

Universidade Federal de Uberlândia
Instituto de Artes
Programa de Pós-Graduação em Música

CARLOS HENRIQUE RIBEIRO VIEIRA

**COMPOSIÇÃO SONORA APLICADA A MODELOS DE TERAPIAS
SONORAS**

Uberlândia
2025

CARLOS HENRIQUE RIBEIRO VIEIRA

**COMPOSIÇÃO SONORA APLICADA A MODELOS DE TERAPIAS
SONORAS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Música – Mestrado Acadêmico – do Instituto de Artes da Universidade Federal de Uberlândia como requisito para a obtenção do título de Mestre em Música.

Linha de Pesquisa 1: Processos analíticos, criativos, interpretativos e historiográficos em música.

Tema: Composição e arte sonora com abordagem holística.

Orientador: Prof. Dr. Celso Luiz de Araújo Cintra.

Uberlândia

2025

Ficha Catalográfica Online do Sistema de Bibliotecas da UFU
com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

V658
2025

Vieira, Carlos Henrique Ribeiro, 1992-
COMPOSIÇÃO SONORA APLICADA A MODELOS DE TERAPIAS
SONORAS [recurso eletrônico] / Carlos Henrique Ribeiro Vieira. -
2025.

Orientador: Celso Luiz de Araújo Cintra.
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia,
Pós-graduação em Música.
Modo de acesso: Internet.
DOI <http://doi.org/10.14393/ufu.di.2025.540>
Inclui bibliografia.
Inclui ilustrações.

1. Música. I. Cintra, Celso Luiz de Araújo, 1969-, (Orient.). II.
Universidade Federal de Uberlândia. Pós-graduação em Música. III.
Título.

CDU: 78

Bibliotecários responsáveis pela estrutura de acordo com o AACR2:
Gizele Cristine Nunes do Couto - CRB6/2091
Nelson Marcos Ferreira - CRB6/3074

**ATA DE DEFESA - PÓS-GRADUAÇÃO**

Programa de Pós-Graduação em:	Música				
Defesa de:	Dissertação de Mestrado Acadêmico - PPGMU				
Data:	30 de junho de 2025	Hora de início:	16h11	Hora de encerramento:	18h40
Matrícula do Discente:	12322MUS002				
Nome do Discente:	Carlos Henrique Ribeiro Vieira				
Título do Trabalho:	Composição sonora aplicada a modelos de terapias sonoras				
Área de concentração:	Música				
Linha de pesquisa:	Processos analíticos, criativos, interpretativos e historiográficos em música				
Projeto de Pesquisa de vinculação:	A musicologia comparada de Alain Daniélou: contribuições para um diálogo musical				

Reuniu-se de forma remota, via MConf, a Banca Examinadora, designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Música- PPGMU, assim composta: Professores Doutores: Valério Fiel da Costa (UFPB); Daniel Luís Barreiro (IARTE/UFU) e Celso Luiz de Araujo Cintra (IARTE/UFU) orientador do candidato.

Iniciando os trabalhos o presidente da mesa, Dr. Celso Luiz de Araujo Cintra, apresentou a Comissão Examinadora e o candidato, agradeceu a presença do público, e concedeu ao Discente a palavra para a exposição do seu trabalho. A duração da apresentação do Discente e o tempo de arguição e resposta foram conforme as normas do Programa.

A seguir o senhor presidente concedeu a palavra, pela ordem sucessivamente, aos examinadores, que passaram a arguir o candidato. Ultimada a arguição, que se desenvolveu dentro dos termos regimentais, a Banca, em sessão secreta, atribuiu o resultado final, considerando o candidato:

Aprovado.

Esta defesa faz parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Mestre.

O competente diploma será expedido após cumprimento dos demais requisitos, conforme as normas do Programa, a legislação pertinente e a regulamentação interna da UFU.

Nada mais havendo a tratar foram encerrados os trabalhos. Foi lavrada a presente

ata que após lida e achada conforme foi assinada pela Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Celso Luiz de Araujo Cintra, Presidente**, em 30/06/2025, às 18:40, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Daniel Luis Barreiro, Professor(a) do Magistério Superior**, em 30/06/2025, às 20:12, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **6468592** e o código CRC **51685693**.

Referência: Processo nº 23117.036712/2025-11

SEI nº 6468592

RESUMO

Este trabalho investiga a criação musical no contexto das terapias sonoras, com foco na análise e elaboração de composições fundamentadas em padrões sonoros recorrentes observados em diferentes modelos terapêuticos. A pesquisa parte da escuta crítica e da análise descritiva de materiais sonoros, utilizando ferramentas de *software*, com o objetivo de identificar elementos estruturais – como texturas, timbres, frequências, gestualidade e espacialização – que caracterizam essas práticas. A partir desses elementos, são propostas composições alinhadas aos objetivos de cada modelo, ultrapassando os limites da prática musical tradicional e integrando recursos da composição contemporânea, da música eletroacústica e da escuta acusmática. O som é tratado não apenas como fenômeno auditivo, mas como matéria expressiva, perceptiva e funcional, capaz de ativar experiências sensoriais específicas. O estudo contribui para o desenvolvimento de metodologias composicionais sensíveis aos contextos de escuta e ao papel do som como condutor de estados e significados, propondo um olhar analítico e criativo sobre as possibilidades musicais emergentes das práticas terapêuticas sonoras.

Palavras-chave: criação musical; análise sonora; música eletroacústica; terapias sonoras; escuta.

ABSTRACT

This study investigates musical creation within the context of sound therapy, focusing on the analysis and development of compositions based on recurring sonic patterns identified across different therapeutic models. The research is based on critical listening and descriptive analysis of sonic materials, using software tools to identify structural elements – such as textures, timbres, frequencies, gesture, and spatialization – that characterize these practices. Based on these elements, compositions are proposed in alignment with the goals of each model, transcending traditional music aesthetics and incorporating resources from contemporary composition, electroacoustic music, and acousmatic listening. Sound is approached of activating specific sensory experiences. This study contributes to the development of compositional methodologies that are sensitive to listening contexts and to the role of sound as a vehicle for states and meaning, offering an analytical and creative perspective on the musical possibilities emerging from sound therapeutic practices.

Keywords: musical creation; sound analysis; electroacoustic music; sound therapies; listening.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 – Descrição dos campos indicativos	30
Quadro 2 – Fases do desenho morfológico	32
Quadro 3 – Etapas da meditação	45
Figura 1 – Composição de Meditação – QRCode	64
Figura 2 – <i>Patch ChordGun</i>	66
Figura 3 – Composição de Paisagem Sonora – QRCode	67
Figura 4 – Composição de <i>Solfeggio</i> – QRCode	68
Figura 5 – <i>Patch</i> gerador de frequências (Pd)	70
Figura 6 – Composição de <i>sound healing</i> – QRCode	71
Quadro 4 – Mapa modal por blocos como análise resultante de dados coletados pelos <i>plugins</i> do <i>software</i> Sonic Visualiser sobre meditação	90
Figura 7 – Movimento dos centros modais	91
Quadro 5 – Análise modal resultante de dados coletados pelos <i>plugins</i> do <i>software</i> Sonic Visualiser sobre paisagem sonora	92
Figura 8 – Partitura de escuta de SH1	95
Quadro 6 – Objetos sonoros identificados em <i>sound healing</i> – SH1	97
Figura 9 – Partitura de escuta de SH2	99
Quadro 6 – Objetos sonoros identificados em <i>sound healing</i> – SH2	102
Figura 10 – Configuração da <i>Layer</i> para os gráficos de espectrograma	107
Figura 11 – Gráfico de espectrograma de M2 – QRCode	107
Figura 12 – Gráfico de espectrograma de PS1 – QRCode	107
Figura 13 – Gráfico de espectrograma de PS2 – QRCode	108
Figura 14 – Gráfico de espectrograma de S1 – QRCode	108
Figura 15 – Gráfico de espectrograma de S2 – QRCode	108

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	10
2	REFERENCIAIS TEÓRICOS	13
2.1	As funções da música na perspectiva da etnomusicologia por Merriam	144
2.2	Aproximação com os recursos da música contemporânea	18
2.3	A relação com a escuta	22
2.4	Relações da música com a saúde	25
2.5	Parâmetros de análise	29
3	METODOLOGIA	38
3.1	Modelos de terapias sonoras elencadas	38
3.1.1	Meditação	40
3.1.2	Paisagem sonora	41
3.1.3	<i>Solfeggio</i>	42
3.1.4	<i>Sound healing</i>	43
3.2	Análises	44
3.2.1	Análise de meditação	45
3.2.2	Análise de paisagem sonora	50
3.2.3	Análise de <i>solfeggio</i>	54
3.2.4	Análise de <i>sound healing</i>	58
3.3	Exercícios de composição	63
3.3.1	Composição de meditação	64
3.3.2	Composição de paisagem sonora	67
3.3.3	Composição de <i>solfeggio</i>	68
3.3.4	Composição de <i>sound healing</i>	71
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS	73
	REFERÊNCIAS	75
	APÊNDICE A – ANÁLISE M1	79
	APÊNDICE B – ANÁLISE M2	83
	APÊNDICE C – ANÁLISE PS1	92
	APÊNDICE D – ANÁLISE S1	93
	APÊNDICE E – ANÁLISE S2	94
	APÊNDICE F – PARTITURA DE ESCUTA SH1	95

APÊNDICE G – ANÁLISE SH1	96
APÊNDICE H – PARTITURA DE ESCUTA SH2	99
APÊNDICE I – ANÁLISE SH2	100
APÊNDICE J – LISTA DE GRÁFICOS DE ESPECTROGRAMA – QR CODE	107
APÊNDICE K – DADOS DE <i>PLUGIN</i> DE ACORDES M2	109
APÊNDICE L – DADOS DE <i>PLUGIN</i> DE NOTAS MIDI M2	112
APÊNDICE M – DADOS DE <i>PLUGIN</i> DE ACORDES PS1	130
APÊNDICE N – DADOS DE <i>PLUGIN</i> DE NOTAS MIDI PS1	131

Agradecimentos

Agradeço primeiramente ao que poderia chamar de Universo, no qual acredito ser um grande arquiteto que coloca tudo e todas as coisas em um perfeito estado de alinhamento, promovendo encontros, desencontros, estados de ser, situações benéficas e eficazes, incluindo os percalços da vida, nos oferecendo oportunidades de reagir às situações mais complexas, invocando nossa sabedoria de alguma forma pra lidar com tudo e acabar lidando com algum tipo de aprendizado. Entregue a essa trama fenomenológica de lidar com cada situação de forma única e espacial que ressalvo a importância de compreender que estive em cada lugar destinado por essa força maior, tomando as escolhas que pude tomar e ir direcionando o roteiro de minha vida até chegar na resultante que inclui este resultado de dissertação enquanto um material a ser apresentado de uma longa pesquisa.

Aos meus pais que juntos me proporcionaram um contato com a música desde o período pré-natal, cuidando de boas escolhas musicais, influências que atualmente compreendo como fundamentadores de um processo cognitivo favorável para uma boa formação. Incluindo também nos cuidados e atenções especiais que tiveram comigo desde a infância e adolescência, a todo tratamento e liberdade de permissão que me deram para conduzir minhas escolhas com sabedoria.

Aos meus amigos, que apesar de poucos, souberam compreender certas ausências em função da dedicação à pesquisa, e que sempre se envolveram nos meus experimentos musicais, compartilhando de presença, entrega, coração e *feedbacks*, além das mais altas e melhores indicações sobre meu trabalho nos meios compartilhados.

A todo movimento envolvido de práticas de terapias sonoras que me acolheram em campo prático, me permitindo experienciar a música e o sentir sutil das pessoas envolvidas em suas buscas pessoais.

Ao meu orientador que, com poucos encontros e sábios conselhos, soube sempre acolher as ideias e pontuar minhas necessidades a serem resolvidas como agulhas perfeitas nos melhores pontos de acupuntura.

Em especial agradeço dois grandes amigos que me permitiram viver momentos épicos da prática da terapia sonora Gelson Luiz e Gisele Janones, em uma vivência que tocamos nossos instrumentos pós prática de Yoga no evento de aniversário do projeto Yoga no Parque, no Parque do Sabiá, na cidade de Uberlândia – MG.

Agradeço também minha amiga do coração Kátia Silene que sempre me convidava a executar a prática de relaxamento no fim da prática de Yoga no projeto Yoga no Parque, no Parque do Sabiá, na cidade de Uberlândia – MG, onde executava sonorizações com didgeridoo, flauta nativo-americana e caracolla.

Agradeço minha amiga Darlene de Castro que me estimulou apresentando suas melhoras físicas ao se dispor de apreciar tratamentos sonoros com a técnica de frequências específicas para curar os olhos, me fazendo levar em consideração para pesquisa a inclusão do estudo destas frequências.

Agradeço bastante minhas amigas Carolina Salles e Cláudia Mendes, duas companheiras de cerimônias de Cacau Sagrado, do qual me envolvia em diversas vivências por anos, desenvolvendo práticas de *Sound Healing*.

E a todos demais envolvidos indiretamente que sempre me apoiaram e reforçaram o acreditar em mim mesmo, ajudando a enfrentar as sombras dos questionamentos sabotadores, que a pesquisa sempre sondava por estimular levantamento de problemáticas, assim não desistindo em nenhuma instância de aprofundar e acreditar no material estudado e toda sua potencialidade. Tanto é que só assim foi possível ir tão longe e a fundo neste tema.

De tudo, tanto e todos, muito obrigado.

1 INTRODUÇÃO

A utilização da música como recurso terapêutico tem se expandido significativamente nas últimas décadas, acompanhando o avanço das terapias integrativas e complementares que buscam promover o bem-estar de forma holística. Nesse contexto, as chamadas terapias sonoras vêm sendo cada vez mais exploradas tanto por profissionais da saúde quanto por pesquisadores da música e da psicologia, devido ao seu potencial de atuação sobre aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais dos indivíduos. No entanto, compreender os fundamentos e a eficácia dessas práticas exige uma abordagem que vá além da simples escuta musical passiva ou do consumo de música classificada como ‘relaxante’. É necessário investigar os sons enquanto matéria expressiva, simbólica e funcional, entendendo como eles operam sobre o corpo e a subjetividade, e como podem ser estruturados intencionalmente para finalidades terapêuticas específicas.

A proposta deste trabalho insere-se na investigação dos modos pelos quais diferentes modelos terapêuticos sonoros utilizam padrões e características sonoras recorrentes. Para isso, é fundamental ampliar o olhar sobre a música, para além da estética ocidental e de seus parâmetros, tais como melodia, harmonia e forma, de modo a abarcar uma escuta mais sensível aos aspectos timbrísticos, texturais, gestuais, rítmicos e vibracionais do som. Este movimento teórico-metodológico implica considerar as diversas formas de produção e recepção musical, valorizando práticas que, muitas vezes, foram marginalizadas pelo cânone musicológico e que hoje se revelam ricas em possibilidades de aplicação terapêutica. Compreender esses usos musicais requer um diálogo entre áreas como etnomusicologia, composição contemporânea, os estudos sobre escuta e percepção sonora, bem como as ciências da saúde que investigam os efeitos fisiológicos e psicológicos dos estímulos auditivos.

A etnomusicologia, por sua natureza transdisciplinar, oferece uma base teórica sólida para interpretar os sons a partir de seus contextos culturais, simbólicos e funcionais, tendo uma abordagem que reconhece a música como prática cultural situada, cujo sentido é construído nas relações entre sujeitos, os contextos e os sistemas simbólicos compartilhados. Nesse sentido, os sons utilizados em terapias não são neutros nem universalmente aplicáveis – eles carregam intencionalidades, histórias, modos de escuta e ressonâncias efetivas que variam conforme o grupo, a cultura e o momento. Esse entendimento contribui para a construção de modelos terapêuticos mais sensíveis à diversidade e à especificidade dos públicos com os quais se

pretende atuar, evitando a padronização de práticas que, por vezes, são retiradas de seus contextos de origem e reaplicadas de maneira genérica.

Por outro lado, como uma possibilidade de uso de ferramentas sob uma perspectiva analítica, a contextualização de certas estruturas da composição contemporânea, especialmente a música eletroacústica e experimental, contribui não apenas com ferramentas analíticas, mas também criativas, permitindo a manipulação mais refinada do som em sua dimensão material. A superação da notação tradicional e o uso de *softwares* e interfaces digitais para criar, transformar e espacializar os sons abriu novas possibilidades de construção sonora, com foco no timbre, na densidade espectral, na ressonância e nos micros detalhes acústicos. Nesse campo, a escuta se transforma em prática ativa e sensorial, aproximando o som do corpo e do tato, como enfatizado por autores como André L. Martins (2016) e Fernando Iazzetta (2009, *apud* Martins, 2016). Essa perspectiva permite considerar o som não apenas como algo a ser escutado, mas como algo a ser sentido – vibração que atua diretamente sobre o corpo, despertando sensações, imagens e afetos.

A música aqui observada e considerada como eixo central da pesquisa assume o caráter de relaxamento, podendo, assim, ser denominado de ‘música de relaxamento’. Ela está presente na cultura de forma diversificada, seja nas terapias sonoras, nos momentos anteriores ao dormir (por meio de buscas pessoais em dispositivos de reprodução), em eventos de promoção de saúde e autocuidado, entre outros contextos. Com o intuito de observar os fatores que comportam tais categorias e o que determina a música ser causadora de estados de relaxamento, a proposição de analisar as músicas em seus contextos culturais, também faz-se questionar o comportamento do ouvinte ao se propor expor frente a esta escuta que é, de certa forma, especializada, atenta, focada e muitas das vezes intencionada e motivada por desejos individuais. Trata-se de músicas presentes em rituais, de músicas que exigem um certo preparo e disposição do ouvinte para ser conduzido a realizar ações de atenção, músicas que estimulam o caráter evocativo e mimético da capacidade imaginativa subjetiva do ouvinte.

Neste sentido, a escuta acusmática, isto é, a escuta sem referência visual da fonte sonora, desloca o foco da identificação do ‘que produz som’ para o ‘como o som é percebido’, ativando uma atenção direcionada às qualidades intrínsecas do material sonoro. Essa forma de escuta é coerente com o funcionamento das terapias sonoras, nas quais o som é experimentado em sua presença imediata. A escuta guiada, muitas vezes medida por instruções verbais ou práticas meditativas, conduz o ouvinte a um estado de atenção plena, favorecendo o engajamento sensorial e a predisposição emocional. Isso implica, inclusive, uma abertura cultural: muito dos

sons utilizados nesses contextos – como tambores ancestrais, instrumentos de sopro não temperados, sinos, taças e *drones* – remetem a práticas de origem não ocidental, e sua eficácia pode depender da familiaridade ou do acolhimento subjetivo por parte do ouvinte.

No presente trabalho, portanto, propõe-se uma análise das terapias sonoras a partir de um cruzamento entre escuta qualificada, composição musical e investigação cultural. Foram selecionados diferentes modelos terapêuticos sonoros e, para cada um deles, foram analisadas obras representativas com o auxílio de ferramentas tecnológicas como *software* Sonic Visualiser, que permitiu detalhar os aspectos acústicos e estruturais dos sons. Essa análise gerou padrões e características recorrentes, os quais serviram de base para a elaboração de propostas composicionais alinhadas aos objetivos terapêuticos de cada modelo. A composição, neste trabalho, deixa de ser um exercício puramente artístico para se tornar um instrumento de mediação entre o som e a experiência do ouvinte, permitindo a construção de vivências auditivas significativas e potencialmente benéficas à saúde.

Mais do que buscar comprovar a eficácia de uma determinada terapia sonora, esta investigação se propõe a entender os modos pelos quais o som pode ser manipulado, estruturado e direcionado com intencionalidade. O que está em jogo é a articulação entre percepção, cultura, corporeidade e escuta – elementos que, juntos, constroem a base para uma nova forma de se pensar o papel da música na vida humana, não apenas como arte, mas como prática sensível, relacional e transformadora.

2 REFERENCIAIS TEÓRICOS

A prática da terapia sonora, presente em contextos, ambientes e de formas diversas, necessita de entendimento de suas aplicabilidades, que estão diretamente condicionadas as suas formas de percepção. Ou seja, é possível utilizar músicas de relaxamento em contextos ritualísticos, que exigem de uma predisposição dos ouvintes em se comportarem de uma determinada maneira em um ambiente. Essa alteração do comportamento cria, portanto, uma atmosfera de percepção propícia à indução de condições favoráveis aos estímulos sensoriais, sendo o fator sonoro um dos principais elementos dessas experiências.

Nesse sentido, podem-se destacar práticas de meditação, acompanhadas de harmonias e condução vocal, que promovem uma escuta focada em um objeto específico – o som. Rituais como práticas de Yoga acompanhados de música de relaxamento como paisagens sonoras, possuem caráter evocativo, despertando imagens e favorecendo a transposição para um espaço imaginado.

Outro espeço de obtenção destas músicas de relaxamento presente em momentos rituais são as vivências de *sound healing*, que podem ocorrer tanto em performances ao vivo quanto em registro sonoros gravados com instrumentação étnica. Essas práticas possibilitam um mergulho nas vibrações e sensações que os instrumentos evocam, considerando o fator ritual, que ‘retira’ do ouvinte um tempo de dedicação à escuta e de entrega às percepções. Esse processo envolve ainda posturas físicas confortáveis e a consciência de estar sendo conduzido e assistido em direção à intenção de relaxamento.

Por fim, outro contexto, que também pode ser entendido como ritual, embora individual, ocorre no momento em que o ouvinte busca materiais sonoros para auxiliar no sono, aliviar o estresse ou reorganização estados mentais por meio de mídias disponíveis em plataformas digitais. Nesses casos, recorrem-se a recursos como frequências específicas para dormir e paisagens sonoras.

Como forma de diálogo entre as áreas do conhecimento que tangenciam, de alguma forma, as terapias sonoras, faz-se necessário discutir as diferentes perspectivas sobre o aspecto musical, considerando suas características em função de seus usos. Isso permite maior maleabilidade na condução de análises posteriores, afastando-se de conceitos enraizados de apreciação estética tradicional e partindo para propostas voltadas à eficácia de seus recursos. Além disso, contribui para compreensão de novas dinâmicas estéticas possíveis dentro das abordagens metodológicas que consideram os componentes culturais compartilhados com o

público-alvo. Segue, portanto, uma apreciação das perspectivas da etnomusicologia, do pensamento da composição contemporânea e de seus recursos analíticos e de escuta, bem como das finalidades creditadas aos aspectos dos potenciais efetivos dos sons e suas relações com a saúde.

