito diferente ter a vivência da música ao vivo, olhar no olho e ver a coisa acontecer ao vivo”; “todas as prefeituras que querem o bem-estar das suas comunidades, devem propiciar o coral da 3a Idade, porque ali é um momento que as pessoas se encontram e conseguem fazer algumas coisas que normalmente não fariam”; “nos centros comunitários poderiam oferecer música, ofertando um instrumento para estudarem”; “quem trabalha com a 3a Idade não pode subestimar porque a pessoa já está numa idade avançada e isso e aquilo, o que é decisivo pra se fazer uma coisa diferente, promover energia e vitalidade. Cantar é bom, mas pensar e propor algo mais moderno, mais aberto mais livre e isso faz com que se vá além desse só momento de socialização”; “este ano organizamos o 1o.Festival de Corais da 3aIdade [. . .] e já formamos a Liga Mercosul de Corais da 3a Idade”; “criar uma associação para realizar seminários de regentes, onde poderíamos ter palestras e troca de idéias sobre como estabelecer exercícios bucais, neurológicos, não fazer um universo fechado”.

6 Conclusão

Quando iniciei a presente pesquisa já havia constatado o grande benefício que o fazer musical proporciona para o ser humano. Precisava agora registrar as reflexões sobre esta prática nas vozes dos próprios indivíduos. Constatei, entre tantos elementos expostos, que a relação do indivíduo maduro com a música merece estudos mais profundos para conhecermos a real abrangência e os benefícios dessa prática.

Fica evidente que o fazer musical é um processo educativo que ativa e integra as faculdades da mente, entre elas a sensibilidade, razão, intelecto e emoção.

As pessoas maduras, neste processo de aprendizagem musical, revelam-se dinâmicas no tempo e no espaço, ocupam diferentes momentos e lugares, num empreendimento individual mas também social e contemporâneo. Sob o olhar de Jarvis (1992) esta situação paradoxal começa com uma ruptura entre a biografia individual e a experiência social construída, e assim é colocado em movimento o processo de aprendizagem. O ser humano deve ser analisado numa visão interdisciplinar porque ele aprende através da vida e essa é a sua necessidade

fundamental. A aprendizagem através das experiências se dá ao longo do tempo e não apenas por meio das instituições de ensino e, na sua maioria, é consciente. Transforma-se assim num processo de significação e compreensão das experiências de vida. Jarvis (1992) argumenta que as reações às estas experiências são pró-ativas, recriam as experiências e descobrem o novo conhecimento retirando deste, ferramentas, atitudes etc.

A aprendizagem na vida adulta caracteriza-se pela autonomia e autodirecionamento e está relacionada ao crescimento psicológico, num processo de desenvolvimento de qualidades como autonomia, independência, individualidade e integridade do eu, segundo Tennant (1991). As diversas abordagens da psicologia do desenvolvimento supõe que as pessoas podem mudar na vida adulta e que essa mudança pode ser positiva pois promove auto-conhecimento e a percepção mais refinada da realidade, além de adquirirem mais poder e responsabilidade.

A experiência é uma característica que distingue a aprendizagem do adulto, e significa que o profissional que estiver atuando com essa clientela deva partir desse ponto, fazendo elo entre o conhecido e o não conhecido. Tennant (1991) chama a atenção para as pesquisas que se dispõe a identificar fases universais e estágios de vida porque, invariavelmente, algumas pessoas, por uma razão qualquer, não se encaixam nestes padrões e, conseqüentemente, são tidas como atrasadas. Esse autor alerta para os educadores estarem atentos para os diferentes caminhos em que as pessoas traçam seus cursos de vida e evitar se apoiar em rígidos conceitos de desenvolvimento. É importante compreender a dinâmica da mudança, observar como as pessoas interpretam e atribuem significado às suas experiências e como progredem através da vida.

Acrescentando à indiscutível complexidade que o fenômeno musical envolve a mente humana, sabemos também que a presença da emoção desencadeia uma série de estímulos ao organismo. Possibilita um contato à nível afetivo, permite uma tomada de consciência e provoca a mobilização intensa do aparato neurofisiológico, com a conseqüente ampliação da capacidade de reação do indivíduo ao objeto a que se destina. Portanto, o aspecto do prazer está presente tanto quanto entre os amadores quanto nos profissionais. A escolha profissional aponta para os argumentos do fazer criativo e na possibilidade de atuar

socialmente. Reflete a postura de aprender música para poder irradiar o seu conhecimento para muitas pessoas e concretizar suas aspirações compartilhando amplamente o fazer musical.

Fazer música requer do indivíduo centrar-se no objeto da ação com profundidade. Mobiliza assim o seu aparato orgânico, converge para dentro de si e ativa suas capacidades cognitivas, emocionais e físicas. Este é um caminho de auto-estima que possibilita a descoberta do seu potencial. Desse trajeto vem a satisfação do construir-se e constituir-se. Pode-se observar esse movimento nos amadores quando estão no processo de aprendizagem porque há um processo pouco consciente e formal da realização musical. Para eles o resultado da execução de uma peça é algo que chega por inteiro, sem partes. Basicamente, não percebem os componentes do discurso musical, têm dificuldade em compartimentar segmentos, como passagens rítmicas, dedilhados ou expressões da dinâmica. Sua percepção é global e daí resulta sua expectativa que a música surja “num passe de mágica” em suas mãos ou vozes. Querem executar a obra que já é familiar e, na sua maioria, refutam estudar peças desconhecidas.