2.1 As funções da música na perspectiva da etnomusicologia por Merriam

A história da humanidade é permeada pela relação com o som e a música, como manifestações que transcendem fronteiras culturais e temporais. Ao longo dos séculos, a arte de compor tem desempenhado um papel fundamental na expressão da complexidade da experiência humana, servindo como um veículo poderoso para transmitir emoções, narrativas e ideias. Além de sua inegável importância cultural, a música é uma fonte rica de valores que vão além do âmbito artístico, influenciando aspectos sociais, psicológicos e até mesmo físicos da existência humana.

A música e os sons transcendem não apenas os espaços de palco, fazendo-se presentes em diferentes contextos da vida cotidiana das pessoas, desde os rituais ancestrais até manifestações contemporâneas, tendo participação na construção e na expressão de identidades individuais e coletivas e também para a transmissão e preservação de tradições culturais. Além disso, os sons ambientes e musicais exercem uma função significativa na configuração de sociedade, influenciando a percepção e a experiência da mesma. Nesse sentido, a música e os sons não são apenas formas de entretenimento ou expressão artística, mas também elementos fundamentais na construção de significados, na negociação de poder e na formação de relações sociais dentro das comunidades. Estes e outros conceitos são abordados na perspectiva etnomusicológica por Alan P. Merriam em *The anthropology of music*, de 1964, que considera também possível que:

[...] a música atravessa todos os aspectos da sociedade; como comportamento humano, a música está relacionada sincronicamente a outros comportamentos, incluindo religião, teatro, dança, organização social, economia, estrutura política e outros aspectos. [...] outra sugestão é que a música é principalmente um meio de liberação de tensão psicológica (Merriam, 1964, p. 47, tradução própria)¹.

¹ [The information we have at hand suggests strongly that in terms of use,] music cuts across all aspects of society; as human behavior, music is related synchronically to other behaviors, including religion, drama, dance, social organization, economics, political structure, and other aspects. [...] another suggestion is that music is primarily a means of release of psychological tension (Merriam, 1964, p. 47). (Texto original)

Nas considerações dos fatores comportamentais que a música pode influenciar e suas importantes facetas a serem analisadas, é imprescindível abordar sua relação cultural com os aspectos humanísticos. Sendo assim, o papel da etnomusicologia enquanto ferramenta de pesquisa se torna fundamental para visualizar e compreender os parâmetros de maior relevância para a pesquisa. Com essa compreensão de que nem toda música tem a mesma função² ou a mesma interpretação para ser usada de forma única, é possível aplicar o olhar da própria cultura sobre si mesma, sem aplicar juízos de valores determinantes de uma cultura sobre outra. O estudo da música de forma puramente descritiva³ se contradiz, a etnomusicologia propõe um estudo multidimensional levando em conta os aspectos históricos, psicológicos, sociais, estruturais, culturais, funcionais, físicos, estéticos e simbólicos (Merriam, 1964, p. 31).

Sabemos que alguma música nessas sociedades é usada exclusivamente para entretenimento; não sabemos se isto constitui a base para julgamentos relativos à arte “pura”, nem sabemos se os povos não alfabetizados consideram as canções usadas para fins medicinais, por exemplo, como uma forma de música mais “aplicada” (Merriam, 1964, p. 212-213, tradução própria)⁴.

Quando se faz distinções, acaba-se lidando com casos específicos dentro da nossa própria sociedade, em vez de generalizar para todas as sociedades, sobrepondo principalmente às não alfabetizadas. Há um foco principalmente no que se pode chamar de “música artística”, sem levar em conta os muitos outros tipos de músicas que também fazem parte da nossa cultura musical. Se essas distinções têm algum fundamento, o que é provável, é válido questionar se as exceções não são tão relevantes a ponto de comprometer qualquer utilidade que essas distinções possam ter. De qualquer forma, descrever o papel da música dessa maneira não trata exatamente de sua função, mas sim de destacar como ela é utilizada (Merriam, 1964, p. 213). Nossas práticas, estéticas, poéticas e recortes históricos continuam moldados por paradigmas coloniais,

² Merriam faz uma diferenciação para distinguir usos e funções da música para as culturas, o que impacta diretamente nas perspectivas de entendimento das mesmas, sendo assim, define ‘uso’, que se refere à situação em que a música é empregada na ação humana; ‘função’ que diz respeito às razões da sua utilização e, particularmente, ao propósito mais amplo a que serve (Merriam, 1964, p. 210).

³ Refere-se ao termo utilizado pelo autor Merriam que classifica etnomusicologia descritiva como um período da consideração da ciência que analisava unicamente os sons como sistema musical, desconsiderando os aspectos sociais e culturais, que impactam nos comportamentos humanistas (Merriam, 1964, p. 29 – 31).

⁴ *We do know that some music in such societies is used exclusively for entertainment; we do not know whether this forms the basis for judgments concerning “pure” art, nor do we know whether nonliterate peoples regard songs used for medicinal purposes, for example, as a more “applied” form of music* (Merriam, 1964, p. 212-213). (Texto original)

o que enfraquece os esforços de promover pensamentos e comportamentos decoloniais⁵. Assim, é impossível desconsiderar as tensões, torções e lacerações que comprometem nossas trajetórias como artistas e acadêmicos, e, conseqüentemente, nossas vidas pessoais (Messina *et al.*, 2020, p. 105).

Para melhor entender o que é esta etnomusicologia, Merriam (1964) refere-se ao termo a partir da junção de estudos musicológicos e antropológicos, em que os primeiros fornecem conhecimentos a respeito de sons musicais, processos sonoros, e os outros, por sua vez contribuem para a compreensão de processos da vida do ser humano (Merriam, 1964, p. viii). Mesmo que a proposta de tal junção possa abordar de forma holística o comportamento musical, para o âmbito da pesquisa encontram-se questões em suas metodologias que ganham atenção de pesquisadores nesta área:

A etnomusicologia carrega em si as sementes da sua própria divisão, pois sempre foi composta por duas partes distintas, a musicológica e a etnológica, e talvez o seu maior problema seja a mistura das duas de uma forma única que não enfatiza nenhuma delas, mas leva em conta ambas. Esta dupla natureza do campo é marcada pela sua literatura, pois enquanto um estudioso escreve tecnicamente sobre a estrutura do som musical como um sistema em si, outro opta por tratar a música como uma parte funcional da cultura humana e como parte integrante de um sistema mais amplo (Merriam, 1964, p. 3, tradução própria)⁶.

Ao desenvolver a pesquisa com base no material estudado, observou-se que alguns conteúdos propostos na investigação apresentaram particularidades relevantes quando analisados sob a perspectiva da etnomusicologia. Jaap Kunst (1974) coloca que os objetos de estudo podem ser os instrumentos tradicionais dos estratos culturais da humanidade⁷, desde primitivas até nações civilizadas, aspectos sociológicos da música não-ocidental, fenômenos de aculturação e influências que geram aculturação⁸ (Kunst, 1974, p. 1). Mantle Hood considera como objeto de investigação a música como uma arte física, um fenômeno psicológico, estético e cultural visando principalmente o conhecimento sobre música (Hood, 1957, p. 2, *apud*

⁵ Messina (*et al.*, 2020, p. 103 – 105) explica a direta influência da ‘colonialidade do saber’ como uma herança lógica colonial, reconhecendo que a historicidade e o pensamento estético e estilístico da música também seguiram com seus esforços de propagação, tornando necessário romper com os paradigmas coercitivos do saber, com a ‘desobediência epistêmica’ da teoria decolonial.

⁶ *Ethnomusicology carries within itself the seeds of its own division, for it has always been compounded of two distinct parts, the musicological and the ethnological, and perhaps its major problem is the blending of the two in a unique fashion which emphasizes neither but takes into account both. This dual nature of the field is marked by its literature, for where one scholar writes technically upon the structure of music sound as a system in itself, another chooses to treat music as a functioning part of human culture and as an integral part of a wider whole* (Merriam, 1964, p. 3). (Texto original)

⁷ Instrumentos musicais que pertencem a diferentes culturas e tradições ao longo da história humana.

⁸ Definindo como aculturação um processo dinâmico de transformação de uma cultura ocorrendo em tempo presente (Herskovits, 1948, p. 525 *apud* Merriam, 1964, p. 303).

Merriam, 1964, p. 6). E por fim Gilbert Chase sugere uma ênfase no homem contemporâneo, em qualquer sociedade que pertença, seja primitiva ou complexa, ocidental ou oriental (Chase, 1958, p. 7, *apud* Merriam, 1964, p. 6). Messina (*et al.*, 2020) apresenta a percepção de que os princípios poéticos e estéticos são inevitavelmente comprometidos com uma espécie de lógica eurocêntrica devida à colonização, comparando com os significantes utilizados pelo compositor/executor/teórico de música, mesmo que contemporânea ou experimental, frequentemente coincidem com essa matriz de pensamento (Messina *et al.*, 2020, p. 104).

Neste sentido, pode-se afirmar que os objetos selecionados para esta pesquisa demonstram um caráter de observação da música como comportamento presente em diferentes culturas e tradições. Tais práticas, quando inseridas em propostas e ambientes adequados, refletem comportamentos de relaxamento como finalidade a ser atingida, às vezes comercializada, e em alguns casos, até mesmo de ser pensada sob a perspectiva da colonização.

A etnomusicologia busca promover o estudo e a apreciação de músicas não ocidentais, defendendo-as de críticas e interpretações inadequadas, tendo em seus objetivos a proteção e valorização destas expressões musicais, evitando o equívoco de se enfatizar excessivamente a preservação dessas tradições, considerando-se a inevitabilidade das mudanças culturais musicais (Merriam, 1964, p. 8 – 9). Em se tratando das possibilidades das mudanças, pode-se destacar que as mudanças internas em uma cultura estão fortemente ligadas aos conceitos musicais que ela adota. Ou seja, as ideias sobre a origem da música, o processo de composição, a forma de aprendizado e outros aspectos estabelecem a estrutura cultural que define se as mudanças são estimuladas, restringidas ou aceitas. Outro ponto, frequentemente reconhecido, é que, dentro de um mesmo sistema musical, certos tipos de música são mais propensos a mudar do que outros. Isso leva à suposição de que a música religiosa apresenta menor tendência à mudança em comparação com a música social ou recreativa. A justificativa para essa suposição é que a música religiosa está intimamente ligada ao ritual, enquanto a música recreativa, por exemplo, é utilizada apenas como pano de fundo para outras atividades. Assim, o argumento é que a música religiosa faz parte integral dos rituais e não pode ser alterada sem impactar outros elementos da prática religiosa (Merriam, 1964, p. 307 – 308).

Assumindo que a música pode conter papéis significativos tanto para músicos quanto para não músicos, entende-se que há influências de comportamento que moldam interações sociais diferentes. Os músicos, muitas vezes, se comportam de maneiras específicas devido ao estereótipo associado ao comportamento musical e à sua imersão na prática artística. Por outro lado, aqueles que não são músicos experimentam a música de maneiras que afetam suas

emoções e até suas reações físicas. O comportamento em um evento musical pode variar significativamente em função das convenções culturais do sistema em que está inserido. Essas convenções influenciam como a música é percebida, vivenciada e interpretada, criando diferenças nas respostas sociais a diferentes tipos de eventos musicais (Merriam, 1964, p. 15, 19). E, tomando consciência destas observações do lugar de percepção e vivência musical, é possível, além disso, notar que em muitas culturas a atribuição do fazer musical do músico é tomada por uma função além das preocupações que conhecemos, pois a música não é necessariamente definida pela beleza e harmonia, mas pela capacidade de expressar ideias. Cada cultura molda os sons da música de acordo com suas normas, decidindo o que é apropriado ou não, tornando seu entendimento profundamente enraizado nas práticas culturais e sociais (Merriam, 1964, p. 27).

Como forma de lidar com tal objeto de pesquisa, a etnomusicologia conta com a realização de análise técnica do material sonoro recolhido utilizando-se de equipamentos especiais para transcrição e análise. Portanto, o olhar desta pesquisa se desenvolve melhor a partir das perspectivas etnomusicológicas devido à forma oriunda das terapias sonoras de tradições meditativas e culturas de rituais de cura, práticas culturais e tradicionais que incluem zen, mantra, *mindfulness*, meditação contemplativa, cerimônias indígenas, ambas compartilhando um tema comum, a atenção a um objeto específico, podendo ser a respiração, pensamentos, sentimentos, palavras, frases e/ou estímulos sensoriais (Philips *et al.*, 2019, p. 2).

2.2 Aproximação com os recursos da música contemporânea

Como parte da investigação voltada à compreensão e criação de composições destinadas a terapias e ao relaxamento, elementos da música eletroacústica destaca-se como uma oportunidade emergente, oferecendo um terreno fértil para análise e exploração composicional. Essa vertente possibilita o desenvolvimento de obras que aliam inovação sonora ao desenvolvimento de percepções sobre as práticas terapêuticas, ampliando as fronteiras da aplicação musical em contextos de bem-estar. No cerne dessa abordagem de pesquisa está a influente teoria de Schaeffer (1988) sobre a escuta no contexto da música concreta, pela percepção do fenômeno sonoro (de acordo com a fenomenologia de Husserl) que privilegia os sons em si mesmos, condicionando-os às significações de percepção singular (Salgado, 2005, p. 14). Nesse sentido, ao empenhar-se sobre composições voltadas ao relaxamento, torna-se crucial entender as características constituintes dos sons, como timbre, textura e dinâmica, e

extrínsecos como suas relações com o mundo, o que permite a compreensão de seu papel vital na criação de atmosferas sonoras capazes de induzir, durante as terapias sonoras, aos estados de calma e introspecção.

Schaeffer (1988) entendia que a música abstrata que utilizava de predefinições, como fórmulas matemáticas, serialismo, padrões como constelações, sequência áurica e mais, sem o confronto perceptivo prévio, era ousadia, e que a música concreta também não conseguia se definir por completo de uma vez só. Assim, a proposição de música experimental, seria ainda mais aceitável, enquanto terminologia.

Quando se pensa nas propostas de Schaeffer (1988) sobre os objetos sonoros e nos principais recursos da utilização de matérias-primas para a composição da música concreta⁹, era perceptível a importância dos aspectos sonoros como recursos valiosos que, além da experiência auditiva, impactavam o ouvinte ao estimulá-lo a participar ativamente da escuta, exigindo que a composição fosse cuidadosamente planejada.

Schaeffer (1988, p. 199-214) apontava para três níveis de composição que existiriam tanto na linguagem falada, quanto na linguagem musical tradicional. O primeiro era definido como aculógico¹⁰ e tratava do conjunto de sons selecionados e determinados pela tradição instrumental, que segue a correspondência fonológica, dos fonemas¹¹, este é o nível dos objetos sonoros. O segundo nível seria relativo à constituição de um sistema de referências, conformado pelo léxico e regras. Na música acontece pela relação melódico-harmônico do sistema tonal. O terceiro nível, diria respeito ao conteúdo, o sentido que se confere, podendo ser entendido de forma distinta conforme a cultura que estabelece a formação do ouvinte. No caso da cultura ocidental acontece uma escuta com referência na tonalidade ou modalidade, como exemplo da relação que estabelece o ouvinte entre o modo maior com a alegria e o modo menor com melancolia.

A ideia de Schaeffer era de que a própria montagem e organização dos sons justificariam e seriam o próprio motivo de análise, ou seja, uma nova forma de observar os materiais. Mesmo que as percepções os registrassem menos afinados, seriam mais ‘naturais’. Outro fator para este tipo de construção com os sons seriam as convenções universais (Schaeffer, 1988, p. 215).

⁹ Termo proposto por Schaeffer em 1948 na intenção de inverter o sentido do trabalho musical, desde a escrita e a produção sonora para as abstrações dos valores musicais (Schaeffer, 1988, p. 23).

¹⁰ Disciplina consagrada ao estudo do objeto sonoro e dos critérios distintivos que servem como base para a escolha de valores musicais (Salgado, 2005, p. 22).

¹¹ Assim como os fonemas não têm significado isoladamente, mas funcionam como blocos construtivos da linguagem, os sons aculógicos funcionam como elementos estruturais da música tradicional, sendo combinados e articulados conforme regras estabelecidas para formar frases, temas e discursos musicais.

Depois do trabalho iniciado por Schaeffer e essas definições sobre a música concreta e seus caminhos, Smalley (1996) continua a proposta abordando os aspectos intrínsecos e extrínsecos dos sons como forma do processo de estruturação da escuta e da descrição dos materiais sonoros. Propõe definições sobre os aspectos intrínsecos do som, características como reconhecimento espectral do som, ou seja, pelas relações com suas características constitutivas. Enquanto os aspectos extrínsecos são considerados quando seus elementos e suas relações se referem a experiências externas ao contexto criado, aplica-se um pouco do âmbito da escuta causal, que será mencionado posteriormente neste trabalho quando referido aos tipos de escuta (Salgado, 2005, p. 68). Denis Smalley (1996) expandiu a visão sobre a música eletroacústica com sua teoria da ecologia sonora, a qual não apenas considera os sons isolados, mas também suas inter-relações espaciais e temporais.

Denis Smalley (1996) aponta três relações entre o ouvinte e os sons, sendo elas as relações indicativa, reflexiva e interativa. A relação indicativa que é uma forma passiva ou ativa, a depender se o evento sonoro surpreende ou é esperado, ou seja, se gera uma expectativa no ouvinte ou de forma cíclica que se torna esperado. A relação reflexiva coloca o sujeito como centro, que responde emocionalmente ao objeto de percepção, que é de forma subjetiva. E a relação interativa exige do sujeito uma atitude ativa de explorar as qualidades e as estruturas do objeto em suas características, ou seja, cabendo ao ouvinte estabelecer conexão com o som, podendo envolver estética (Salgado, 2005, p. 43).

Martins (2016) apresenta uma problemática que determina que as relações artísticas que transitam na contemporaneidade não cabem numa taxonomia rígida, existe sim uma relação complexa entre artes e tecnologia, que não deixa de passar por um período de adaptações, desvinculando suas obras e performances de categorias tradicionais, o que sugere novas denominações. Martins, (2016) cita as relações artista-tecnologia de Caroline A. Jones (2006, p. 6 *apud* Martins, 2016, p. 72) que sugere algumas categorias que os artistas seguem, de forma:

- a) imersiva, que mergulha o ouvinte no som e/ou o resguarda do som ao seu redor;
- b) alienada, que apresenta uma estranheza e fetichiza atributos para provocar choque ou confundir o público, desorganizando seus sentidos e induzindo desorientação;
- c) interrogativa, que relê outros trabalhos alargando suas propriedades e estéticas originais;
- d) residual, que permanece utilizando recursos tecnológicos ‘ultrapassados’;
- e) resistentes, que recusam o uso convencional de uma tecnologia, desafiando o público a questioná-la e transformá-la;

f) adaptativos, que se apossa de determinadas tecnologias aplicando-as criativamente na produção de novas reflexões sobre práticas artísticas (Martins, 2016, p. 72 – 73).

Ao aplicar essa perspectiva à análise das estruturas de músicas para relaxamento, é possível mergulhar nas complexidades das texturas sonoras, explorando como elementos individuais se combinam e evoluem no tempo, criando paisagens acústicas que envolvem e acalmam. Essa abordagem não apenas amplia o entendimento da música relaxante, mas também sugere novas possibilidades composicionais, em que a organização do som é moldada pela sequência de eventos e pela interação entre eles.

Ao combinar metodologias da música eletroacústica com as demandas específicas de composição voltadas ao relaxamento, os músicos têm a oportunidade de criar obras que transcendem o mero entretenimento, explorando os limites do som como ferramenta terapêutica e de introspecção. Essa abordagem analítica, composicional e performática enriquece o campo da música relaxante e contribui para uma compreensão mais profunda do potencial transformador no contexto contemporâneo da música em terapias sonoras.

Em oposição a experiências musicais que envolvam partituras, intérpretes instrumentais, algum tipo de apoio visual ou qualquer outro intermediário não sonoro, no contexto desse trabalho dá-se ênfase especial a experiências musicais que se completem fundamentalmente através da experiência perceptiva do sonoro (Salgado, 2005, p. 23).

O uso do instrumental eletrônico e digital levou a composição musical para outras dimensões de estrutura, forma, timbre, performance, difusão e recepção. O som estável das abordagens tonais, passíveis de ser abstraídos em um único sistema de notação, passou a ser visto como material heterogêneo e multifacetado, produto de múltiplas ações simultâneas e não-lineares existentes do âmbito algorítmico ao objeto sonoro (Thomasi, 2016, p. 2).

Outra forma de perceber a contemporaneidade pela parte da performance de um instrumentista, pode ser apresentando reflexões sobre as técnicas estendidas que, segundo Rael Bertarelli G. Toffolo (2010), possuem abordagens dependentes de momentos históricos, por conta de sua natureza evolutiva. Na perspectiva de Sonia Ray há uma dificuldade de determinar se as técnicas são inovações na forma de executar um instrumento, utilizando-as em um novo contexto, ou se são técnicas tradicionais evoluídas para novas técnicas (Ray, 2011, p. 1). Este entendimento também é compartilhado por Alexandre Rosa sobre termos de ‘inovação’ e ‘evolutiva’ (Rosa, 2014, p. 17).

Por outro lado, é apresentado o contexto de ‘não usual’ para determinar como técnicas estendidas as possibilidades instrumentais, gestuais e sonoras pouco utilizadas, de acordo com

o contexto histórico, estético e cultural (Padovani; Ferraz, 2011, p. 11). A partir desse tipo de pensamento que relativiza a noção de ‘novo’, evidencia como a ideia social de música foi construída em torno de uma obsessão pelo moderno (Messina *et al.*, 2020, p. 107).

Martins (2016) ressalta que a altura da nota perdeu sua hegemonia e autoridade há tempos, junto de seus parâmetros abstratos e que os instrumentos digitais, ou os acústicos acoplados à interfaces digitais e computadores móveis, tem sido capazes de registrar, criar, manipular e processar eventos sonoros abrindo uma fenda irreversível no fazer musical, ampliando as possibilidades artísticas para quem se interessa em sons sintetizados, naturais, orgânicos, ruidosos e timbres diferenciados, fazendo essa experimentação sonora aproximar-se cada vez mais do toque, da pele, do tato, do corpo (Martins, 2016, p. 68). “O corpo confere uma dimensão biológica à música que raramente é notada na musicologia” (Iazzetta, 2009, p. 75 *apud* Martins, 2016, p. 68). Dito isso, a utilização de recursos tecnológicos como ferramentas para produção de músicas de relaxamento – que vão desde a incorporação de conteúdos sonoros provenientes de culturas antigas até a reprodução em alto-falantes – sugere uma adequação e até um aproveitamento desses recursos. Tal processo torna viável a difusão das motivações associadas ao uso do som enquanto produto promotor de bem-estar, passível de ampla circulação, além de configurar-se como mais um recurso de exploração à disposição do compositor na busca por novas sonoridades moldadas.

2.3 A relação com a escuta

Como consequência de a música utilizada em forma de terapia sonora não ser mediada por nenhum sistema de abstração, ou seja, por nenhuma notação ou outro tipo de codificação, que revele para o ouvinte nada além da sua própria existência sonora, se torna necessário uma forma de aprimoração da escuta musical. Para considerações dessa escuta são adotados os conceitos trabalhados por Schaeffer (1988).

Em 1948, Schaeffer foi precursor da proposta do termo ‘música concreta’, acreditando que no lugar de anotar as ideias musicais com símbolos, conseguiria confiar em recolher o concreto sonoro, sem importar sua origem, abstraindo seus valores contidos (Schaeffer, 1988, p. 23). Em consequência disto, observou que era necessário complementar com o par fazer/entender, no sentido de que entender “seja uma atividade subjacente à percepção sonora, que constitui em um procedimento seletivo dirigido à construção de um sentido frente a um aspecto particular do som” (Salgado, 2005, p. 21). Se faz necessário estudar com detalhe o

‘entender’, ou seja, os aspectos envolvidos no processo perceptivo, para poder traçar bases nesses aspectos e utilizar as ferramentas que permitem identificar e qualificar estas percepções (Salgado, 2005, p. 26), com intuito de aplicar estes conceitos na compreensão dos eventos sonoros presentes nas músicas de relaxamento, auxiliando a compreensão de uma forma de análise estrutural de ordenação composicional.

É apontado que haja uma diferenciação entre ouvir e escutar, em que o primeiro é a percepção pelo órgão auditivo e o segundo é dar atenção, ficar atento para ouvir. Sendo assim, um é uma percepção passiva do som, e o outro é uma função ativa da percepção sonora.

Segundo Schaeffer (1988), a percepção sonora divide-se de quatro maneiras diferentes: escutar, ouvir, entender e compreender. Em que escutar dirige atenção ao evento ou acontecimento por trás do som; ouvir sendo o ato físico do impacto sonoro; enquanto que entender destaca um som entre outros, implicando em selecionar, dependendo de nossas experiências e interesses particulares; e por fim, compreender que toma o som como um signo, num contexto estrutural, em uma linguagem. Assim, tem-se que compreender e escutar são objetivos, e ouvir e entender são subjetivos.

Quando se estruturam novas formações composicionais, principalmente pensando nos recursos tecnológicos envolvidos na produção sonora atualmente, que os processamentos permitem a criação de novos sons, timbres e objetos sonoros, além de proporcionar diretamente novos meios de análises, conforme o comportamento que esses novos sons tomam forma, é possível “[...]entender que esses processos refletem diretamente na escuta, e vice-versa. Isto não tem a ver somente com o reconhecimento de técnicas, mas com a construção e design da identidade de um determinado evento sonoro” (Thomasi, 2016, p. 4).

A objetividade da escuta acontece por depender de um sistema, de uma cultura que atribui um signo ou importação contida, um indício e direcionamento, enquanto a subjetividade precisa de uma experiência relativa, da capacidade de cada sujeito. De forma geral, compreendemos porque entendemos e escutamos porque ouvimos, o objetivo acontece através do subjetivo. Este tipo de observação, ainda apresentado por Schaeffer (1988), inclina-se para fenomenologia, ao identificar e propor que não exista objetividade absoluta, que o objeto seja a causa da percepção, e a consequência da percepção se revela uma capacidade de explicá-la, logo a fenomenologia aplica ao mundo uma percepção igual quando submetida repetidas vezes e intersubjetivas.

Nas práticas de terapias sonoras, o ouvinte, muitas vezes, é um frequentador de determinados ambientes ou possui uma predisposição para realizar escutas atenciosas. Trata-se

de uma postura em relação ao som, marcada pela disposição em ouvir, que favorece uma entrega mais profunda à experiência sonora. Essa escuta vai além de apreciação estética e se distingue da escuta analítica, configurando-se como uma escuta atenta às subjetividades evocadas pelo som e, até mesmo, ao modo como os eventos sonoros se manifestam.

A partir destes conceitos se estabelecem, pela perspectiva de Schaeffer, três tipos de escuta: a escuta semântica, que consiste no som e seu significado¹² dos valores musicais; a escuta causal, que aponta indício¹³ do acontecimento do som; e a escuta reduzida, que visa as qualidades do objeto sonoro. As escutas semântica e causal, se pratica em qualquer contexto, desde intenção natural, reconhecimento de uma linguagem, ou qualquer outra forma, porém, a escuta reduzida necessita de uma prática, uma maneira de exercitá-la conscientemente, para isto a situação acusmática pode facilitar (Salgado, 2005, p. 37). Com a percepção destas três formas de escuta, Schaeffer (1988) faz a proposta de identificação de um objeto entre outros, denominando assim de tipologia, e a proposta de, através do manuseio do som, qualificar suas características, denominando de morfologia. Logo, surge a definição de ‘tipo-morfologia’, também chamada *aculogia*, sendo esta uma tentativa de aproximação entre tema e versão pela percepção individual, a escuta reduzida e a descrição dos sons.

Salgado (2005) menciona o aprofundamento uma ideia de dualismo abordada nos objetos sonoros tanto como partículas isoladas quanto como partes de uma estrutura maior. Isso significa que um objeto sonoro pode ser analisado individualmente, como uma unidade com identidade própria, mas também pode ser entendido como um fragmento dentro de uma estrutura sonora mais ampla, da qual ele faz parte e ajuda a definir. Já Smalley (1997), com o conceito de espectromorfologia, investiga como os espectros sonoros — ou seja, as características frequenciais dos sons — se transformam ao longo do tempo, formando uma morfologia sonora. Esses aspectos, segundo Salgado (2005, p. 69), são constituintes da materialidade do som. Para perceber essas nuances, é fundamental a escuta reduzida proposta por Schaeffer, que permite uma atenção mais minuciosa aos detalhes internos do som, desdobrando-o em sua complexidade.

E por último, para que tal procedimento seja possível, não resta mais que confiar na própria escuta, enaltecida através da situação acusmática (Salgado, 2005, p. 20). O que conecta as práticas de terapias sonoras com as propostas de escuta apresentadas são as relações que os ouvintes/público estabelecem de forma a concentrar/focar nos sons, propostas estas que podem

¹² Funcionalidades relativas aos planos harmônico, reforço e valores.

¹³ Informa a origem do evento sonoro, fonte ou modo de emissão, gestualidade ou qualidade.

ser geralmente instruídas antes da exposição, ou que já são premeditadas por quem busca este tipo de terapias.

Nos experimentos propostos por Philips (*et al.*, 2019, p. 4) com grupos de voluntários para exposição sonora, há sempre instruções de atenção aos sons que estão sendo propostos, ressaltando e conduzindo a escuta. Outro fator são as meditações que sugerem uma atenção plena e focada em objetos específicos. Não se pode deixar de observar também que o interesse do ouvinte na procura destes estímulos sonoros já pressupõe certo contato, ou pelo menos pré-disposição e abertura, para com determinadas culturas que originaram tais práticas, assim, não causando estranheza nos sons arquetípicos possíveis de estarem presentes nas composições ou suas diferenciações de estilos com as músicas tradicionais ocidentais. Merriam (1964) apresenta sobre essa influência do ouvinte com a escuta intencionada:

Já discutimos anteriormente a resposta física do ouvinte, mas o seu comportamento também é moldado pela natureza do evento social em que a música ocorre. [...] Assim, o ouvinte responde socialmente à música de diferentes maneiras, dependendo tanto da situação como do seu papel nela (Merriam, 1964, p. 144, tradução própria)¹⁴.

2.4 Relações da música com a saúde

A variedade de aplicações terapêuticas da música em diferentes culturas tem sido objeto de estudo de diversos pesquisadores. Bruno Nettl faz uma exploração dos efeitos da música primitiva e folclórica relevantes para a musicoterapia (Nettl, 1955, *apud* Merriam, 1964). Contemplando essa perspectiva, Frances Densmore sugeriu que, entre os índios americanos, as canções de cura constituem uma categoria específica, marcada por ritmos irregulares, “produzidos por mudanças frequentes de acentuação”¹⁵, identificadas através de “alterações na métrica”¹⁶ (Densmore 1954, p. 109; *apud* Merriam, 1964, p. 111).

Embora seja bem estabelecido que a música frequentemente acompanha rituais de cura em sociedades não letradas, detalhes precisos sobre sua influência – seja conforme verbalizadas pelos membros dessas culturas ou observado por pesquisadores – raramente são reportados além de termos genéricos. Na tradição ocidental, a relação entre música e cura remonta a milênios.

¹⁴ *We have previously discussed the physical response of the listener, but his behavior is also shaped by the nature of the social event in which music occurs. [...] Thus the listener responds socially in different ways to music, depending both upon the situation and his role in it* (Merriam, 1964, p. 144) (Texto original).

¹⁵ *"produced by frequent changes of accent"* (Texto original).

¹⁶ *"changes in measure lengths"* (Texto original).

Os egípcios e os antigos hebreus, há aproximadamente quatro mil anos, viam a música de maneira distintas: os egípcios referiam-se a ela como uma ‘medicina para a alma’, enquanto os hebreus a empregavam para tratar distúrbios físicos e mentais, como ilustrado na passagem bíblica em que Davi toca harpa para aliviar o sofrimento do rei Saul. Além disso, figuras como Tales, em 600 a.C., teriam curado pragas, como a que ocorreu em Esparta, por meio da música, enquanto Pitágoras recomendava seu uso para tratar distúrbios mentais. No que tange aos efeitos fisiológicos, conforme resumido por Charles M. Discrens (1926), experimentos demonstraram influências diretas da música na circulação sanguínea tanto em humanos quanto em animais.

Referências mais específicas como de Dogiel indicaram que a música pode elevar ou reduzir a pressão arterial, influenciar a medula oblongada em relação ao nervo auditivo, acelerar as contrações cardíacas e provocar variações na respiração (Dogiel, 1830, *apud* Merriam, 1964, p. 111). Além disso, tais variações dependem de elementos como tom, intensidade e timbre do som, bem como de idiosincrasias individuais e até mesmo da nacionalidade do indivíduo (Discrens, 1926, p. 131 *apud* Merriam, 1964, p. 111 – 112). Esses estudos evidenciam a conexão entre a música e o organismo biológico humano através dos tempos e culturas.

A música e o som têm sido utilizados desde tempos imemoriais para fins terapêuticos, socioculturais e espirituais. Historicamente, os curandeiros tradicionais ou xamãs usaram sons, especialmente sons repetitivos, para entrar em transe ou estado de consciência alterada. Sabe-se que os monges tibetanos usam sons em suas práticas pessoais de meditação. Além disso, a musicoterapia é uma modalidade amplamente pesquisada que demonstrou benefícios para diversas condições de saúde física e mental (Philips *et al.*, 2019, p. 2, tradução própria)¹⁷.

Para Lars O. Bonde (2011, p. 2) a musicoterapia é uma disciplina definida como o estudo e aprendizado da relação entre música e saúde; enquanto prática profissional a musicoterapia é música de saúde em um processo de colaboração entre terapeuta e paciente/cliente.

Bonde denomina música saudável aquele tipo de música que permite seu uso como experiências que regulam estados emocionais ou de relação para promover bem-estar, sendo eles terapêuticos ou não, podendo também ser assistidos ou auto aplicados (Bonde, 2011, p. 2).

¹⁷ *Music and sound have been used since time immemorial for therapeutic, sociocultural and spiritual purposes. Historically, traditional healers or shamans have acquired the use of repetitive sounds, especially to induce trance or altered states of consciousness. Tibetan monks are known to use sounds in their personal meditation practices. Additionally, music therapy is a widely researched modality that has demonstrated benefits for a variety of physical and mental health conditions* (Philips *et al.*, 2019, p. 2) (Texto original).

Há uma diferenciação entre “música medicina”¹⁸ e musicoterapia, em que a primeira é a própria música selecionada, que é especialmente composta e tem um efeito, enquanto a segunda é a experiência musical que está embutida na relação terapêutica (Bonde, 2011, p. 2).

No contexto de nossa atualidade, a música continua a desempenhar múltiplos papéis, incluindo o de facilitar o relaxamento e proporcionar um bem-estar biopsicossocial¹⁹. O método conhecido como *sound healing*, como uma das terapias sonoras em geral, tem ganhando destaque, e também outras terapias baseando-se, principalmente, em determinadas frequências e padrões sonoros que são usados para promover o bem-estar físico, mental e emocional. Estudos recentes têm explorado os efeitos terapêuticos dos sons, como o trabalho de Masala e Merolle (2017) que examinam como certas frequências podem afetar positivamente o sistema nervoso e reduzir o estresse.

Bonde (2011) elabora um quadro²⁰ em que distribui as atividades e fazeres que envolvem a relação entre música e saúde, a ‘música medicina’ (que possui semelhanças com o termo terapia sonora) se encontra no terceiro quadrante, de suporte individual e auxílio para o corpo, ou seja, conta com:

[...] o conhecimento profissional do potencial psicofisiológico das intervenções sonoras e musicais [que] pode subsidiar práticas clínicas voltadas para a promoção da saúde de cada paciente/cliente. Na música medicina e seus produtos, músicas especialmente selecionadas podem ser apropriadas para fins de cura sonora ou musical, por exemplo, relaxamento (Bonde, 2011, p. 6, tradução própria).²¹

As técnicas contemporâneas de relaxamento fazem uso diversificado da música, reconhecendo seu poder de influenciar estados mentais e emocionais. Uma abordagem popular é o uso de mantras²², palavras ou frases repetidas ritmicamente, muitas vezes acompanhadas

¹⁸ Música medicina refere-se a uma área especializada dentro do campo da música, saúde e bem-estar, que envolve a utilização de música em contextos médicos para reduzir a percepção de dor e ansiedade em pacientes, com o objetivo de melhorar parâmetros psicológicos e fisiológicos, como evidenciado em estudos de longo prazo com milhares de participantes (Spintge, 2012, *apud* MacDonald, 2012, p. 4).

¹⁹ Bonde (2011) apresenta uma estrutura teórica de Hanser (2010) como uma prática integrativa da medicina mente-corpo, enfatizando “as interações entre emoções, pensamentos, relacionamentos, comportamento e espiritualidade na determinação de uma boa saúde” (Hanser, 2010, p. 852 *apud* Bonde, 2011, p. 11).

²⁰ Disponível em anexo 1 para melhor compreensão.

²¹ [In this quadrant,] professional knowledge of the psychophysiological potential of sound and music interventions can inform clinical practices aimed at promoting health of the individual patient/client. In *MusicMedicine and its products specially selected music can be appropriated for sound or music healing purposes, e.g. relaxation* (Bonde, 2011, p. 6) (Texto original).

²² Philips (*et al.*, 2019, p. 2) denomina como meditação sonora a forma de meditar que envolve concentração focada em sons repetitivos, podendo ser interna (voz) ou externa (instrumento) e alega a escassez de pesquisas na área. Algumas pesquisas envolvem monges tibetanos com práticas cognitivas usando a própria voz, e outras pesquisas que observam fatores como redução na tensão em indivíduos expostos a combinações de instrumentos, como taças cantantes, gongos, sinos e didgeridoo.

por música suave. Além dos mantras, a música de fundo para meditação tem sido amplamente adotada em práticas *mindfulness*. Essas músicas calmas ajudam a criar um ambiente propício para a meditação, auxiliando na diminuição da atividade cerebral associada à ruminação e ansiedade. Estudos, como os conduzidos por Diane K. Reibel em *Mindfulness-based stress reduction and health-related quality of life in heterogeneous patient population*, de 2001, e *Os efeitos da meditação à luz da investigação científica em psicologia: revisão de literatura*, de Carolina B. Menezes e Débora D. Dell’Aglío, de 2009, destacam os benefícios da música na promoção da atenção plena e na redução do estresse, e também das vantagens associadas à meditação nas capacidades cognitivas.

As terapias sonoras do tipo *sound healing*, por sua vez, envolvem o uso de instrumentos musicais específicos, tais como tigelas tibetanas, tambores xamânicos e gongos, para induzir estados de relaxamento profundo. Uma pesquisa denominada: *Effects of singing bowl sound meditation on mood, tension, and well-being: an observational study*, de 2016, conduzida por Tamara L. Goldsby e colaboradores, os pesquisadores investigaram os efeitos da meditação com sinos tibetanos para o humor, tensão e bem-estar de participantes voluntários. Os resultados mostraram melhorias significativas no humor, redução da tensão e aumento do bem-estar após sessões de meditação com manipulação, por parte de músicos, desses sinos, estabelecendo uma relação tal que as vibrações sonoras desses instrumentos podem influenciar positivamente o sistema nervoso, promovendo a redução da pressão arterial e liberação de hormônios que causam o bem-estar, como a endorfina.

Bonde (2011), ainda sobre os modelos e exemplos de relações da música com a saúde, faz menção a vários projetos de estudos sobre a regulação causada pela música e os sons como vibrações físicas, relacionadas à experiência física direta do som no corpo, tendo como cerne as tradições antigas e modernas de cura pelo som para grupos e indivíduos, mencionando Penelope Gouk: *Musical healing in cultural contexts*, de 2000; Peregrine Horden: *Music as medicine: the history of music therapy since antiquity*, de 2000; David Aldridge: *Music therapy in neurological rehabilitation*, de 2005; e David Aldridge e Jorg Fachner: *Music and altered states: consciousness transformation, therapy*, de 2006.

Tony Wigram e Cheryl Dileo evidenciam experiências de vibroacústica, em que os pacientes sentem as vibrações musicais diretamente no corpo através de alto-falantes embutidos em cadeiras ou camas (Wigram, Dileo, 1997, *apud* Bonde, 2011, p. 11). Kari B. Batt-Rawden e Tia DeNora afirmam que pessoas com doenças e enfermidades de longo prazo poderiam usar

músicas gravadas estruturadas como uma ‘tecnologia’ do eu para a saúde, recuperação e cura. Este conceito de ‘música como tecnologia do eu’ cunhado por DeNora resultou em vários estudos de casos com o uso da música na vida cotidiana na recuperação de autoidentidade, reminiscência e regulação de emoções e estados fisiológicos (DeNora, 2000 *apud* Bonde, 2011, p. 12).

Na Dinamarca, um projeto denominado *MusiCure*²³, utiliza paisagens sonoras para hospitais e instituições, que exploram os potenciais da música medicina junto com médicos, enfermeiros, músicos e musicoterapeutas. Muitos estudos e apresentações em conferências apoiam *MusiCure* como intervenção musical apropriada e eficaz, tendo como única questão problemática a individualidade, que apresenta a inclusão das preferências musicais dos pacientes que não poderia ser descartada (Bonde, 2011, p. 10).

Essas terapias sonoras demonstram a versatilidade do campo da música como uma ferramenta eficaz para promover o relaxamento e o bem-estar, oferecendo, para o músico, oportunidades de atuação como compositor e/ou performer, como também opções para indivíduos interessados em explorar técnicas de auto tranquilização. Ao combinar elementos sonoros com práticas de relaxamento, é possível criar experiências sensoriais enriquecedoras que beneficiam tanto o corpo quanto a mente.

2.5 Parâmetros de análise

Para construir sentido, precisamos de uma base cultural compartilhada, quer dizer de um campo referencial extrínseco.

(Salgado, 2005, p. 69)

Salgado (2005) abrange os autores supracitados (Schaeffer e Smalley) além de Chion que oferecem um material de escuta, descrição e análise musical do qual contempla os aspectos aqui considerados pertinentes às características dos sons almejados pelas terapias sonoras, que serão discutidas adiante.

Cada autor com conceitos que se complementam mutuamente, utilizando como princípio a estruturação de escuta para música eletroacústica, foram escolhidos pela valorização do material sonoro como um conteúdo de grande valor, neste caso para análise de objeto no intuito composicional e suas propriedades características.

²³ Mais informações do projeto, disponível em: <https://musicure.dk/en/home>.

Para uniformização de terminologias ou definição de parâmetros a serem considerados e categorizados nas propostas de análises abordadas nesta pesquisa, são sugeridas observações na percepção conforme proposto por Smalley (1996, p. 83), sobre os campos indicativos, definidos conforme demonstrado no Quadro I, a seguir.

Quadro 1 – Descrição dos campos indicativos

Campos Indicativos	Descrição
Gesto	Quando um som remete a uma ação humana como pulsar, friccionar ou bater de um objeto;
Gesto vocal ou fono-respiratório	Inclui desde sons guturais, passando pela fala até o <i>belcanto</i> ;
Comportamento	Remete às relações entre sons, como causa-efeito, dominação-subordinação ou conflito-coexistência;
Energia	Diz respeito a potência e impressão do som;
Movimento	Noção relativa à força, impulsão e velocidade do som;
Objeto/substância	Diz respeito à fonte sonora e seu material constitutivo, seja ele madeira, metálico ou líquido;
Ambiente	Quando o som evoca um ambiente característico como a natureza ou uma catedral, por exemplo;
Visão	Relativo à visualização do som;
Espaço	Relacionado com sensação de espacialidade como distância ou amplidão, tanto no interior da composição quanto no âmbito da sua difusão sonora com um sistema de alto-falantes.

Fonte: elaborada pelo autor, a partir da visualização dos campos indicativos propostos por Smalley (1996) assim citados de forma sucinta por Salgado (2005, p. 44).

Como nenhuma destas referências acontece de forma isolada, Smalley sugere uma rede indicativa para referir-se às relações existentes entre um campo específico e outros campos, ou seja, a descrição dos eventos sonoros pode incluir mais de um campo indicativo por vez, conferindo uma diversidade de descrição para um único evento sonoro percebido (Salgado, 2005, p. 44).

Para este tipo de análise, contam-se as experiências vividas no dia a dia, além do processo de escuta, abrangendo todos os outros sentidos, incluindo a imaginação. Dessa forma, é possível aprimorar os níveis de descrição e a compreensão de aspectos como ‘textura’, ‘densidade’ e ‘grãos’, não limitando exclusivamente às referências sonoras, mas ao conjunto de atividades perceptivas (Salgado, 2005, p. 70).

Para descrever a percepção sonora, é necessário ter à disposição suas próprias experiências, quaisquer que sejam, podendo abstrair do som musical (concreto) em sua oposição às ideias (abstratas) que a originam (Salgado, 2005, p. 24).