Cantar e tocar em conjunto, o jovem e o adulto, poderia ajudar a desfazer preconceitos e aproximar gerações. Possibilitaria também mudanças positivas, especialmente para o jovem na esperança de atualizar sua posição sobre o envelhecimento e ampliar sua visão multidimensional do fenômeno da longevidade. Conforme Neri (1993), a boa qualidade de vida abrange todo o curso de vida e está ligada à fatores histórico-culturais e à história individual do indivíduo. Portanto, a sociedade para todas as idades e intergeracional, poderia ser exercitada através do fazer musical, numa visão pluridimensional de aprendizado.

Importante destacar a função social que a prática musical propicia pois o indivíduo se constrói com a música e torna-se sujeito de uma nova ação. A ampla possibilidade de poder comunicar-se dá espaço para que a linguagem auxilie o indivíduo a estruturar-se, se ver reconhecido e ampliado nos outros. A comunicação é o veículo que permite a sua exteriorização, assinalando presença significativa que constrói os sentidos e assim é reconhecido pelo universo.

THE MUSICAL TIMING IN THE INDIVIDUAL'S TIMING: listening the senior individuals that are music makers

Abstract

This article reports a study performed with senior adults who have on its daily activities the music, through singing, conducting, playing instruments and teaching music. The focus of this project was to identify the reasons that leads this group of individuals to practice music and which were the consequences on their life quality. Thirteen individuals were interviewed, seven amateurs and six professionals of different areas of the musical art. From the answers obtained, five categories were organized for amateurs and six for professionals. The data obtained showed that the musical practice brings a major contribution to the individuals because it stimulates the organisms intensively, activating its psycho-biologics functions. It was also concluded that there is an improvement in the life quality supported by answers referring to the benefits that the music brings to the persons that are involved directly with it. Finally, it was percept that the longevity allows to amplify the life and the possibilities of the development of the human mind. This development is resultant of the actions experienced through life, being the music an important channel to allow that the creativity and the conscience become a continuous flow of knowledge and wisdom.

Keywords: Music practice. Life quality. Longevity.

REFERÊNCIAS

BANDEIRA, Karla Maria. Discutindo a Qualidade de Vida do Idoso. *Revista A Terceira Idade*, São Paulo, v.16, n.14, p. 51-61, out. 2005.

BOSI, Ecléa. *Memória e Sociedade: lembranças de velhos*. 3. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.

COSTA, José Francisco da. *Aprendizagem Pianística na Idade Adulta: sonho*

ou realidade? 2004. 101p. Dissertação (Mestrado)- Programa de Pós-Graduação em Música, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.

DAMÁSIO, Antônio. *O Mistério da Consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si*. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DELORS, Jacques et al. *Educação, um Tesouro a Descobrir: relatório da Unesco da comissão internacional sobre educação para o século XXI*. 2. ed. Lisboa: Asa, 1996.

DEWEY, John. In: THE INTERNET Encyclopedia of Phylosophy. [S.l.: s.n., c2007]. Disponível em: <www.iep.utm.edu/d/dewey.htm>. Acesso em: 25 ago. 2007.

DOLL, Johannes. O Campo Interdisciplinar da Gerontologia. In: PY, Ligia et al. (Org). *Tempo de Envelhecer: percursos e dimensões psicossociais*. Porto Alegre: Nau, 2004. P. 83-107.

EISNER, Elliot W. *Educar la visión artística*. Barcelona: Paidós Ibérica, 1972.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1997.

GEMBRIS, Heiner. *Grundlagen Musikalischer Begabung und Entwicklung*. Augsburg: Wissner-Verlag, 1998.

GROSSI, Cristina. *O Processo de Conhecimento em Música: constatações de uma abordagem não tonal na aprendizagem*. 1990. 188 f. Dissertação (Mestrado em Música) – Programa de Pós-Graduação em Música, Instituto de Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 1990.

JARVIS, Peter. *Paradoxes of Learning: on becoming an individual in society*. São Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1992.

KNOWLES, Malcolm Shepherd et al. *The Adult Learner the Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development*. 5th ed. Houston: Butterworth-Heinemann, 1998.

LANGER, Susanne. *Filosofia em Nova Chave*. 2. ed. São Paulo: Perspectiva, 1989.

LEHR, Úrsula. *A Revolução da Longevidade: impacto na sociedade, na família e no indivíduo*. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, Porto Alegre, v. 1, p. 7-35, 1999.

MARRE, Jacques Leon. *História de Vida e Método Biográfico*. Cadernos de Sociologia, Porto Alegre, v. 3, n. 3, p. 89-141, jan./jul., 1991.

NERI, Anita L. (Org.). *Qualidade de Vida e Idade Madura*. Campinas: Papyrus, 1993.

OLIVEIRA, Ari Batista de. Andragogia – educação de adultos. In: TEIXEIRA, Gilberto (Org.). *Ser Professor Universitário*. [S. l.: s. n., 2007?]. Disponível em: <<http://www.serprofessoruniversitario.pro.br/ler.php?modulo=1&texto=13>>. Acesso em: 27 maio 2007.

SOUZA, Márcia Godinho Cerqueira de. Musicoterapia e a Clínica do Envelhecimento. In: FREITAS, Elizabete Viana et al. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. P. 872-881.

TENNANT, Mark. The Psychology of Adult Teaching and Learning. In: PETERS, John et al. *Adult Education: evolution and achievements in a developing field of study*. San Francisco: Oxford: Jossey-Bass Publishers, 1991.

WISNIK, José Miguel. *O Som e o Sentido: uma outra história das músicas*. São Paulo: Companhia das Letras: Círculo do Livro, 1989.

Recebido em: 05.03.2007

1ª reformulação: 06.06.2007

2ª reformulação: 17.09.2007

Aceite final : 24.09.2007