Os dois princípios formadores do som propostos por Smalley (1996) são o gesto e a textura, fundados nas experiências perceptivas vocal e instrumental. O gesto é uma noção relacionada ao fato da música ser um movimento, uma articulação do pensamento, uma espécie particular de ação intencional, uma trajetória de energia e movimento produzida por um corpo, desenvolvendo uma cadeia de atividades que ligam uma causa à sua fonte. Quando gerado por um agente humano, produz espectromorfologia mediante ao sentido do tato ou um implemento para aplicar energia a um corpo sonoro. O processo gestual desde o agente até o ouvinte é visual e aural, tátil e proprioceptivo²⁴, ou seja, relaciona-se com o processo de tensão e relaxamento dos músculos, com esforço e resistência, ligados à experiência psicológica e ao motor sensorial entendidos amplamente (Salgado, 2005, p. 71).

Esse processo de escuta pode ser causa-fonte-espectromorfologia ou o contrário, pela dedução da atividade gestual carregada de informações psicofísicas. Este reconhecimento de gesto promove a ideia de princípio gerativo, propulsão no tempo, movimento de um lugar para outro. Fica assim ligada à noção elementar de gesto, gesto primário, um acontecimento externo à música vinculado à percepção proprioceptiva. A partir de então, ocorre a substituição gestual para definir um afastamento da percepção do gesto sonoro com a sua fonte, que através de métodos de processamentos sonoros podem ser considerado boas opções de ferramentas para condução do processo perceptivo imaginativo do ouvinte, como forma de obtenção de foco na escuta.

Na substituição de primeira ordem projeta-se a forma do som diretamente relacionada com o gesto causador. Na substituição de segunda ordem inclui-se a instrumentação e permite-se reconhecer as capacidades interpretativas na articulação, inclui simuladores (instrumentos virtuais). Na substituição de terceira ordem, torna-se duvidável a existência concreta de um gesto ou da causa, mas é possível se reconhecer um gesto propagador e qualidades de um objeto virtual. Na substituição remota desconhece-se o gesto, a fonte e a causa, mas se reconhece a energia projetada na direcionalidade da espectromorfologia do som, apesar da opacidade de uma ação humana (Salgado, 2005, p. 72).

²⁴ Capacidade do corpo de perceber a si mesmo, podendo ser a posição, o movimento e o equilíbrio do corpo no espaço, mesmo sem o uso da visão.

Smalley ainda determina três fases de desenho morfológico, denominando-as *onset*, continuidade e terminação (Smalley, 1997, p. 112). Segundo Smalley (1997), a importância de reconhecer estas três fases, que vêm do pensamento musical dos cantores e instrumentistas de sopro, é prever com antecedência o rumo que vai tomar determinado som, denominando-o expectativa espectromorfológica, que serve de referência para descrever as substituições de terceira ordem e decodificar padrões de expectativas em formas musicais maiores. A importância de considerar o *onset* como ferramenta de reconhecimento de estrutura para este trabalho, serve justamente para entender a ideia de expectativa, que é um elemento de movimento presente nas músicas consideradas para esta pesquisa, uma vez que as considerações de tensão e relaxamento não são propostas de estrutura harmônica.

O segundo formador do som proposto se dá quando o som é estendido no tempo, com uma evolução muito lenta a ponto da humanidade por trás do som se perder, cruzando os limites entre os eventos de escala humana e uma escala maior, ambiental. Smalley (1997) o denomina textura, exigindo, assim, uma atenção maior e uma escuta mais ativa, concentrada nos detalhes internos. Para Smalley (1996, p. 82) a textura é ‘deixar acontecer’ opondo ao gesto, que é intervencionista. A textura é mais absorta e contemplativa, enquanto gesto se posiciona à frente; textura volta-se para dentro, e o gesto apresenta um perfil externo, com foco mais alto, enquanto a textura com foco profundo.

Para a música eletroacústica, entendida por Smalley, não há uma composição necessariamente a partir de uma unidade discreta, podendo ser de natureza contínua, o que não permite uma consciência de segmentação ‘conveniente’ da obra (Smalley, 1997, p. 114). Isto permite dizer que não há uma organização hierárquica, permitindo chamá-los de ‘níveis estruturais’, que ganham o foco do ouvinte no interesse perceptivo. Deixa-se a cargo do ouvinte atribuir a posição de importância, de acordo com sua experiência e intuição.

Com as três fases de desenho morfológico, Smalley (1997, p. 115) propõe uma lista de termos para auxiliar na interpretação de significados funcionais dos eventos ou contextos em uma obra, que podem-se aplicar ao gesto ou à textura:

Quadro 2 - Fases do desenho morfológico.

<i>Onset</i>	Partida	Emergência	Anacruse	Ataque	Ársis	Tésis
Continuantes	Passagem	Transição	Prolongação	Sustentação	Afirmação	Enunciado
Terminações	Chegada	Desaparição	Encerramento	Liberção	Resolução	Plano

Fonte: elaborado pelo autor a partir de conceitos de Smalley (1997, p. 112).

Os termos usados no *onset* variam de acordo com a energia de injeção, com o acento e com a direcionalidade. Nos continuantes, há indicações de avanço, vínculo com passado ou independência. E para as terminações relacionam-se com metas, relaxamentos de tensões, ou com indiferença de destino.

Quando se intercalam as sobreposições desses comportamentos, criam-se relações que definem os comportamentos:

- Conflito/coexistência: quando a interação é baseada na igualdade;
- Dominação/subordinação: quando a reação é de desigualdade.

O comportamento morfológico dos sons ganham importância nas considerações de análise desse trabalho com a intenção de identificação das camadas, as relevâncias e os distanciamentos que se pode determinar o ouvinte com o objeto focado na escuta, assim, facilitando o planejamento na composição ao se pensar nestes parâmetros.

Para descrever os tipos de percurso que um evento pode assumir, tem-se as noções de movimento e crescimento. Esse conceito surge devido à ausência métrica na música eletroacústica e aos detalhes de uma textura. Definem-se quatro tipos básicos de movimento:

- a) unidirecional: de natureza gestual que empurra para frente, seja em subida, descida ou linha reta;
- b) recíproco: movimentos ondulatórios regulares ou irregulares, com compensação de passos em direções contrárias;
- c) cíclico ou cêntrico: impressão de trajeto em torno de um centro, seja estático, espiral, de fora para dentro, tubular, embaraçado;
- d) bi ou multidirecional: criadores de expectativas, dispersão ou aglomeração, divergência ou convergência de linhas ou percursos, dilatação ou contração da largura espectral (Salgado, 2005, p. 76 – 78).

Nessa compreensão, por não haver contextos melódicos como elementos estruturais das terapias sonoras, a movimentação dos sons pode assumir a finalidade mimética através da estruturação dos movimentos atribuídos aos sons empregados. Analisar essa estrutura para inspirar as composições traz maior consciência da proposta de elaboração e condução dos sons.

A utilização de tantos termos não serve para complicar a escuta, mas sim para dar a liberdade de explorar, seja de forma técnica ou metafórica, o vocabulário; permitir que sintamos o que escutamos, correspondendo a imaginação e, podendo assim, compartilhar (Salgado, 2005, p. 79).

Para Salgado, (2005) trata-se de uma experiência de “expectativa intuitiva do tempo psicológico”, que nenhuma leitura ou interpretação desses eventos deve ser conferida como uma decisão sobre uma função, pois cada forma de interpretar varia de acordo com a capacidade individual, que é gerada pela experiência. De acordo com o local, (regional ou global), os valores hierárquicos aos quais a escuta dedica atenção vão definindo as atribuições de diferentes formas de se relacionar os sons, bem como as delimitações e sensações das três fases de desenho (Salgado, 2005, p. 80).

A intervenção do ouvinte vem de sua capacidade de interpretação, experiência no reconhecimento de níveis de dimensões temporais e suas relações, além da tomada de decisão para definir as unidades pertinentes, servindo como ferramenta para explicar (Salgado, 2005, p. 80).

Como analistas musicais, estaremos na capacidade de resolver o primeiro passo, isto é, de colocar em prática o fazer descritivo para posteriormente colocar a nossa própria versão em confronto com nossa experiência como musicistas, com nossas questões relativas ao fazer musical e com o âmbito musical ou extramusical em que tais experiências e questões surgem e se complementam. É desse processo que uma versão resulta mais convincente que outra e que podemos falar de uma justificativa propriamente dita (Salgado, 2005, p. 26).

Outro parâmetro a ser considerado para as análises é derivado das propostas de Chion, denominados de guias sonoros, começando pelas leis de constância que conferem ao som sua imparcialidade independente das alterações propostas pelo ouvinte. Ou seja, uma sirene, independentemente da aproximação ou distanciamento do ouvinte, que interfere na intensidade, continuará sendo uma sirene, emitindo o que estiver emitindo.

Em seguida, a ideia de forma-ângulo apresentada para determinar as qualidades constitutivas de um material a partir de incidências nele, ou seja, variações sobre um material de referência, torna válida a importância de uma referência permanente para garantir que sejam realizados comparativos, permitindo observar modificações e servir como guia (Salgado, 2005, p. 86).

Assim, o primeiro guia sonoro é o indício sonoro materializador. Apesar de ser possível perceber as qualidades formadoras da fonte do som com seus aspectos como madeira, papel, metal ou líquido, e o gesto que o aciona, existem indícios que não revelam sua causalidade. Existem processamentos técnicos que podem encobrir essas percepções, como também outros que podem ressaltá-las.

Os indícios materializadores com maior poder de evocação são aqueles que se relacionam com a voz e outras formas de expressão vocal e fono-respiratória. Como aponta Smalley (1996), a gestualidade vocal, ao ser o principal veículo de expressão e comunicação, tem uma forte carga íntima e emocional. Portanto, a relação com tais sons numa obra resulta muitas vezes mais reflexiva do que indicativa e dificilmente desperta uma escuta reduzida. Mas a relação indicativa é sempre subjacente e de fato, invoca uma presença humana que tende a dominar a atenção do ouvinte (Salgado, 2005, p. 88).

Outra maneira de conduzir um guia sonoro é através de uma escuta figurativa, o personagem sonoro, sugerindo fenômenos intermitentes, porém consistentes, que em conjunto percebemos como entidade criadora de sons distintos no tempo, como um personagem que pode ser narrado (Salgado, 2005, p. 89). Os guias sonoros são atribuídos devido a complexidade de entendimento de um discurso musical de elementos sonoros concretos, ou seja, sons abstratos, distantes da padronização tradicional. Essa referenciação se faz presente nesse trabalho devido aos processamentos sonoros presentes em alguns modelos de terapias sonoras, bem como na condução de escuta focada, na qual o ouvinte se permite abstrair da idealização de uma realidade e permitir se envolver em processos criativos mentais, imaginação.

Murray Schafer, por sua vez, apresenta a noção de paisagem sonora²⁵ (2011, p. 29), remetendo a uma “tonalidade organizada no espaço composta por primeiros planos e fundos, detalhes e conjuntos”. Para isso, a tonalidade cumpre a função de fundo, assim como na música tradicional, podendo ser o som do vento, da chuva, do mar, do canto dos pássaros, do ruído do trânsito.

Chion (1999) adota de forma similar a Schafer (2011) evocações de cenários ilustrativos, que mesmo que vagos, ressaltam qualidades de:

- densidade: espaçoso/restrito; encerrado/aberto; íntimo/remoto;
- localização do objeto dentro do espaço criado: esquerda/direita; alto/baixo; próximo/distante.

Por fim como último *guia sonoro*, a noção de *tonalidade temporal* é a sensação através de uma permanência de textura. É o modo em que o tempo se desenvolve numa sequência, prendendo a atenção a curto, médio e longo prazo, na escuta atenta.

Há qualidades dessas tonalidades temporais como:

- *tempo-travessia*, em que o tempo e o espaço passam paralelamente (ex.: eventos sonoros esparsos que acontecem simultaneamente sem marcação convergir);

²⁵ Do inglês *soundscape* (*sound* para som e *landscape* para paisagem).

- *tempo-friso*, o tempo narrado e os eventos sonoros, como observador dos eventos sonoros (ex.: uma sequência de sons que se transformam em contextos de narrativas de ‘ambiente’);

- *tempo-espelho*, acontece sensação de envolvimento e sedução direta com a cena narrada (ex.: o evento sonoro possui movimento que induz uma repetição, gerando memória, e assim envolvendo o ouvinte com a ideia de tema, na própria textura);

- *tempo-etc.*, sente-se uma sequência dentro de algo maior, que permite a imaginação fluir (ex.: um afastamento de identificação de estrutura, dando sensação de infinitude);

- *tempo-ampulheta*, têm-se marcadores temporais que diluem o grande espaçamento da textura (ex.: texturas com movimentos que possuem expectativa de findar e reiniciar) (Salgado, 2005, p. 90 – 91).

De acordo com Chion (1999) a atenção é instável e não depende só da experiência do ouvinte, mas também do compositor em seduzir, capturar e recapturar usando de uma série de ferramentas. Para isto servem os sinais pontuadores do tempo, para influenciar a atenção ou vigilância. Esses sinais, como na música tradicional, representam a oposição de tensão-relaxamento, permitindo as camadas que ocorrem em encontro ou desencontro de convergir/divergir, colidir/fundir, retomar/migrar de caminho. Um deles é o silêncio que marca fim ou início, permite tomar consciência do som, evidenciando o atraso ou ausência de um som que não era notado (Salgado, 2005, p. 92 – 93). Outro sinal é a agudeza que proporciona sensação de seguir o presente e conduzir a atenção; fenômenos rápidos e agudos impõem vigilância imediata. Ritmos ultramusicais também consistem mais um sinal, como a respiração ou som do mar, que quebra a dinâmica anterior e cria um escape do tempo real. Outro sinal é a repetição pois encaminha o ouvinte novamente a percursos já projetados e descansa na memória (Salgado, 2005, p. 94).

Depois que os guias sonoros se tornam previsíveis e os sinais pontuadores do tempo não correspondem às expectativas, surgem fenômenos relacionados à criação e resolução dessas expectativas. Esses fenômenos podem acontecer na memória imediata, formada pela atenção a uma progressão em andamento, ou na memória relacionada com experiências com outras progressões ultramusicais ou diversas experiências musicais (Salgado, 2005, p. 94). A importância de verificar tais características, para os objetos de pesquisa determinados para análise, se tornam imprescindíveis na perspectiva de estruturar elementos que atuem de forma ativa na escuta, sem perder a ideia de um discurso musical. Também mantendo a pertinência de

uma composição elaborada e planejada com os fins propostos nos modelos de terapias sonoras, além de conferir narrativas engajadas em uma condução através dos sons.

Outra forma de previsão são os ruídos do tempo, que envolvem sons geralmente irritantes, como tic-tac de relógios e goteiras. Outro é a linha de fuga temporal, que ocorre quando um número de eventos sonoros se afirmam e sobrepõe, permitindo antecipar seu encontro, colisão ou cruzamento. Essa previsão pode ser realizada, evitada, antecipada ou postergada. Essa linha deriva da nossa disposição natural ao sincronismo. Por fim, o efeito “*Spike Jones*” que altera a expectativa de resolução com algo cômico (Salgado, 2005, p. 97).

Para além das teorias fundamentais, os avanços tecnológicos têm revolucionado a análise composicional. *Softwares* oferecem ferramentas poderosas para investigar os espectros sonoros, permitindo uma análise detalhada das características acústicas dos sons utilizados em composições sonoras de relaxamento. Além disso, plataformas de composição digital possibilitam experimentação em tempo real, facilitando a manipulação criativa de elementos sonoros e a exploração de novas técnicas composicionais. Essas ferramentas fornecem aos compositores maior compreensão das nuances do som e uma maior liberdade na expressão de suas ideias musicais.

3 METODOLOGIA

A interseção entre música e terapia tem despertado interesse crescente, impulsionando pesquisas que exploram o potencial terapêutico de diferentes abordagens musicais. Dentro desses contextos, este trabalho investiga técnicas de análise e composição que atendam às demandas específicas para cada modelo terapêutico sonoro elencado.

Para atender às particularidades de cada modelo terapêutico, é fundamental adotar metodologias de composição flexíveis e adaptáveis. A metodologia consiste em uma análise descritiva da estrutura e dos elementos sonoros de cada modelo, aplicando perspectivas distintas conforme as características de cada abordagem terapêutica. A partir dos padrões observados, foram elaboradas sugestões para uma criação musical para cada modelo, utilizando técnicas composicionais alinhadas aos objetivos de cada terapia sonora.

Em cada modelo de terapia sonora, a proposta de análise é apresentada com seus elementos de observação, bem como suas ferramentas de *softwares* e *plugins*, nos casos em que foram necessários. Também é possível encontrar, listados em anexo e apêndice, o desenvolvimento e elaboração de materiais, indicando os parâmetros e suas respectivas referências.

3.1 Modelos de terapias sonoras elencadas

O uso da música na promoção da saúde é respaldado por pesquisas desenvolvidas ao longo do século XX que validam suas aplicações tanto em contextos psicológicos quanto fisiológicos (Nunes-Silva *et al.*, 2016, p. 711). A consolidação dessas evidências justifica o crescimento do interesse acadêmico e profissional na área da saúde e orienta a seleção dos modelos terapêuticos analisados nesse trabalho.

Terapias sonoras e musicoterapia utilizam o som com fins terapêuticos, mas diferem em estruturas e objetivos. A musicoterapia é uma prática clínica conduzida por profissionais qualificados, que utiliza a experiência musical – criação, execução, escuta ou movimento – adaptada às necessidades do paciente (Baker *et al.*, 2005, p. 15 – 16). Envolve fundamentos da psicologia, neurologia e educação musical, atuando de forma abrangente na saúde mental e física.

Já a terapia sonora se baseia nas propriedades vibracionais do som e seus efeitos fisiológicos, atua com sons específicos – frequências, timbres e texturas – voltados à indução de estados corporais e mentais, sem necessariamente envolver a interação do ouvinte ao fazer musical (Baker *et al.*, 2005, p. 18).

A abordagem proposta busca oferecer parâmetros para a criação de composições voltadas às terapias sonoras, com base em critérios observáveis e coerentes com os objetivos de cada modelo. A compreensão das propriedades terapêuticas dos sons permite que o material sonoro seja elaborado de forma compatível com cada abordagem, favorecendo a efetividade das intervenções. Essa estrutura metodológica contribui para qualificar a atuação musical no contexto terapêutico e estabelece diretrizes para a elaboração de repertório fundamentadas em práticas no campo da pesquisa musicológica.

Na sequência, será apresentado um mapeamento de modelos de terapias sonoras com base nos fundamentos discutidos acima, e serve como ponto de partida para a análise das estruturas sonoras utilizadas, bem como a proposição de estratégias composicionais adequadas a cada abordagem²⁶.

A prática de terapias sonoras acontece em diferentes formatos, desde momentos rituais em cerimônias de cunho religioso, quanto em espaços de tratamento e acolhimento de pessoas com intuítos terapêuticos integrativos, como também em *spas* e até em momentos individuais através de busca por material digital disponibilizado nas redes. Os processos de terapias sonoras que aqui abordados são escolhidos por presenciar diferentes vivências, mas para questão de análise, o material gravado e de maior alcance e reprodução se tornaram mais questionável a nível de entrega do material, pensando-se quanto à composição deste material, além da sua difusão.

Flávio M. Maia (2019) discute em seu artigo sobre as mídias digitais e suas disponibilidades em *streamings*, de forma que aproxima produtores de consumidores, além da discussão sobre produção e distribuição musical. Maia (2019, p. 47) ainda aponta sobre a presença do *Spotify* e *YouTube* como responsáveis pela maior audição musical, considerando o aspecto da digitalização musical, ou seja, a nova perspectiva/desconstrução da indústria fonográfica.

Nesse sentido, as terapias elencadas adotadas para análise constituem de gravações disponibilizadas em *streamings* com os questionamentos aplicados aos processos de produção

²⁶ Mais informações sobre as escolhas das terapias elencadas podem ser encontradas em meu artigo *Terapias sonoras: explorando metodologias e relevâncias para investigação composicional*, que discute as diferenças entre as terapias sonoras e suas relações com as características dos sons (Vieira, 2024).

musical para estas mídias, aplicando para os mesmos, com base nos padrões encontrados em análise, propostas compositivas com maior refinamento e discurso musical aplicável em conformidade com as tratativas das terapias sonoras de cada modelo.

3.1.1 Meditação

A meditação²⁷ é uma prática²⁸ amplamente difundida e, frequentemente acompanhada por músicas suaves. Esses sons têm sido incorporados com frequência às práticas meditativas, pois músicas calmas e melodias suaves contribuem para a criação de um ambiente favorável ao relaxamento, auxiliando na redução da atividade cerebral associada à ruminação e à ansiedade. Lacerda (2018, p. 14 – 15) apresenta evidências que associam essas práticas à produção de ondas cerebrais detectadas por meio de *biofeedback*. Entre as variações da meditação, destacam-se também as vocalizações, utilizadas como foco sensorial (Menezes; Dell’Aglío, 2009, p. 278).

As práticas meditativas ocidentais podem ser divididas em duas categorias principais: *mindfulness* e meditação concentrada (Cahn; Polich, 2006, p. 180). A primeira envolve a observação aberta de estímulos como pensamentos, sensações ou sentimentos, mantendo a atenção em um estado de vigilância livre – sendo frequentemente referida como meditação do *insight*. A segunda, de caráter concentrativo, foca a atenção em um único objeto, seja ele interno ou externo, sustentando o foco em uma atividade mental ou sensorial específica (Menezes; Dell’Aglío, 2009).

A escolha por elencar meditações como um dos objetos de pesquisa, surge do questionamento das diferentes propostas de músicas constituintes na meditação, inclusive até a ausência delas, mas o envolvimento sonoro de dispor uma condução vocal, atribuindo-lhe características formatadas. O cerne do questionamento baseia na indagação quanto ao uso de melodias com instrumentações ocidentais tradicionais, músicas de concerto, sons ambientais da natureza, dentre uma diversidade de sonoridades pré-existentes, quando sonoridades criadas para tal finalidade.

Ao propor as perguntas do ‘por que’ das escolhas, ao se pensar nas produções de meditação gravadas e disponibilizadas para o acesso público, nota-se que há um distanciamento

²⁷ “O ato de praticar exercícios mentais para atingir um nível elevado de consciência espiritual ou atenção plena” (Philips *et al.*, 2019, p.2).

²⁸ Desenvolvem-se formas de lidar com pensamento automático e repetitivo através da observação, permitindo aprendizado em não se influenciar pelos pensamentos e na compreensão dos fluxos mentais (Bishop *et al.*, 2004; Vandenberghe e Sousa, 2006).

do ouvinte com a prática de meditação em si, o que pode interferir no processo do conhecimento aplicável da técnica de escuta focada, bem como a exclusão de seu contexto cultural para apreensão de outra cultura não adaptada. Esse fator de distanciamento também permite a interpretação equivocada da prática, ou até mesmo uma permissão de praticar de forma inadequada.

E com essa possibilidade de desentendimento e descontextualização que se torna possível encontrar disponível uma diversidade de meditações com músicas de fundos irregulares com a prática, podendo distrair a atenção de escuta, confrontar a equalização do guia com o plano de fundo, sobrepor falas a músicas de concerto de forma amadora a se pensar que sejam para ‘relaxamento’. Tendo visto tais problemáticas, trouxe a esta pesquisa este objeto a ser discutido, enquanto uma proposição de melhor adequação das músicas para meditação no intuito de promoção de terapia com os sons.

3.1.2 Paisagem sonora

Uma técnica em expansão dentro das terapias sonoras é o uso de paisagens sonoras – composições que integram sons naturais e ambientes, como o barulho do mar, canto de pássaros ou o som do vento entre as árvores. Esses elementos podem ser combinados com instrumentos musicais ou sons eletrônicos. A elaboração dessas composições exige atenção aos detalhes, como movimento sonoro, dinâmica, contrastes e interações timbrísticas, com o objetivo de criar uma experiência sensorial envolvente. Para reforçar essa sensação, é comum o uso de técnicas de gravação binaural²⁹, ampliando a percepção de presença e realismo para o ouvinte. Assim, busca-se evocar sensações específicas e transportar mentalmente o ouvinte para determinados ambientes.

As paisagens sonoras integram o repertório da música relaxante, por induzirem estados de tranquilidade, sendo frequentemente associados às meditações guiadas e reconhecidas como forma de terapia sonora (Menezes; Dell’Aglia, 2009, p. 179). Sons suaves e ritmos desacelerados contribuem para a redução do estresse e da ansiedade, promovendo bem-estar, melhorando a qualidade do sono, aliviando dores crônicas e favorecendo a concentração (Nunes-Silva *et al.*, 2016, p. 713).

²⁹ Referente a técnica de captação de som que busca reproduzir a experiência auditiva humana tridimensional, como ouvimos naturalmente a espacialidade sonora com nossos dois ouvidos.

Esse tipo de produção sonora visa criar atmosferas relaxantes por meio de sons cuidadosamente selecionados, quando compostos, ou podem ser diretamente capturados em ambientes. Tais sons podem remeter a memórias afetivas ou atuar diretamente por meio de estímulos psicoacústicos³⁰, influenciando o estado mental do ouvinte (Philips *et al.*, 2019, p. 2).

O uso recorrente deste tipo de sonoridade como forma de terapia sonora é muito difundido para auxiliar no sono, ou como músicas ambientes em salas de espera. Um dos cuidados observados para este tipo de uso dá-se com as manipulações sonoras para evitar contrastes abruptos que interrompam o fluxo da continuidade de um estado de relaxamento, causando surpresas ao ouvinte.

Uma condição bastante relevante a ser considerada para as paisagens sonoras em uso de suas atribuições terapêuticas, enquanto sons com fatores evocativos de memórias afetivas, tem-se haver com o conhecimento prévio do ouvinte em que tipo de sonoridade pode ser encontrado na música escolhida, uma vez que pode haver traços no ouvinte de traumas, como por exemplo sons de fogueiras ou de corpos d'água para pessoas que tenham tido eventos peculiares de risco de vida com fogo ou com afogamentos. Ou seja, uma problemática também a ser apresentada enquanto característica dos sons, mas facilmente previsível ao ser possível descrever as sonoridades utilizadas na composição, deixando claro ao ouvinte que irá acessá-lo. Fator este que em uma terapia sonora pode ser facilmente levado em consideração a partir de uma anamnese pelo terapeuta que irá conduzir uma sessão com paisagens sonoras.

3.1.3 *Solfeggio*

A técnica conhecida como *solfeggio* baseia-se na emissão de frequências sonoras específicas, medidas em hertz (Hz), às quais são atribuídas propriedades curativas e restauradoras. Embora ainda não haja um consenso científico consolidado sobre os efeitos exatos dessas frequências em seres humanos, pesquisas como as de Fabien Maman (1997), em *The role of music in the Twenty-first Century*, indicam que determinados sons podem interagir com padrões do corpo humano, favorecendo estados de equilíbrio físico, mental e emocional.

A ampla circulação de conteúdos relacionados aos *solfeggio* em plataformas de *streaming* como *YouTube* e *Spotify*, frequentemente com milhões de visualizações, revela a relevância desse material como objeto de análise no campo das terapias sonoras. Nesse contexto, a investigação de composições que apresentam intencionalidade terapêutica e

³⁰ “A relação entre a percepção auditiva e as características físicas do som” (Lacerda, 2018, p. 1).

características sonoras específicas torna-se um caminho pertinente para este trabalho, especialmente quando se busca compreender a elaboração composicional envolvida.

O método do *solfeggio* contempla frequências específicas distintas e individuais, organizadas com anagrama numérico, tais como: 174, 417 e 741 Hz; 285, 528 e 852 Hz; e 396, 639 e 963 Hz (Espindola, 2013, p. 17).

A aplicabilidade deste método credita os efeitos dos sons enquanto forma de estabelecer um estado de ressonância de emissões de frequência ao organismo, aproximando-o de um estado considerado ‘harmônico’, no sentido de natural ao ser humano. A ideia de homeostase do organismo a partir de frequência é defendida por alguns autores supracitados, apesar da não constatação de quais frequências atingiriam exatamente quais tipos de órgãos ou estruturas do corpo. Mas, apesar disso, o fato de retirar um momento para condução de uma prática de escuta e a disposição de direcionar a atenção para uma função de entrar em relaxamento, promove em si, um condicionamento favorável para esse estado, seja ele mental ou físico.

3.1.4 *Sound healing*

O *sound healing* tem ganhado destaque por empregar uso de instrumentações étnicas com padrões sonoros tendo como objetivo promover o bem-estar físico, emocional e mental. Pesquisas recentes, como as de Masala e Merolle (2017), investigam os efeitos terapêuticos dos sons de instrumentos como *tuning forks* (pequenos diapasões), cada um afinado em uma determinada frequência (Hz).

O termo *sound healing* refere-se à prática que faz uso de instrumentos musicais específicos – como sinos tibetanos, tambores xamânicos, gongos e *didgeridoo*³¹ – com o propósito de induzir estados de profundo relaxamento. Cada instrumento possui uma afinação própria. Segundo Philips (*et al.*, 2019, p. 2), as vibrações geradas por esses instrumentos podem influenciar positivamente o sistema nervoso, sendo esse mais um estudo que apresenta a contribuição de certos sons para a redução da pressão arterial e estimulação da liberação de endorfina.

Diversas culturas ao longo do tempo atribuíram ao som a capacidade de influenciar processos naturais de auto regulação do corpo (Petraglia, 2005, p. 11). As propriedades

³¹ Instrumento aborígine australiano, tubo longo e oco, geralmente de madeira, assoprado como um trompete emitindo sons graves contínuos e distintos, na faixa de 30 a 80 Hz (Philips *et al.*, 2019, p. 3).

atribuídas a essas práticas estão fundamentadas na psicoacústica. Nesse sentido, os aspectos sonoros e suas qualidades intrínsecas ganham relevância histórica e fenomenológica.

Por se tratar de práticas étnicas, cada cultura com sua prática possui um formato específico de lidar com o músico de executa o instrumento, desde a forma que esse aprendeu a tocar, como os momentos propícios a serem utilizados, além também da definição da forma que o ouvinte estará disposto a passar por tal ‘sonorização’ e quem estaria apto a passar por esse procedimento. A terapia de *sound healing* é uma forma de ‘traduzir’, talvez de forma colonizada ou globalizada, de culturas espalhadas pelo mundo, uma prática com os sons em rituais, que tenham benefícios em diversas formas ao ser humano. Para isso utilizam de seus atributos de crenças, atributos evocativos, conduções, situações de fragilidade, e qualquer abertura com que o ouvinte se disponha a trabalhar em uma proposta terapêutica.

Mesmo sendo uma prática em tempo real com o ouvinte, ainda é possível encontrar áudios gravados com essa proposta disponível nos *streamings* como forma de alcançar um público em qualquer lugar que ele esteja, ou em outros casos, uma forma de permitir que seja possível reviver um momento experienciado presencialmente em algum momento predecessor pelo ouvinte.

3.2 Análises

Com base no levantamento dos critérios de análise definidos neste estudo, estabeleceu-se uma estrutura metodológica para a investigação de músicas de distintas abordagens de terapias sonoras previamente selecionadas. Com o objetivo de identificar padrões composicionais recorrentes e, com isso, contribuir para a formulação de parâmetros específicos voltados à criação de materiais sonoros seguindo suas finalidades terapêuticas, as músicas escolhidas para análise foram selecionadas quanto à sua origem, critérios de busca, relevância dentro do contexto e apresentam breves comentários sobre sua disponibilidade em plataformas de *streaming*.

As análises a seguir foram desenvolvidas a partir da escuta analítica (análise aural) de cada obra selecionada, considerando suas características sonoras e contextuais. Nos apêndices, apresentam-se os materiais correspondentes a cada obra analisada, organizados conforme os padrões observáveis identificados em sua estrutura e funcionalidade terapêutica.

Para cada modelo de terapia sonora considerado, a peça escolhida para análise foi denominada com a(s) inicial(is) de seu subgênero, seguido do numeral que a ordena, sendo duas

músicas para cada subgênero destes. Assim facilitando localizar e identificar o material em apêndice para consulta a qualquer momento.

3.2.1 Análise de meditação

- M1 – Fonte: *Youtube* (<https://www.youtube.com/watch?v=5GSeWdjyr1c>). Busca: *guided meditation*; Parâmetro/filtro: relevância; Escolha: não patrocinado e número de visualizações; Título: *A guided meditation on the body, space, and awareness with Yongey Mingyur Rinpoche*; Duração: 14’38”; Canal: *Tongey Mingyur Rinpoche*; Relevância: 650 mil inscritos, 5,6 milhões de visualizações, disponível há 12 anos. Sobre o canal: produzido por Yongey Mingyur, um professor budista de meditação tibetana, também autor de livro sobre meditação e a ciência da felicidade, viaja o mundo ensinando meditação.

Análise descritiva:

O único recurso sonoro utilizado nesta meditação foi a voz como guia, conduzindo a escuta. A fala gera uma escuta ativa – neste caso, de caráter imperativo – de modo que o ouvinte executa ações a partir das sugestões recebidas. O conceito central estrutura-se na meditação de consciência aberta (Analayo, 2006) e no relaxamento equilibrado entre corpo e mente (Kabat-Zinn, 2023), combinando atenção plena – que consiste em estar consciente dos fenômenos internos e externos –, relaxamento consciente – que permite ao corpo e à mente entrarem em repouso natural, sem esforço excessivo –, e expansão da percepção, por meio da exploração dos sentidos. Esses elementos tornam-se viáveis pela forma como o texto é elaborado: instrucional e conversacional, com linguagem simples, sem rigidez, e com progressão gradual nas etapas da condução.

Tais etapas acontecem da seguinte forma:

Quadro 3 – Etapas da meditação

Etapa	Ação	Conceito
Ajuste físico	Alinhar coluna, fechar os olhos, relaxar os músculos;	Preparação corporal e postura básica;
Atenção ao corpo	Consciência das sensações corporais;	<i>Mindfulness</i> ;
Atenção ao ambiente	Percepção pelos sentidos;	Expansão da consciência sensorial;
Abertura da mente	Reconhecimento dos pensamentos e emoções.	Consciência dos processos mentais.

Fonte: elaborada pelo autor para apresentar as etapas dos procedimentos conduzidos em meditação para obtenção da atenção em foco sensorial.

Embora o texto não cite fontes diretamente, apresenta bases oriundas de tradições contemplativas, como budismo tibetano e o zen (Analayo, 2006), bem como do *mindfulness* moderno (Kabat-Zinn, 2023), ao explorar conceitos como consciência aberta, percepção dos fenômenos impermanentes e atenção plena aos sentimentos e percepções, sem apego ou rejeição.

Como parte do roteiro da condução, são utilizadas técnicas de relaxamento muscular progressivo, ancoragem na respiração e na postura, expansão gradual da consciência e aceitação radical (Kabat-Zinn, 2023).

É possível notar, do ponto de vista ‘musical’, que a voz falada se configura como o primeiro campo indicativo, o gesto vocal, aliado à própria expectativa do ouvinte, carregada por uma forte carga íntima e emocional (Smalley, 1996), evocando a presença humana. Por ser o único som presente nesta meditação, a voz também estabelece a tonalidade da obra. Os momentos de silêncio podem ser considerados sinais pontuadores, que possibilitam a tomada de consciência (Salgado, 2005).

- M2 – Fonte: *Youtube* (<https://www.youtube.com/watch?v=nTYITNfKIRc>). Busca: *guided meditation*; Parâmetros/filtro: relevância; Escolha: não patrocinado e número de visualizações; Título: *Quantum jumping guided meditation: enter a parallel reality e manifest fast (law of attraction)*; Duração: 26’26”; Canal: *Your Youniverse*; Relevância: 1,1 milhões de inscritos, 5,1 milhões de visualizações, disponível há 4 anos. Sobre o canal: produzido por Jéssica Connor, coach de mentalidade de sucesso, com doutorado em filosofia, promove com ferramentas de meditação, o desenvolvimento pessoal.

Análise descritiva:

Para esta meditação, os recursos sonoros utilizados foram a voz como guia e um *background* em forma de acordes. A voz falada gera uma escuta ativa, e neste caso, imaginativa, permitindo que o ouvinte crie, a partir de seu repertório disponível, visualizações com base nas sugestões apresentadas.

O roteiro de meditação proposto segue etapas de preparação do estado corporal e mental, além de sugestões para a criação imaginativa. Para este trabalho apenas a primeira parte da meditação é de interesse, por tratar da preparação para o estado de relaxamento do corpo e

do foco perceptivo. A sessão de imaginação guiada atribui subjetividade intencionada, ocupando um plano visual e sensitivo que se distancia da escuta, podendo até mesmo distraí-la.

Ainda devido à aproximação pela carga emocional e à evocação da presença humana que a voz possui (Smalley, 1996), ela ganha evidência e estabelece uma relação de dominância sobre a parte dos acordes, influenciando a escuta enquanto gesto.

Na perspectiva da parte dos acordes, observa-se que os sons são sintetizados, caracterizando-se por longas durações e oscilações em sua produção sonora, que remetem movimento de dinâmica crescente e decrescente. Esse comportamento evidencia uma função de subordinação, ocupando um amplo espectro harmônico e podendo ser interpretado como textura sonora. Seus movimentos são multidirecionais, com variações de dilatação e contração da largura espectral.

Foi realizada uma análise por meio do *software* Sonic Visualiser, utilizando dois *plugins*: um destinado à estimativa de acordes e outro que à identificação das notas MIDI presentes na constituição do áudio. O *plugin Chordino – Chord estimate* gerou uma sequência de acordes, embora tenha considerado também as notas presente na voz guia. Já com o *plugin Chordino – Note representation of chord estimate*, foi possível gerar uma tabela contendo valores MIDI, o tempo de ocorrência no áudio, a duração das notas e sua intensidade (dinâmica).

Para desconsiderar a influência da fala, foi necessário excluir as notas com duração inferior a 4 (quatro) segundos, mantendo apenas aquelas que podem ser consideradas como acordes sustentados. A partir da sincronização das tabelas de notas e de acordes, foi possível obter algumas progressões harmônicas resultantes que estão organizados no quadro 4 no Apêndice B.

É possível observar que o percurso harmônico não se organiza prioritariamente por modulações tonais, mas sim por deslocamentos entre centros modais. Ao invés de um sistema funcional de tônica – subdominante – dominante, o material apresenta ambiências modais relativamente estáveis que se sucedem no tempo. Cada bloco é caracterizado por um centro recorrente – em especial C/Am/D (jônio – eólio – dórico) e, em outros momentos, E/F#/C# (jônio – mixolídio – eólio). Assim, a sensação de movimento não se dá por modulação tonal tradicional, mas por transições modais, que ocorrem ora por vizinhança de campo (ex.: C ↔ Am ↔ D), ora por saltos mais contrastantes (ex.: de C/Am para E).

Uma leitura possível é que os deslocamentos entre blocos podem ser entendidos como transições de centro modal por graus conjuntos ou terças (C → D → Am, depois E → F# →

C#), mas sem a necessidade de resolução funcional. O que se estabelece é uma sucessão de ‘paisagens modais’, nas quais cada acorde reforça a identidade modal do centro (ex.: Cmaj7 como jônio; D como dórico; Am como eólio/dórico; Emaj7 como jônio).

Uma observação importante a ser ressaltada é a presença de acordes com extensões (maj7, 7, mb5, etc.), que não atuam como geradores de tensão-relaxamento na lógica tonal, mas sim como colorações internas de cada modo. Por exempli, o uso frequente de maj7 tende a reforçar a suavidade de repouso modal, ainda que não implique função dominante. Além disso, a ausência de dominantes funcionais claros (sem a força do V7 conduzindo ao I) reforça o caráter modal do percurso, em que o relaxamento é percebido principalmente nos pedais ou retornos ao centro modal, e não pela cadência.

De forma geral, avaliando a narrativa da gala sobreposta aos acordes, observa-se que os centros modais fornecem diferentes graus de densidade expressiva. Alguns momentos (C jônio, Am eólio) tendem a sugerir maior estabilidade, enquanto outros (como blocos em E ou F#) geram contraste e ampliam a paleta expressiva. A relativa brevidade de alguns acordes impede que o ouvinte perceba isoladamente em função, mas dentro da ambiência modal do bloco a coerência é mantida, favorecendo a clareza da condução vocal.

Análise geral:

A análise das obras selecionadas dentro do escopo da música de relaxamento para meditação evidenciou padrões composicionais específicos que podem ser organizados em três grandes eixos: uso da voz como condutora, ambientes harmônicos com função textural, e estruturação gradual dos estados perceptivos do ouvinte. As obras analisadas baseiam-se em abordagens sonoras distintas, mas convergem na intenção de promover estados alterados de consciência, relaxamento físico e mental e atenção plena.

- A voz como recurso central e guia da escuta: nas duas meditações analisadas, o principal recurso sonoro empregado foi a voz falada, que assume o papel de guia da escuta. A voz, segundo Smalley (1996), carrega uma forte carga íntima e emocional, evocando a presença humana, o que favorece a escuta ativa e engajada. No primeiro exemplo, a voz tem caráter imperativo, induzindo diretamente ações do ouvinte. Já no segundo, o caráter da voz é imaginativo, conduzindo o ouvinte a criar visualizações a partir de seu repertório interno.

Essa presença vocal funciona como gesto sonoro dominante, influenciando a escuta e determinando a tonalidade simbólica da obra, já que em certos trechos é o único

som presente. O texto falado apresenta estrutura instrucional e dialogal, com linguagem acessível e sem rigidez, promovendo uma progressão gradual das etapas de condução, favorecendo estados de consciência aberta (Analayo, 2006) e relaxamento consciente (Kabat-Zinn, 2023).

- Acordes sustentados como fundo harmônico e textura: em M2, a voz é acompanhada por um *background* harmônico sustentado, formado por acordes longos e contínuos. Os acordes foram analisados por meio do *software* Sonic Visualiser, utilizando os *plugins* Chordino – *Chord estimate* e *Note representation*, que permitem extrair informações sobre acordes, notas MIDI, intensidade e duração sonora.

Foi possível notar um padrão composicional baseado em deslocamento entre campos modais próximos, gerando uma sensação de movimento sem ruptura. A progressão se apoia em intervalos recorrentes (terças, segundas, quintas) que funcionam como vetores de continuidade modal. Apesar de conter acordes com intervalos que sugerem tensão, esses se equilibram com blocos harmônicos estáveis, criando áreas de repouso modal que favorecem a percepção de relaxamento.

A textura harmônica é caracterizada por longas durações, oscilações sonoras e gestualidade de dinâmica crescente/decrescente, sugerindo uma atmosfera dilatada e envolvente. Os blocos de acordes ocupam amplos espectros modais e funcionam menos como progressão funcional e mais como campos de ressonância modal, servindo de plano de fundo sensorial subordinado à condução vocal.

- Silêncio como elemento estrutural e de consciência: os momentos de silêncio entre os blocos de fala e/ou harmonia desempenham uma função estruturante nas obras analisadas. Conforme argumenta Salgado (2005), o silêncio atua como sinal pontuador, permitindo pausas que favorecem a assimilação das instruções e o aprofundamento da experiência perceptiva. O silêncio reforça a ideia de espaço interno e escuta reflexiva, valorizando o tempo da percepção.
- Estruturação da experiência meditativa: em termos de organização, as meditações apresentam um desenvolvimento progressivo. Primeiramente uma preparação corporal, depois segue com foco na respiração e postura, parte para expansão da consciência, e (em alguns casos) condução imaginativa. Esta última parte, embora rica em subjetividade e simbolismo, pode afastar o ouvinte da escuta sonora atenta, deslocando o foco para o plano visual e mental – o que foi considerado um ponto de

distanciamento em relação ao objetivo deste trabalho, centrado na escuta e nos parâmetros composicionais.

Como conclusão, a música de relaxamento voltada para meditação apresenta padrões composicionais recorrentes que envolvem: uso central da voz humana como elemento de condução e presença; apoio harmônico de acordes sustentados, com deslocamentos entre campos modais próximos e função textural; exploração do silêncio como espaço de integração e escuta; estruturação gradual e progressiva da narrativa sonora, alinhada a estágios da meditação; preservação de frequências sonoras estáveis, com baixa variação rítmica e timbrística; elaboração cuidadosa da relação entre gesto sonoro e experiência perceptiva do ouvinte.

As conduções guiadas estão disponíveis nos Apêndices A e B, juntamente com a análise modal e seu quadro de acordes da peça M2 selecionada. Também é possível visualizar o gráfico do espectrograma extraído pelos *plugins* no *software*, no Apêndice J, bem como os dados coletados, disponíveis nos Apêndices K e L.

3.2.2 Análise de paisagem sonora

- PS1 – Fonte: *Spotify* (<https://open.spotify.com/intl-pt/track/4NQT20EoRo4wZvjBhWpzez?si=5b56df4ecd074091>). Busca: paisagem sonora relaxamento; Parâmetro/filtro: tudo músicas; Escolha: que utilizasse instrumentação referente à metodologia; Título: *Sons da natureza para dormir*; Duração: 3'04"; Canal: Sons da natureza; Relevância: 34.884 ouvintes mensais, 992 mil audições. Sobre o canal: Músico e compositor, Ricardo Itaborahy possui canal no Spotify e Youtube, possui um álbum lançado no Spotify com 25 músicas de sons da natureza em formato de paisagem sonora com intenções de relaxamento, calma, melhoria do sono, alívio de tensão, foco e concentração.

Análise descritiva:

A peça possui duas camadas sonoras distintas: uma com recursos musicais mais bem definidos, de acordo a música tradicional, com alturas definidas, acordes e melodia; e outra composta por sonoridades provenientes de um ambiente sonoro natural (da natureza).

Na análise da primeira camada, nota-se que há a utilização de processamentos nos sons, evidenciada pela presença de três timbres fortemente audíveis: um *background* com acorde, com um timbre sintetizado brilhante (rico em parciais harmônicos agudos), acompanhado de baixos em alguns momentos; um timbre percussivo com notas definidas desempenhando uma melodia, semelhante a um piano com efeito de eco e outros processamentos como distorções e reverberação; e outro som com timbre próximo ao ressoar metálico sem ataque, que surge em determinados momentos (F5 em 17”, G#5 em 30”, F5 em 44”, por exemplo).

A estrutura de acordes foi analisada a partir do *software* Sonic Visualiser, utilizando os *plugins* de *Chordino – Note representation of chord estimate* e *Chordino – Chord estimate*. A partir da geração de dados contendo as notas MIDI presentes nos acordes e da estimativa dos acordes, foi possível verificar a estrutura harmônica e seus respectivos papéis. Segue no Apêndice C um quadro com os dados de análise obtido.

A partir da análise dos acordes, foi possível notar uma predominância de acordes menores, centrados em torno de Fm, que se configuram em um campo modal do modo eólio. A progressão evita cadências tonais tradicionais, favorecendo movimentos prolongados do acorde central (i – Fm/Fm7), bem como a alternância recorrente com o iv (Bbm/Bbm7) e o v (Cm/Cm7/Eb). A presença de bIII (Ab) e bVII (Ebm/Eb) reforça ainda mais a caracterização modal da peça. Apenas em um trecho pontual surge o acorde Bb7, que poderia sugerir movimento tonalizante; contudo, ele não se consolida como cadência, permanecendo dentro do caráter modal da obra. Sendo assim, é possível afirmar que a organização harmônica apresenta uma característica pouco direcional e estática, mantendo a sensação de repouso e continuidade, em vez de progressão típica da tonalidade.

Partindo para a segunda camada da peça, observa-se uma estrutura composta por sons da natureza. Nessa paisagem sonora, é possível identificar a presença de sons de água fluindo e pio de pássaros. Nada indica que essa paisagem tenha sido criada por sobreposição de sons de banco de sons ou capturada *in natura*, reforçando o uso das tecnologias e processamentos sonoros como recursos composicionais.

As duas sonoridades apresentam uma relação de coexistência, dividindo o foco e atenção na escuta, com igual intensidade de apresentação e valores aparentes, tanto em movimentos (gestos) quanto no prolongamento de suas texturas, apresentando uma lógica energética fluida. A melodia executada pela parte instrumental aparenta imitar os ritmos ultramusicais.

- PS2 – Fonte: *Spotify* (<https://open.spotify.com/intl-pt/track/5UcrCi8WwjvoKQZDjbgLeD?si=e495f6b61c8c401a>); Busca: paisagem sonora relaxamento; Parâmetro/filtro: tudo músicas; Escolha: que utilizasse instrumentação referente à metodologia; Título: *Nature's Harmony*; Duração: 4'04"; Canal: Spirit 5; Relevância: 64.694 ouvintes mensais, 84 mil audições. Sobre o canal: Max Menge é compositor e especialista em gravações de alta qualidade de paisagens sonoras da natureza, com preservação de suas qualidades sonoras de forma imersiva, sons de pássaros, rios, chuva, diversos tipos de natureza complexa em sua beleza. Sua proposta de natureza de sons imersivos promete equilíbrio harmonioso como fuga da cidade, uma forma de atingir tranquilidade.

Análise descritiva:

Essa peça possui sonoridades iterativas ruidosas que causam movimentos imaginativos, ou seja, retrata narrativa de sons que causam efeito subjetivos quanto à fonte. É possível perceber sons de líquido e imaginar uma chuva como fonte, ao mesmo tempo que se nota movimento de fluido como consequência. Simultaneamente, há um som de contato com superfície áspera ou porosa, em interação com o líquido, o que sugere imaginar que sejam pedras sendo impactadas por essa chuva. A imaginação da paisagem narra um evento natural.

No aspecto acústico, com o *software* Sonic Visualiser é possível notar a partir de um espectrograma (Apêndice J) que os sons não possuem centros tonais nem altura definida em nenhum momento, sendo representados visualmente como ruído. No entanto, a detecção de características como material, gesto e movimento permite que a imaginação crie um cenário reconhecível.

A estrutura causal permite deduzir que a captação desta paisagem sonora tenha ocorrido de forma *in natura*, e não criada com sobreposição de sons.

Análise geral:

As análises realizadas revelam estratégias composicionais recorrentes na construção de peças voltadas à música de relaxamento com base em paisagens sonoras. Identificou-se, nas obras estudadas, a presença de duas camadas sonoras principais: uma de caráter musical, com estruturas harmônicas e melódicas mais próximas da tradição musical ocidental; e outra de natureza acústico-ambiental, construída com elementos de paisagens sonoras naturais. Essa

dualidade não se configura em uma sobreposição hierárquica, mas sim em um modelo de coexistência equilibrada, no qual ambas as camadas compartilham o protagonismo na escuta.

Embora a camada musical tenha traços tradicionais – como acordes, alturas definidas e construção melódica –, sua função não se sobressai à da ambiência natural. Ao contrário, observa-se que esses elementos musicais são moldados para se integrar à textura ambiental, com timbres suaves, harmonia modal estável e tratamento nos processamentos sonoros que favorece a diluição das fronteiras entre o musical e o extramusical. A escolha por centros modais menores (especialmente o modo eólio) e a ausência de dissonâncias marcantes sugerem uma intenção de permanência e prolongamento, em oposição ao contraste e ao desenvolvimento temático típico de formas musicais mais tradicionais.

Por outro lado, a camada ambiental, composta por sons naturais como água corrente, chuva e pássaros, apresenta estrutura causal clara, na qual é possível perceber relações de causa e efeito entre os eventos sonoros. Essa característica aproxima a escuta de uma narrativa sensível do ambiente, ainda que não verbal, conforme proposto por Smalley (1996). A ocorrência perceptiva dessa paisagem sonora, mesmo sem alturas definidas ou centros tonais, permite ao ouvinte projetar imagens mentais e construir uma representação espacial e temporal do ambiente sonoro, favorecendo uma escuta contemplativa e sensorial.

Um padrão composicional importante identificado nas peças é a correspondência entre gesto musical e gesto ambiental. A melodia instrumental, por vezes, reproduz ritmos ou pulsos que remetem a fenômenos naturais, como gotejar da água ou pio dos pássaros. Essa estratégia evidencia uma preocupação em alinhar o material musical às dinâmicas do ambiente, criando uma fluidez energética que sustenta o estado meditativo (contemplativo) pretendido. Não há rupturas abruptas ou contrastes expressivos; a progressão sonora ocorre por adensamento ou rarefação das texturas.

Portanto, as peças analisadas apresentam um modelo composicional que se estrutura na integração de elementos musicais e ambientais, não como categorias separadas, mas como partes de um mesmo campo sonoro expandido. As camadas se complementam em densidade, movimento e prolongamento, promovendo um espaço sonoro criado que prioriza a experiência subjetiva da escuta. Esse modelo reflete a intenção de oferecer uma ambiência sensorial que estimule estados de introspecção e conexão com o ambiente, por meio de uma estética sonora fluida, modal e orgânica.

A análise modal com seu quadro de acordes da peça PS1 encontra-se disponíveis no Apêndice C. Os gráficos do espectrograma gerados pelos *plugins* no *software* estão disponíveis no Apêndice J, assim como os dados coletados, apresentados nos Apêndices M e N.

3.2.3 Análise de *solfeggio*

- S1 – Fonte: *Spotify* (<https://open.spotify.com/intl-pt/track/0vFOH96oqw1YZUs7ev5PW4?si=c9c0d7f2f5614ed8>) Busca: *solfeggio frequencies*; Parâmetro/filtro: tudo músicas; Escolha: dentro dos padrões das 9 frequências listadas pela metodologia; Título: *528 Hz Anxiety relief*; Duração: 2'02"; Canal: *Miracle Tones*; Relevância: 1,9 milhões de ouvintes mensais, 116 milhões de audições. Sobre o canal: Miracle Tones é produzido por Timo Krantz, que é produtor e músico com prestígio em criação de ambiências³² atmosféricas, estudou as frequências e seus efeitos no corpo e na mente, seu trabalho baseia-se em síntese modular para compor e também faz criação de meditações.

Análise descritiva:

Com timbre aproximado ao de um órgão combinado com cordas (*strings*), a música apresenta uma estrutura de sons graves que permanecem do início ao fim, formando um grande acorde textural. Dentro dessa base contínua, pequenas variações ocorrem nas regiões mais agudas, promovendo um leve movimento melódico gestual.

Nesta peça, ao posicionar o cursor com a ferramenta de medida no gráfico de espectrograma, os parciais harmônicos da nota mais grave apresentam todas as outras frequências aparentes, sendo eles: 1º - 66 Hz, 2º - 132 Hz, 3º - 198 Hz, 4º - 264 Hz, 5º - 330 Hz, 6º - 396, 7º - 462 Hz, 8º - 528 Hz, 9º - 594 Hz, e 10º - 660 Hz. Utilizando os dez primeiros parciais como sons simultâneos na construção de acordes, torna-se possível identificar transições funcionais. A nota fundamental aproxima-se de C2, o que permite o uso de: C2, C3, G3, C4, E4, G4, Bb4, C5, D5 e E5.

Ao longo da peça algumas frequências ganham intensidade, construindo, por exemplo, o acorde de F/C. Em outros momentos, surgem frequências como C6 e até C7, permitindo a

³² Termo empregado para designar camadas sonoras sustentadas e expansivas, geralmente construídas com recursos como *pads* e *drones*, que tem a função de criar uma sensação de espaço, continuidade e imersão auditiva. Essas texturas sonoras não buscam protagonismo melódico, mas sim a construção de um campo acústico que envolve o ouvinte, servindo como base ou pano de fundo para outras estruturas musicais.

realização de dinâmicas que variam em intensidade e promovem movimentação perceptiva, o que evita a que a música adquira um caráter monótono.

Utilizando o *plugin Chord Estimate*, do desenvolvedor *Chordino*, foi possível sobrepor os acordes formados ao gráfico do espectrograma, também realizado com o *plugin Peak Frequency Spectrogram*, nativo do *Sonic Visualiser*. Essa sobreposição facilitou a visualização do tempo de permanência dos sons em estruturas de acordes, o que também caracterizando a dinâmica (*loudness*), indicada pela coloração quente no espectrograma.

O movimento de transição dos acordes, aliado à permanência das frequências graves, sugere, dentro da lógica da harmonia tradicional, a presença de um baixo pedal. Isso ocasiona a formação de acordes em inversão, o que contribui para aspectos de movimentação melódica. Essa metodologia de composição favorece a ideia de relaxamento em vez de tensão na música, pois estabelece a previsibilidade da base grave – que permanece inalterada – enquanto os movimentos nas alturas superiores, com seus respectivos tempos de duração e intervalos, não geram dissonâncias significativas, evitando a criação de tensões.

Embora os acordes, em outros gêneros musicais, sejam comumente considerados como plano de fundo, neste ‘subgênero’ de terapia sonora, a frequência senoidal que soa ao fundo confere aos acordes, mesmo que sustentados por longos períodos, uma maior perceptibilidade de mudanças e, portanto, um caráter gestual. Suas durações permitem que sejam imaginados como sendo executados por um humano, enquanto a frequência contínua que se mantém ao longo da música de toda peça corresponde a uma extensão inexecutável em termos humanos.

Dessa forma, os movimentos dos acordes tornam-se multidirecionais, conferindo à peça um caráter textural, com sons totalmente criados – seja por processamento ou por síntese. A ausência de definição clara de *onsets* reforça ainda mais a fluidez da composição e a ausência de impactos sonoros, os quais poderiam perturbar a estabilidade da textura sonora, comprometer a percepção de relaxamento ou desvio de atenção com qualquer tipo de marcação.

- S2 – Fonte: *Spotify* (<https://open.spotify.com/intl-pt/track/7oCKrpWiz8QIn0Jkr0G6sR?si=d33cb1fd93e945f5>). Busca: *solfeggio frequencies*; Parâmetro/filtro: tudo músicas; Escolha: dentro dos padrões das 9 frequências listadas na metodologia; Título: *396 Hz Let go of fear e guilt*; Duração: 2’09”; Canal: *Miracle Tones*; Relevância: 1,9 milhões de ouvintes mensais, 53 milhões de audições. Sobre o canal: *Miracle Tones* é produzido por Timo Krantz, que é produtor e músico com prestígio em criação de ambientes atmosféricos,

estudou as frequências e seus efeitos no corpo e na mente, seu trabalho baseia em síntese modular para compor e também faz criação de meditações.

Análise descritiva:

Com timbre aproximado ao de um órgão junto com cordas (*strings*), a música apresenta uma estrutura de sons graves que permanecem do início ao fim de forma contínua sem alteração, formando assim um grande acorde textural, no qual ocorrem algumas pequenas variações em alturas superiores, promovendo um leve movimento melódico e gestual.

Nesta peça, no *Sonic Visualiser*, ao posicionar o cursor com a ferramenta de medição, os parciais harmônicos da nota mais grave apresentam todas as outras frequências aparentes³³ no gráfico de espectrograma, sendo elas: 1º - 48 Hz, 2º - 96 Hz, 3º - 144 Hz, 4º - 192 Hz, 5º - 240 Hz, 6º - 288, 7º - 336 Hz, 8º - 384 Hz, 9º - 432 Hz, e 10º - 480 Hz. A peça apresenta repetições de alguns desses parciais em outras oitavas, o que contribui para um timbre mais preenchido e rico.

Ao considerar os dez primeiros parciais harmônicos como sons simultâneos, observa-se a formação de um acorde textural que resulta da própria série harmônica de G1. Esse conjunto de alturas – G1, G2, D2, G3, B3, F3, G4, A4 e B4 – pode sugerir, pela intensificação relativa de certos parciais, percepções momentâneas de densidade harmônica ou de “acorde” emergentes. No entanto, não se trata de funções harmônicas no sentido tonal, mas sim de uma organização espectral, cuja riqueza tímbrica é explorada como recurso composicional.

No decorrer da peça, algumas frequências ganham intensidade. A predominância de sons nos registros inferiores, em comparação com as notas que geram ‘ideia melódica’, não define tonalidades de maneira precisa, mas ainda torna a criação de dinâmicas com essas intensidades, promovendo movimento e mantendo o interesse do ouvinte. Isso impede que a música adquira caráter monótono.

Utilizando o *plugin Chord Estimate*, do desenvolvedor *Chordino*, para possível sobrepor os acordes formados ao gráfico do espectrograma, gerado com o *plugin Peak Frequency Spectrogram*, nativo do *Sonic Visualiser*. Dessa forma, tornou-se mais fácil visualizar o tempo dos sons em estruturas de acordes, o que também evidencia a dinâmica (*loudness*) por meio da coloração quente indicada.

³³ Estas frequências aparentes estão sendo arredondadas do valor decimal considerado pelo *software* em sua precisão de detalhe.

O movimento da transição sonoras de sons no registro agudo, aliado à permanência dos graves, sugere um aspecto gestual. Esta metodologia de composição promove a ideia de relaxamento, em vez da tensão musical, ao tornar completamente previsível que a base grave – que não se altera –, enquanto os movimentos em alturas superiores, com suas respectivas durações e intervalos, não geram dissonâncias nem criam tensões perceptíveis nas frequências.

Análise geral:

As composições analisadas apresentam características estruturais empregando frequências específicas, favorecendo texturas contínuas, alta previsibilidade sonora e gestualidade sutil.

Sua estrutura sonora e timbrística resultam em peças construídas com blocos sonoros formados por frequências simultâneas (acordes ressaltando a série harmônica), geralmente sem métrica ou pulso definido. As variações ocorrem com uma indefinição métrica, de forma tal que os ataques de *onset* não afirmam uma marcação de pulso. Os timbres predominantes se assemelham aos de órgão e *strings*, com uso frequente de sintetizadores. A presença contínua de sons graves desde o início até o fim da obra, sem alteração perceptível sustenta a base harmônica de forma ininterrupta.

Em relação à harmonia, a sustentação grave estabelece um acorde textural contínuo, enquanto pequenas variações nos registros superiores promovem um discreto movimento melódico-gestual. Não se trata, contudo, de funções harmônicas no sentido tonal, uma vez que não há progressões cadenciais nem predominância de relações dominante. O que ocorre é a exploração dos parciais harmônicos e de suas intensidades relativas, gerando percepções de densidade e ressonância que conferem riqueza tímbrica sem instaurar tensão ou resolução. Essa opção composicional contribui diretamente para o caráter estável e contemplativo da música, favorecendo sua função de indução ao relaxamento.

Para a análise espectral foram utilizados os *plugins Chord Estimate (Chordino)* e *Peak Frequency Spectrogram* (nativo do Sonic Visualiser) para analisar graficamente os sons. Essa metodologia possibilitou sobrepor acordes ao espectrograma e visualizar tempo de permanência, intensidade (*loudness*) e presença da frequência remetida.

A visualização mostrou que os movimentos que ocorrem majoritariamente no registro agudo, com a base grave permanecendo inalterada – o que configura um comportamento similar ao do *drone*. A observação de maior importância nesta situação foi notar que a frequência

referida nos títulos das obras está contida nos parciais harmônicos da nota mais grave presente, ou seja, é apenas um reforço harmônico por oitava pela nota de maior intensidade aparente.

Quanto à gestualidade e movimento, mesmo com sons longos e contínuos, os acordes assumem papel perceptível e gestual, justamente por se destacarem da frequência senoidal de fundo, que serve como *background*. Em S2, a melodia é entoada por meio de um timbre que traz características próximas à voz humana. Nesse caso, poderia se falar em substituição de segunda ordem.

A ausência de métrica dos ataques definidos (*onsets*) e a fluidez das transições evitam qualquer sensação de impacto, pulso. Isso reforça a estabilidade sonora, evitando perturbação na percepção, promovendo o estado de foco, não havendo marcações.

De forma geral, os aspectos possíveis de serem identificados como padrões foram: o uso de sons graves contínuos com reforço harmônico para as frequências específicas; a exploração dos parciais harmônicos para criar acordes e texturas; ausência de dominantes funcionais das cadências tradicionais; ausência de pulso, métrica e *onsets* definidos.

Esses elementos apontam para um método composicional voltado à previsibilidade, estabilidade espectral e harmônica, servindo como recursos para induzir o relaxamento através do controle dos parâmetros sonoros.

As análises detalhadas de cada peça estão disponíveis nos Apêndices D e E, sendo possível também visualizar os gráficos do espectrograma extraído dos *plugins* pelo *software* no Apêndice J.

3.2.4 Análise de *sound healing*

- SH1 – Fonte: *Spotify* (<https://open.spotify.com/intl-pt/track/5rcYxWqLkv7GzhXncvb0hM?si=e80cdcc09ebe41fb>); Busca: *sound healing*; Parâmetro/filtro: tudo músicas; Escolha: que utilizasse instrumentação referente à metodologia; Título: *Sounds of the bowl*; Duração: 8'11"; Canal: *Satorio*; Relevância: 109.688 ouvintes mensais, 4 milhões de audições. Sobre o canal: De compositor desconhecido, intitulado *Satorio* que promove vendas de áudios com propostas de auto hipnose com propriedades descritivas em cada título de obra produzida, realiza vendas através da *Amazon* e disponibiliza trechos nas plataformas do *Youtube* e *Spotify*.

Análise descritiva:

Uma primeira unidade de objeto sonoro surge em forma de rampa progressiva ascendente, sem nenhum tipo de impacto sonoro incisivo e com uma intensidade gradualmente linear, direcionando-se à continuidade de um arraste sonoro. Esse arraste reverbera sons simultâneos, sendo possível identificar indícios sonoros que remetem a uma onda senoidal e a uma taça tibetana (com timbre metálico, rica reverberação e ampla propagação sonora).

Por ser um som bastante largo e espaçado no tempo, pode ser classificado como textural, contendo o gesto de sua aparição e sua transformação ao longo do tempo. Dessa forma, dificulta determinar uma unidade de tempo, sendo uma existência de uma ação precedente ao som, o que caracteriza seu *onset* como indeterminado, com continuação sustentada de forma unidirecional e finalização por desaparecimento.

A junção dos sons e suas frequências propõe um acorde com espaços intervalares distantes, sem gerar dissonância. Sua relação com os demais sons que surgem ao longo da música é de coexistência, e sua periodicidade pode ser classificada como *continuum*, pois reaparece seguidamente, conectando seu fim a um novo início até o encerramento da peça.

No espaço de escuta, o som ocorre de forma centralizada. Considerando a origem dos sons e as unidades sonoras que surgem, não há sugestão de um cenário representativo de paisagem sonora. Mesmo com as reverberações e as longas durações, o conjunto propõe a ideia de um vazio espacial, no qual os sons parecem flutuar.

A qualidade da tonalidade temporal atribuída às texturas e à sua sensação de permanência é identificada como tempo-ampulheta, já que as repetições atuam como marcadores temporais, diluindo o espaçamento prolongado entre os eventos sonoros.

O segundo objeto sonoro também é constituído por um acorde, formado por relações intervalares mais próximas, tornando-se consonante e harmônico. Seu indício aponta para ondas senoidais, apresentando as mesmas características texturais do primeiro objeto sonoro. Contém o gesto de sua aparição e transformação ao longo do tempo; sem unidade de tempo sugerindo a existência de uma ação precedente ao som, caracterizando também seu *onset* como indeterminado, com sustentação unidirecional e término por desaparecimento.

A relação com os demais sons posiciona esse objeto em condição de submissão, por estar disposto em uma camada mais distante — como fundo — permitindo que outros sons tenham maior destaque. Sua periodicidade também é de *continuum*, e sua espacialidade permanece centralizada.

O indício sonoro não sugere a formação de uma paisagem sonora, permitindo que os sons flutuem em um vazio espacial. Sua qualidade temporal, devido às repetições, é classificada como tempo-ampulheta, graduando o espaçamento prolongado entre os eventos sonoros.

Por fim, o terceiro objeto sonoro desta música consiste em uma fonte sonora de massa metálica, indicando o uso de uma tigela e/ou sino, com gesto percussivo e *onset* de partida bem definido. Apresenta eco com repetição curta e som com ressonância prolongada, atuando como elemento continuante de enunciado, devido à sua aparição e intensidade se sobreporem aos demais objetos, finalizando com desaparecimento.

Este objeto é percebido como um fragmento composicional formado por dois sons com alturas distintas, mas qualidades timbrísticas semelhantes, com variações nos harmônicos, podendo, em determinados momentos, alternar entre dois e três sons. Sua relação com os demais objetos sonoros é de dominância, e, internamente, entre seus próprios elementos, é de causa e efeito. Sua periodicidade é de pontuação e sua espacialização permanece centralizada, com foco sonoro voltado para o alto. Não sugere geração de paisagem sonora, e sua tonalidade temporal é classificada como tempo-espelho, por criar uma sensação de envolvimento e atrair a atenção para esse evento sonoro específico.

De forma geral, a música apresenta uma estabilidade que não gera tensão. A estrutura baseada em texturas permite observar um ambiente propício ao relaxamento, além de promover conforto por meio da previsibilidade dos eventos sonoros. O terceiro objeto sonoro desempenha o papel de capturar a atenção, contrastando com os dois primeiros; sua variação permite ao ouvinte manter o foco auditivo e experimentar uma leve tensão na expectativa por novas ocorrências. As ressonâncias dos objetos, somadas aos constantes crescendos e diminuendos, favorecem a eliminação de ruídos externos e promovem a criação de um silêncio ambiental, configurando um espaço de escuta vazio e receptivo.

- SH2 – Fonte: *Spotify* (<https://open.spotify.com/intl-pt/track/3M6rco9567iURViiYXXKen?si=3814d6535ee5461d>); Busca: *sound healing*; Parâmetro/filtro: tudo músicas; Escolha: que utilizasse instrumentação referente à metodologia; Título: *The singing bowl*; Duração: 7'39"; Canal: *Satorio*; Relevância: 109.688 ouvintes mensais, 3 milhões de audições. Sobre o canal: De compositor desconhecido, intitulado *Satorio* que promove vendas de áudios com propostas de auto hipnose com propriedades descritivas em cada título de obra

produzida, realiza vendas através da *Amazon* e disponibiliza trechos nas plataformas do *Youtube* e *Spotify*.

Análise descritiva:

Uma primeira unidade de objeto sonoro surge em forma de rampa progressiva ascendente, sem nenhum tipo de impacto sonoro incisivo e com uma intensidade gradualmente linear em direção à continuidade de um arraste sonoro, reverberando sons simultâneos, sendo possível identificar seus indícios sonoros como onda senoidal e taça tibetana (que apresenta timbre metálico com bastante reverberação e propagação do som). Por ser um som bastante largo e espaçado no tempo, pode ser classificado como textural, contendo o gesto de sua aparição e sua transformação durante o tempo. A junção dos sons e suas frequências propõe um acorde com espaços intervalares distantes, não criando dissonância. Sua relação com os demais sons que aparecem no decorrer da música é de coexistência, e sua periodicidade é de continuum. No espaço de escuta, seu som acontece de forma centralizada, e, devido à origem dos sons e às unidades dos sons que posteriormente surgem, não sugerem nenhum tipo de cenário de paisagem sonora. Mesmo com as reverberações e as longas durações dos sons, propõem a ideia de um vazio espacial com os sons flutuando neste vazio. A qualidade da tonalidade temporal que é atribuída às texturas e sua sensação de permanência é de tempo-ampulheta, pois as repetições sinalizam marcadores temporais para diluir o grande espaçamento de tempo.

O segundo objeto sonoro também se constitui de um acorde, formado por relações intervalares mais próximas, se tornando consonante e harmônico. Seu indício indica ondas senoidais, possuindo as mesmas características texturais do primeiro objeto sonoro, contendo o gesto de sua aparição e sua transformação durante o tempo. Sua unidade de repetição sugere que há uma ação precedente ao som, também caracterizando seu onset como anacruse, com sua continuação de sustentação unidirecional e terminação em desaparecimento. A relação com os demais sons coloca este objeto em submissão, por ser posto em uma camada mais distante, como fundo, para os demais sons apresentarem maior destaque. Sua periodicidade também é de continuum e sua espacialidade é centralizada. Seu indício não oferece nenhuma geração de paisagem sonora, permitindo que os sons flutuem em um vazio espacial, e sua qualidade temporal, devido às suas repetições, é de tempo-ampulheta, graduando o espaçamento largo de tempo.

Por fim, o terceiro objeto sonoro desta música constitui-se de uma fonte sonora de massa metálica, indicando uma tigela e/ou sino, com gesto percussivo, tendo um *onset* de partida bem

definido, com eco de repetição curta e som com ressonância prolongada, continuante de enunciado, devido à sua aparição e intensidade sobrepondo os demais objetos, e terminação em desaparecimento. Este objeto é tido como um fragmento de composição de dois sons com alturas diferentes, porém qualidades timbrísticas semelhantes, com variação nos harmônicos, podendo ainda ter uma variante de ora três e ora dois sons. Sua relação com os demais objetos sonoros é de dominância, e entre si mesmo, de causa e efeito. Sua periodicidade é de pontuação, sua localização no espaço também é central, voltada para o alto. Não oferece geração de paisagem sonora e sua tonalidade temporal é de tempo-espelho, pois há uma sensação de envolvimento e atração da atenção para este evento sonoro.

De forma geral, a música possui uma estabilidade que não gera tensão. A estrutura em texturas permite a observação do relaxamento, além de promover conforto na previsibilidade dos eventos sonoros. O terceiro objeto sonoro desempenha um papel de capturar a atenção, contrastando com os dois primeiros objetos. Sua variação permite ao ouvinte estabelecer uma atenção e um mínimo de tensão pela busca da verificação da variação que se encontra. As ressonâncias dos objetos e seus constantes crescendos e diminuendos favorecem a eliminação de ruídos externos e a geração de um silêncio de ambiente, criando um vazio como espaço de escuta.

Análise geral:

A partir das análises descritivas realizadas sobre as unidades de objetos sonoros presentes nas duas obras, é possível identificar certos padrões composicionais característicos da música voltada ao *sound healing*, sobretudo em peças que se orientam por uma escuta prolongada e introspectiva. Embora as obras apresentem estruturas distintas quanto à função e à disposição de seus objetos sonoros, ambas compartilham estratégias sonoras que priorizam a estabilidade acústica, a suavidade dos gestos e a dilatação da percepção temporal.

Em termos de construção formal, observa-se o predomínio de objetos com gestos pouco incisivos e com características texturais marcantes, o que evidencia uma intenção composicional voltada mais para a criação de atmosferas do que para o desenvolvimento temático ou melódico. A ausência de impactos sonoros abruptos, a escolha por timbres ressonantes e a centralização espacial dos sons sugerem um interesse em produzir um espaço sonoro imersivo, no qual a escuta se volta para dentro, em direção a um estado de introspecção.

Outro ponto em comum é o uso recorrente da periodicidade do tipo *continuum* e da tonalidade temporal conhecida como *tempo-ampulheta*, elementos que contribuem para uma

sensação de tempo dilatado e de permanência. Esses recursos são especialmente eficazes na indução de estados de relaxamento, uma vez que reduzem a expectativa por mudanças bruscas e favorecem uma escuta sustentada. A previsibilidade sonora, nesse contexto, não atua como limitação, mas como ferramenta de conforto sensorial.

Em uma das obras, nota-se uma maior homogeneidade entre os objetos sonoros, que coexistem de maneira equilibrada, enquanto na outra se destaca a presença de um objeto com função de pontuação — com forte carga gestual e perceptiva — responsável por renovar a atenção do ouvinte e introduzir leves contrastes. Essa alternância entre continuidade e pontuação, mesmo sutil, demonstra uma compreensão mais refinada do controle da escuta, conferindo à composição uma dinâmica interna que, sem comprometer a fluidez, evita a estagnação.

Por fim, um padrão relevante a ser destacado é a ausência deliberada de paisagem sonora figurativa. Em ambas as obras, a escolha por sons que não remetem a ambientes naturais ou contextos externos reforça a proposta de um espaço de escuta não referencial (com exceção de um *temple bell*), onde os sons flutuam em um ‘vazio acústico’. Esse esvaziamento simbólico do espaço sonoro é coerente com práticas meditativas e com o objetivo de suspensão do pensamento discursivo, recorrente nas aplicações terapêuticas da música de *sound healing*.

Assim, os padrões composicionais observados nessas análises — como a valorização da ressonância, a centralização espacial, os gestos prolongados e os ciclos de repetição — confirmam um modelo estético centrado na criação de estados de escuta modificados. O som, nesse contexto, é menos veículo de discurso e mais agente de transformação perceptiva. A composição se aproxima de uma escultura sonora que se desdobra no tempo, moldada por camadas de vibração, espaços de silêncio e atenção sustentada.

Para estas análises foram realizadas escuta ativa e atenta das composições, utilizando *softwares* de análise como *Sonic Visualiser* com o *plugin* nativo *Peak Frequency Spectrogram*. Ainda foi necessário a elaboração de uma partitura de escuta, inspirado no trabalho de Thoresen (2007), que ajudou a enxergar um mapa detalhado da composição, facilitando a interpretação da estrutura.

As análises detalhadas de cada obra estão reunidas nos Apêndices G e I, enquanto suas respectivas partituras de escuta podem ser consultadas nos Apêndices F e H.

3.3 Exercícios de composição

Este capítulo apresenta quatro exercícios de criação musical desenvolvidos a partir de experimentações sonoras que exploram abordagens sensíveis, perceptivas e simbólicas ligadas a diferentes formas de escuta. Longe de buscar resultados definitivos, os exercícios aqui descritos assumem a natureza processual, sendo entendidos como experiências compositivas abertas, fundamentadas por escutas dirigidas e referências conceituais extraídas de campos como a meditação, a ecologia sonora, os estudos vibracionais e as práticas de terapias sonora.

Cada proposta foi construída a partir de um eixo temático – meditação, paisagem sonora, *solfeggio* e *sound healing* – funcionando como disparadores poéticos e estéticos para a organização e manipulação sonora. A escolha desses temas não se baseia em uma hierarquia entre práticas artísticas e terapêuticas, mas sim em sua potência enquanto modos de escuta e composição que atravessam tanto o sensível quanto o simbólico. A escuta ativa, a percepção espacial e a manipulação sonora são elementos que guiam essas experimentações.

As composições resultantes não se prendem à obrigatoriedade de uma fonte sonora reconhecível, permitindo o uso de materiais sintetizados ou manipulados digitalmente, além de instrumentos acústicos e gravações ambientais. Ao valorizar tanto os sons do mundo quanto os criados artificialmente, os exercícios buscam expandir as possibilidades criativas, acolhendo camadas de significação que emergem da experiência sonora em si.

3.3.1 Composição de meditação

Figura 1 – Composição de Meditação – QrCode



Fonte: elaborado pelo autor³⁴.

A concepção e realização do exercício composicional foi fundamentada em análise estilística das práticas de meditação guiada, com o objetivo de estruturar uma peça sonora que favorecesse a experiência imersiva para o ouvinte. Durante a investigação sonora, foram identificados alguns padrões recorrentes, tais como a utilização da voz como um elemento

³⁴ Link para *Google Drive* de áudio da composição de meditação em formato *.wav*, recomendado para apreciação com fones de ouvido. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1LeC3n55F5TcBQKIFVVOqk6F1vq69sT6r/view?usp=drive_link.

central que, ao longo da condução, adquire características de discurso, podendo ser comparada a uma melodia. Nesse contexto, a voz não apenas transmite informações verbais, mas também atua como um instrumento sonoro, conduzindo a escuta de forma direcionada. É possível notar que a condução vocal ocorre de maneira imperativa, induzindo o ouvinte a realizar ações específicas.

Outro padrão identificado foi a utilização de um fundo harmônico sustentado por acordes que evitam variações dinâmicas significativas entre tensão e relaxamento. Optou-se, portanto, por uma progressão harmônica que se mantém previsível e estável, com acordes que não geram expectativas tonais, mas sim um estado contínuo de repouso. Além disso, foi estabelecido um contraste entre a intensidade da condução vocal e a sonoridade de *background* harmônico, criando planos distintos de proximidade e distanciamento na relação com o ouvinte.

A estrutura da composição foi organizada em diferentes momentos, alinhando-se às etapas tradicionais da meditação guiada: (1) preparação do corpo e do espaço interno; (2) introdução à respiração; (3) concentração na percepção sonora; (4) condução da escuta para sons distantes e próximos fora do espaço criado; (5) escuta, apreciação e integração ao ambiente sonoro desenvolvido; (6) experiência somática com o som; e (7) retorno gradual da consciência ao espaço físico.

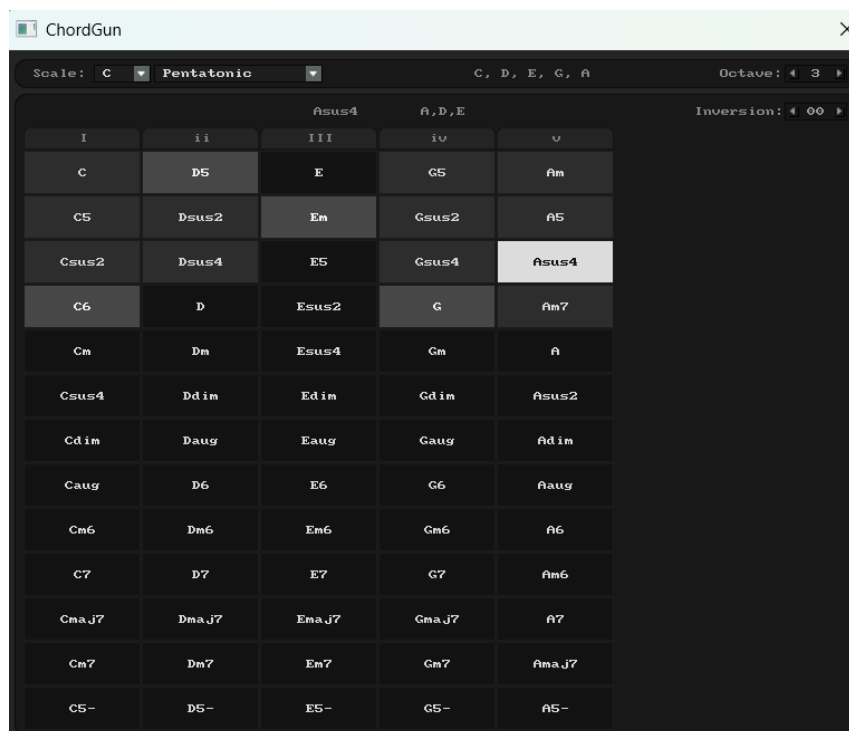
No que se refere à estrutura harmônica, a composição foi desenvolvida no campo harmônico de C pentatônico maior com acréscimo de B (7ª maior), utilizando as seguintes progressões: C6 – Asus4 – G – C6, com variações ocasionais para C6 – Asus4 – G – Em – D5 – C6. Essas progressões foram selecionadas de modo a garantir uma sonoridade homogênea e relaxante ao longo da condução da meditação.

Considerando os diferentes perfis de ouvintes, especialmente aqueles que já possuem práticas meditativas, é possível propor modelos composicionais com maior extensão, favorecendo a apreciação dos sons e imersão em estados de atenção plena. Além disso, foi sugerida a conversão do material MIDI para o formato de áudio ambissônico com decodificação em *stereo binaural*, permitindo a movimentação espacial das fontes sonoras. Essa estratégia visa prender a atenção do ouvinte não apenas pelas características do som em si, mas também por sua dinâmica espacial.

Quanto aos detalhes técnicos da composição, a produção dos acordes foi realizada utilizando instrumentos virtuais, com a geração de *track* em MIDI diretamente no *software Reaper*, sintetizando com instrumentação virtual utilizando do *plugin* gratuito *Iota Mini* (*AngelicVibes*) disponível em: <https://www.angelicvibes.com/iota-mini/>. Adicionalmente, foi

empregado um *patch* auxiliar para geração rápida de acordes MIDI (Figura 5), disponível na plataforma do *Reaper*: https://stash.reaper.fm/v/39748/pandabot_ChordGun.lua.

Figura 2 – Patch ChordGun



Fonte: extraído do *software Reaper*. Patch de geração de acordes MIDI.

Para a gravação do texto foi utilizado microfone sem fio, condensador, supercardioide *Samson Amx Wind Instrument*.

Essa abordagem técnica elabora uma estrutura musical flexível, voltada à diversidade de escuta presente entre os diferentes perfis de ouvintes no contexto da meditação guiada. A combinação entre instrumentos virtuais, geração automatizada de acordes e espacialização sonora em formato ambissônico oferece um suporte composicional que amplia o potencial de imersão auditiva, explorando a organização espacial e harmônica dos sons como recurso expressivo.

3.3.2 Composição de paisagem sonora

Figura 3 – Composição de Paisagem Sonora – QrCode



Fonte: elaborado pelo autor.³⁵

A proposta de composição para terapia sonora baseada na paisagem sonora envolveu a utilização de *software* para mixagem (*Reaper*), reorganização temporal (*plugins* IEM) e inserção de elementos sonoros isolados provenientes de um banco de sons. Esse método permitiu uma maior flexibilidade na criação e adaptação dos materiais, evitando a necessidade de gravações em locais específicos. A abordagem possibilitou a construção de paisagens sonoras que transcendem a naturalidade, abrindo espaço para a criação de atmosferas surreais. É possível empregar sons resultantes de processos de síntese e manipulação sonora, não sendo necessário que a fonte sonora original seja reconhecível.

Na composição desenvolvida, foram utilizados sons disponíveis gratuitamente pelo *BBC Sound Effects* (<https://sound-effects.bbcwind.co.uk/>) incluindo: *Tropical forest wet evergreen - evering with colobus monkeys*, *Blackbird (turdus merula) – song*, *Common frog (rana temporaria) – calls* e *Fast flowing stream – any season*. Esses sons passaram por edições, cortes e mixagens, além da aplicação de *plugins* para codificação *Ambisronics* e decodificação binaural, com o objetivo de proporcionar uma experiência tridimensional ao ouvinte.

A estruturação da peça seguiu princípios descritos por Chion (1999), especialmente no que tange à construção de um *background* sonoro como guia temporal dentro da abordagem do *tempo-friso*, no qual o tempo é narrado através dos eventos sonoros. A ambientação da floresta serviu como base, conectando-se ao som de um riacho por meio de uma transição gradual (*crossfade*). Sobre essa base, foram feitos fragmentos dos sons de aves e sapos, codificando-os em 16 canais para permitir manipulações em áudio ambissônico de terceira ordem (Fonseca, 2020) e decodificação em *stereo binaural*.

A fragmentação desses sons possibilitou sua utilização como sinais pontuadores na composição. Os timbres resultantes foram empregados para direcionar a atenção do ouvinte,

³⁵ Link para *Google Drive* de áudio da composição de paisagem sonora em formato *.wav*, recomendado para apreciação com fones de ouvido. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1loJnWjHKHW0xQMOAEauxM-Zgjxz17lIg/view?usp=drive_link.

criando padrões de repetição que, apesar de variações gestuais, proporcionam um efeito de ancoragem cognitiva. Isso se alinha aos conceitos de Chion (1999) sobre escuta e memória sonora, onde a repetição pode oferecer um espaço de descanso auditivo.

A espacialização sonora foi um elemento central na composição, a utilização de áudio ambissônico permitiu que os objetos sonoros se deslocassem em direções ao redor do ouvinte, mantendo-o como ponto fixo e central na experiência. Esse aspecto explora a imersão do espaço de escuta, criando uma sensação de envolvimento que dialoga diretamente como o conceito de tempo-espelho, no qual a percepção sonora conduz à imersão e à sedução pelo ambiente sonoro criado.

A combinação de técnicas de espacialização, processamento binaural e manipulação timbrística permite uma modelagem sonora detalhada, favorecendo a construção de ambientes que evocam as características desejadas para as músicas de terapias sonoras. O conhecimento técnico-musical e a aplicação estratégica desses recursos ampliam as possibilidades composicionais, tornando a experiência auditiva mais eficaz na indução de estado de relaxamento e bem-estar.

3.3.3 Composição de *solfeggio*

Figura 4 – Composição de *Solfeggio* – QrCode



Fonte: elaborado pelo autor.³⁶

Para a composição voltada para a terapia sonora de abordagem das frequências, no caso pertencente às determinadas pelo sistema *solfeggio*, foi escolhida a frequência de 528 Hz. Foi observado em análise de outras peças que não ocorre a frequência de forma isolada, havendo interações com parciais harmônicos e frequências subjacentes, nas quais 528 Hz emerge como um componente ressonante.

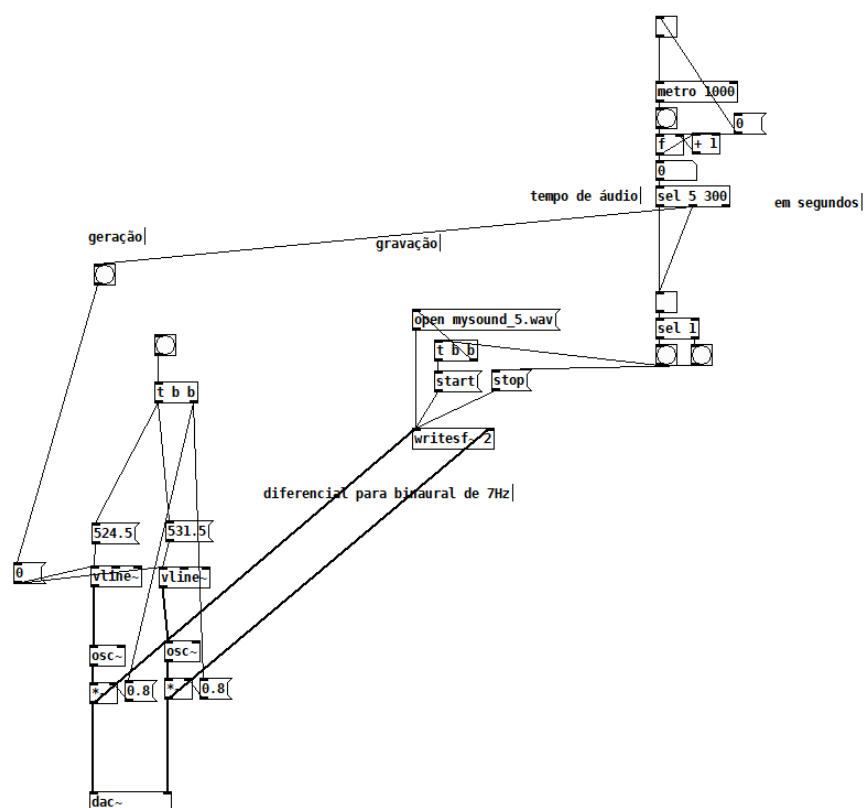
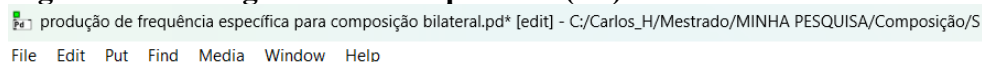
³⁶ Link para *Google Drive* de áudio da composição de *solfeggio* em formato .wav, recomendado para apreciação com fones de ouvido. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1fNko1uYG2-FJqv2BgOzxdTeHe3WUKMyZ/view?usp=drive_link.

Com base nessa percepção, optou-se pela utilização de frequências dispostas ao redor da cabeça do ouvinte para direcionar a atenção auditiva do ouvinte. Para tanto, foi estabelecido um modelo de escuta estéreo em que cada canal auditivo recebe uma frequência equidistante de 528 Hz. A diferença entre as frequências de cada canal foi fixada em 7 Hz, correspondente à faixa das ondas teta, as quais estão associadas a estados de relaxamento profundo e meditação. Assim, cada canal (L/R) apresenta uma frequência deslocada em $\pm 3,5$ Hz em relação a 528 Hz.

Para estimular uma escuta ativa e promover dinâmicas auditivas mais envolventes, a composição incorpora movimentação sonora no panorama estéreo. A fim de viabilizar essa abordagem, foram utilizados *plugins* desenvolvidos pelo *Institute of Electronic Music and Acoustics* (IEM), especificamente o *StereoEncoder (64ch)*, que permite converter sinais estéreo em um formato *ambisonics*, possibilitando a movimentação tridimensional dos sons. Esses *plugins* estão disponíveis gratuitamente em: <https://plugins.iem.at/>. Posteriormente foi utilizado a decodificação para *stereo binaural*, pelo *plugin* de decodificação.

A produção sonora da composição foi realizada utilizando ondas senoidais puras geradas no ambiente de programação *Pure Data* (Pd), conforme o *patch* desenvolvido para este estudo (Figura 8). A escolha por ondas senoidais puras teve como objetivo minimizar a influência de timbres complexos, permitindo que a atenção auditiva se concentrasse na percepção das movimentações espaciais e das interações entre as frequências binaurais.

Figura 5 – *Patch* gerador de frequências (Pd)



Fonte: elaborado pelo autor. *Patch* em Pd para elaboração de áudio binaural com frequência específica senoidal de 528 Hz resultante com diferença de +/- 3,5 Hz em cada canal (L/R) gerando batimentos de 7 Hz.

Essa abordagem composicional busca evitar interferências de elementos sonoros externos ao sistema de frequências utilizado. A interação entre as frequências binaurais e a movimentação espacial cria uma dinâmica perceptiva caracterizada pela alternância de pulsos resultantes da defasagem entre as frequências, conferindo à composição uma qualidade sonora envolvente e favorecendo um foco auditivo direcionado.

3.3.4 Composição de *sound healing*

Figura 6 – Composição de *Sound Healing* – QrCode



Fonte: elaborado pelo autor³⁷.

A composição desenvolvida no contexto do *sound healing* foi fundamentada em um processo de escuta analítica que orientou tanto a seleção dos instrumentos quanto a estruturação geral da obra. As análises realizadas permitiram determinar as abordagens gestuais na organização das texturas sonoras, incluindo os mínimos movimentos gestuais atribuídos aos *onsets* dos objetos sonoros. Esses padrões foram estabelecidos pelas observações extraídas das análises aurais e da partitura de escuta desenvolvida para este trabalho.

A ausência de uma forma musical rigidamente definida foi uma característica evidente no processo composicional. Entretanto, padrões de repetição foram estabelecidos, permitindo, ao ouvinte, uma previsibilidade de expectativas acerca dos surgimentos dos sons e suas sequências. Essa previsibilidade conferiu estabilidade à composição, de modo que os elementos-surpresa se restringiram às primeiras aparições dos objetos sonoros. A escolha instrumental baseou-se em características espectromorfológicas compartilhadas entre os instrumentos selecionados, com ênfase em sua ressonância prolongada. Além disso, as alturas dos instrumentos foram posicionadas em registros distintos, minimizando a ocorrência de dissonâncias e favorecendo uma expansão da percepção sonora.

A instrumentação adotada compreendeu três elementos: sinete, tigela tibetana e didgeridoo. Cada um desses instrumentos foi utilizado de maneira a preservar sua identidade sonora, seu timbre. O didgeridoo desempenhou a função de textura, *drone*, sendo processado digitalmente no *software Audacity* por meio do *plugin Paulstretch* para ampliação da duração e preservação das características timbrísticas. Posteriormente, no *software Reaper*, foi aplicada a ferramenta *ReaPitch*, permitindo a transposição para uma oitava inferior e a geração de uma

³⁷ Link para *Google Drive* de áudio da composição de *sound healing* em formato *.wav*, recomendado para apreciação com fones de ouvido. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/100Z2DUFuY22uX4BcsOQpuB8MWMClzRIJ/view?usp=drive_link.

textura mais densa. Essa abordagem buscou criar um fundo sonoro que proporcionasse ao ouvinte uma sensação de espacialidade, através de sua densidade e longa duração, dado o espectro harmônico expandido nos registros graves, favorecendo a sobreposição de novos sons e reduzindo a interferência de ruídos externos na percepção auditiva.

A tigela tibetana, por sua vez, apresentou uma frequência fundamental de 646 Hz (E5, aproximadamente). Dado o seu ataque abrupto devido à percussão com bastão de madeira, aplicou-se um processamento de inversão do *onset*, suavizado por um *crossfade*, reduzindo assim o impacto sonoro inicial e evitando tensões desnecessárias. O som de longa duração da tigela tibetana foi estrategicamente utilizado para criar um ponto de referência perceptual para o ouvinte na questão do tempo. Considerando que o didgeridoo gera um certo distanciamento na identificação da fonte sonora por se tratar de um instrumento étnico bastante incomum, a tigela tibetana atua como um elemento fixo, cuja repetição espaçada estabelece um padrão previsível, funcionando como um “tema” recorrente na composição.

O sinete, com frequência de 1022 Hz (C6, aproximadamente), foi empregado sem processamento adicional, cumprindo a função de sinalizador sonoro. Essa escolha baseou-se na proposta de Michel Chion (1999), que sugere a inserção de elementos que impeçam a dispersão cognitiva do ouvinte, reconduzindo sua atenção ao ato de escuta.

Em determinados momentos da peça, os sons de origem metálica foram temporariamente omitidos para permitir uma apreciação mais detalhada das transformações internas do timbre do didgeridoo e seus micro gestos texturais. Essa estratégia favorece a imersão do ouvinte em um ambiente sonoro imaginativo, no qual sua experiência auditiva é modulada pelas relações mentais e emocionais suscitadas durante a escuta.

Para esta composição, os sons utilizados foram gravados dos instrumentos acústicos, captados por um microfone sem fio, condensador, supercardioide *Samson Amx Wind Instrument*.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento deste trabalho permitiu a ampliação do olhar sobre as terapias sonoras a partir de uma perspectiva que alia escuta crítica, composição musical e reflexão teórica. Através da articulação entre campos da etnomusicologia, da estética musical contemporânea, das práticas de escuta e da relação entre música e saúde, foi possível compreender de forma mais profunda os aspectos funcionais do som e seu impacto nos contextos terapêuticos. Essa abordagem também favoreceu a desconstrução de paradigmas estéticos enraizados, propondo alternativas mais sensíveis aos contextos culturais.

A investigação revelou ainda a importância de se considerar elementos sonoros não apenas como portadores de beleza ou valor artístico, mas como agentes eficazes de indução de estados sensoriais e emocionais. A composição, nesse sentido, deixou de ser apenas uma atividade de criação estética e assumiu uma função mais ampla: a de construir experiências auditivas significativas, orientadas por objetivos – sejam terapêuticos ou não – e ancoradas em métodos analíticos descritivos aprofundados. As soluções composicionais propostas demonstram que é possível integrar recursos tecnológicos, escuta acusmática, espacialização e timbres diferenciados em propostas musicais que dialogam com o corpo, mente e subjetividade dos ouvintes.

Do ponto de vista metodológico, a utilização da escuta analítica, da partitura de escuta e das análises aurais demonstrou-se essencial para a organização dos materiais sonoros. As estratégias adotadas, como o uso de frequências específicas em decodificação binaural, texturas imersivas e recursos gestuais mínimos, permitiram o desenvolvimento de um modelo composicional adaptável às demandas das terapias sonoras. Essa abordagem não apenas amplia o repertório técnico-musical disponível, como também aponta caminhos para novas formas de criação e atuação artística comprometidas com o bem-estar e o cuidado integrativo na saúde.

Como contribuição para a área da música e suas intersecções com outras disciplinas, este trabalho abre espaço para investigações futuras que considerem a música como prática de saúde e transformação social. O questionamento sobre o universo da música de relaxamento, no que diz respeito às condições e predisposição do público que consome essas obras, à escuta intencionada e os contextos socioculturais nos quais se inserem, também são aberturas para se partir das questões aqui trazidas. Pode-se ainda propor um olhar crítico para o treinamento do músico-compositor, suas ferramentas composicionais e os objetivos que orientam sua criação.

Outra vantagem observada foi o uso de instrumentações étnicas e da manipulação timbrística, com seus ricos diferenciais expressivos. O cruzamento entre tradição e tecnologia, saberes ancestrais e métodos analíticos contemporâneos, escuta subjetiva e escuta sistematizada, configura um território fértil para a expansão de conhecimentos e práticas. Assim, este estudo não apenas propõe uma nova forma de pensar a música, mas também convida a uma escuta mais atenta, sensível e comprometida com a diversidade de experiências humanas que ela pode mediar.

REFERÊNCIAS

- ALDRIDGE, D. *Music therapy in neurological rehabilitation*. London: Jessica Kingsley, 2005.
- ALDRIDGE, D.; FACHNER, J. *Music and altered states: consciousness, transformation, therapy*. London: Jessica Kingsley, 2006
- ANALAYO, B. *Satipatthana: the direct path to realization*. Malaysia: Inward Path Publisher, 2006.
- BAKER, F.; WIGRAM, T.; RUUD, E. *Songwriting: Method, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. 1. ed. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2005.
- BISHOP, S. R.; *et al.* Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: science and practice*, Toronto, v. 11, n. 3, 230-241, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/clipsy/bph077>. Acesso em: 27 ago 2025.
- BONDE, L. O. Health music(king) – Music therapy or music and health? A model, eight empirical examples and some personal reflections. *Music and Arts in Action*, Aalborg, v. 3, n. 2, p. 120-140, 2011. Disponível em: <http://musicandartsinaction.net/index.php/maia/article/view/healthmusicngmodel/58>. Acesso em: 30 maio 2025.
- CAHN, B. R.; POLICH, J. Meditation states and traits: EEG, ERP and neuroimaging studies. *Psychological Bulletin*, (cidade de publicação), v. 132, n.2, p. 180-211, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.2.180>. Acesso em: 27 ago 2025.
- CHION, M. *El arte de los sonidos fijados*. Traducción: Carmen Pardo. Cuenca: Centro de Creación Experimental, Universidad de Castilla-La Mancha, 1991. Título original: L'art des sons fixés ou la musique concretement.
- CHION, M. *El sonido*. Traducción: Enrique Folch González. Barcelona: Paidós Comunicacion, 1999. Título original: Le son.
- DISCRENS, C. M. *The influence of music on behavior*. Princeton: Princeton University Press. 1926.
- ESPINDOLA, T. M. S. *Sonic Peace: Na antithesis to sonic warfare*. Miami, 2013, 64 f. Tese de Mestrado em Música. Florida International University, Miami, 2013. Disponível em: <https://digitalcommons.fiu.edu/etd/993/>. Acesso em: 30 maio 2025.
- FONSECA, N. *Sound Particles: All you need to know about audio*. 2020, 39 f. Disponível em: <https://soundparticles.com/resources/ebooks/3daudio>. Acesso em: 19/03/25.
- GASTON, E. T. *Music in therapy*. 4th ed. New York: Macmillan, 1968.
- GROUT, D.; PALISCA C. *História da Música Ocidental*. 5. ed. Lisboa: Gradiva, 2001.

GOLDSBY, T. L.; *et al.* Effects of singing bowl sound meditation on mood, tension, and well-being: An observational study. *Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, California, v. 22, n. 3, p. 401-406. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/2156587216668109>. Acesso em: 27 ago 2025.

GOUK, P. *Musical Healing in Cultural Contexts*. Aldershot, Ashgate, 2000.

HORDEN, P., Ed. *Music as Medicine*. The History of Music Therapy since Antiquity. Aldershot, Ashgate, 2000.

KABAT-ZINN, J. *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. 11th ed., New York: Balance, 2023.

KUNST, J. *Ethnomusicology: A study of its nature, its problems, methods and representative personalities to which is added a bibliography*. Martinus Nijhoff, 3. ed., 1974.

LACERDA, P. F. *Batimentos binaurais e tons isocrômicos: das características aos efeitos*. 2018. 75 f. Dissertação (Mestrado em Som e Imagem) - Universidade Católica Portuguesa, Porto, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/entities/publication/68839572-c9b2-4a59-a92e-ddd0037ba84d>. Acesso em: 30 maio 2025.

MACDONALD, R.; KREUTZ, G.; MITCHELL, L. *What is music, health, and wellbeing and why is it important?* Oxford Academic, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199586974.001.0001>. Acesso em: 27 ago 2025.

MAIA, F. M.; JUNIOR, S. Novas articulações no mercado de música a partir da cultura do streaming. *Culturas Midiáticas*, Paraíba, v. 12, n. 2, p. 47 – 59, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.22478/ufpb.1983-5930.2019v12n2.45409>. Acesso em: 27 ago 2025.

MAMAN, F. *The role of music in the twenty-first century*. California: Tama-Dô, 1997.

MARTINS, A. L. *Isso é música? O som experimental a partir da apropriação das novas tecnologias*. Orfeu, São Paulo, v. 1, n. 2, p. 60-78, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.5965/2525534001022016060>. Acesso em: 27 ago 2025.

MASALA, D.; MEROLLE, V. The tuning fork and the “soundtherapy”. *Senses e Sciences*, Roma, v. 4, n. 2, p. 365-370, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.14616/sands-2017-2-365370>. Acesso em: 30 maio 2025.

MENEZES, C. B.; DELL’AGLIO, D. D.. Os efeitos da meditação à luz da investigação científica em psicologia: revisão de literatura. *Psicologia, ciência e profissão*, Brasília, v. 29, n. 2, p. 276-289, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932009000200006>. Acesso em: 27 ago 2025.

MERRIAM, A. P.. *The anthropology of music*. 3ª ed, Chicago, Northwestern University Press, 1964, 371 p.

MESSINA, M.; *et al.* Música experimental, técnicas estendidas e práticas criativas como ferramentas decoloniais: um relato de várias torções e tensões. *PROA: Revista de*

antropologia e arte. Campinas, v. 10, n. 1, p. 101 – 121, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.20396/proa.v10i1.17609>. Acesso em: 27 ago 2025.

NUNES-SILVA, M.; *et al.* Avaliação de músicas compostas para indução de relaxamento e de seus efeitos psicológicos. *Psicologia: ciência e profissão*, Brasília, v. 36, n. 3, p. 709-725, jul./set. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703001672014>. Acesso em: 27 ago 2025.

PADOVANI, J. H.; FERRAZ, S.. Proto-história, evolução e situação atual das técnicas estendidas na criação musical e na performance. *Revista Música Hodie*, Goiânia, v. 11, n. 2, p. 11-25, 2011. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/musica/article/view/21752>. Acesso em: 3 maio 2025.

PETRAGLIA, M. S. *Estudos sobre a ação de vibrações acústicas e música em organismos vegetais*, 2005, 85 f. Dissertação (Mestrado em Biologia Geral e Aplicada) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual de São Paulo, Botucatu, 2005. Disponível em: https://www.marcelopetraglia.com.br/mp_tx/petraglia_ms_dissertacao_2008.pdf. Acesso em: 30 maio 2025.

PHILIPS, K. H.; BRINTZ, C. E.; MOSS, K.; GAYLORD, S. A. Didgeridoo sound meditation for stress reduction and mood enhancement in undergraduates: a randomized controlled trial. *Global advances in Health and Medicine*, California, v. 8, p. 1-10, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/2164956119879367>. Acesso em: 27 ago 2025.

RAY, S.. Editorial. *Revista Música Hodie*, Goiânia, v.11, n.2, 2011. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/musica/issue/view/1233>. Acesso em: 03 de maio de 2025.

REIBEL, D. K.; *et al.* Mindfulness-based stress reduction a health-related quality of life in heterogeneous patient population. *General Hospital Psychiatry*, Philadelphia, v. 23, p. 183-192, 2001. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0163-8343\(01\)00149-9](https://doi.org/10.1016/S0163-8343(01)00149-9). Acesso em: 27 ago 2025.

ROSA, A. S. *Técnicas estendidas do contrabaixo no Brasil: revisão de licenciatura, performance e ensino*. São Paulo: Editora Unesp, 2014.

SALGADO, A. A. *Processos de estruturação na escuta de música eletroacústica*. Campinas, 2005, 115 p. Dissertação (Mestrado em Música) – Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, São Paulo, 2005. Disponível em: <https://hdl.handle.net/20.500.12733/1601411>. Acesso em: 30 maio 2025.

SCHAEFFER, P. *Tratado de los objetos musicales*. Traducción: Araci Cabezón Diego. Madrid: Alianza Editorial, 1988. Título original: *Traité des objects musicaux*.

SCHAFER, R. Murray. *A afinação do mundo*. Tradução: Marisa Trench Fonterrada. São Paulo: Editora UNESP, 2011. Título original: *The tuning of the world*.

SMALLEY, D. The listening imagination: Listening in the electroacoustic era. *Contemporary Music Review*, London, v. 13, n. 2, 77-107, 1996. <https://doi.org/10.1080/07494469600640071>. Acesso em 27 ago 2025.

SMALLEY, D. Spectromorphology: explain sound-shapes. *Organised Sound*, London, v. 2, n. 2, p. 107-126, 1997. Disponível em: https://openurl.ebsco.com/c/ctx3eu/EPDB%3Aedb%3A15%3A38601551/detailv2?sid=ebsco%3Aplink&id=ebsco%3Aedb%3A155437343&x-cgp-token=ctx3eu&link_origin=none. Acesso em: 30 maio 2025.

THOMASI, R. O. A função multidisciplinar do compositor eletroacústico: uma abordagem operacional. *Revista Vórtex*, Curitiba, v. 4, n. 2, p. 1 – 9, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.33871/23179937.2016.4.2.1319>. Acesso em: 27 ago 2025.

THORESEN, L. Spectromorphological Analysis of Sound Objects An adaptation of Pierre Schaeffer's Typomorphology. *Organised Sound*, Oslo, v. 12, n. 2, p. 129-141, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1355771807001793>. Acesso em: 27 ago 2025.

TOFFOLO, R. B. G. Considerações sobre a técnica estendida na performance e composição musical. In: CONGRESSO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM MÚSICA, 20., 2010, Florianópolis. *Anais [...]*. [S. l.]: ANPPOM, 2010. Disponível em: https://anppom.org.br/anais/anaiscongresso_anppom_2010/ANAIS_do_CONGRESSO_ANPPOM_2010.pdf. Acesso em: 30 maio 2025

VANDENBERGHE, L.; SOUSA, A. C. Mindfulness nas terapias cognitivas e comportamentais. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 2, n. 1, 35-44, 2006. Disponível em: https://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=34. Acesso em: 27 ago 2025.

VIEIRA, C. H. R. Terapias sonoras: explorando metodologias e relevâncias para investigação composicional. In: CONGRESSO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM MÚSICA, 34., 2024, Salvador. *Anais: [...]*. [S. l.]: ANPPOM, 2024. Disponível em: https://anppom.org.br/anais/anaiscongresso_anppom_2024/papers/2434/public/2434-10961-1-PB.pdf . Acesso em 29 maio 2025.

Apêndice A

Análise – M1

Duração: 14'38"

Transcrição do texto:

“Welcome. I’m very happy to share with you some meditation instructions.

It is very simple: Please keep your spine straight. Just straight – but don’t worry too much about perfection. ‘I have to stay here, perfectly!’ Just keep straight and please close your eyes. Just close your eyes like you’re sleeping. You don’t have to close them too tightly, or in any special way.

Now, relax your muscles in your body. Relax the muscles in your head, forehead, face, ears, cheeks, throat, upper body, arms and hands, lower body, legs and feet. Just totally relax, yet with your spine straight. And bend your neck forward a little bit. It’s almost like the weight of your head rests on your neck. You can effortlessly rest. Each part of the body rests on the one below. And in this way, you feel like you’re resting but there’s also some strength, so you can find balance. All the parts of your body are resting, one on top of the other. But, at the same time, there’s a strength within you. Your spine is straight.

Sometimes you feel a little bit of gravity. And sometimes you feel some sensations. Just let it be. Whatever feeling is in your body, just be aware and let it be.

When I was young, my father used to tell me “Let your body be on the cushion, and let your mind be in the body.” This way, you join body and mind together. Your mind comes into the body, just be aware of your body, and be aware of any sensation or feelings in your body. Pleasant feelings, joy, bliss, or unpleasant feelings, tightness, pain, or neutral feelings, maybe tingling, or no feeling. So, with any type of feeling, just be aware and let it be.

Ok, for a few seconds, just be aware and relaxed.

Ok. Now, you can expand your awareness beyond your body, to what surrounds you. Maybe there are some sounds, or some smells, or some sensations, like your room temperature is a little bit too hot or cold, or some noise, like people chatting, or a car, a train, or airplanes moving around, or your neighbors making noise. Anything. Just be aware. Just know. Just recognize there are sounds. And your awareness becomes more open, and vaster.

Stay there and be aware of any phenomena for a few seconds.

Now, you can expand your awareness beyond your immediate surrounding. Feel the space around you, above you, and be aware of that space. Further, deeper. All the phenomena are occurring in the space, changing in the space, dissolving back into the space.

Like clouds, they come into the space, remain in the space, and dissolve into the space. And, now, you can expand your awareness even more. Go beyond the clouds, into space, which is boundless. Space, which is open in all directions, everywhere. Be there. Don't worry, you're not going to get lost. Stay there for few seconds.

Ok, now, please slowly open your eyes, and be present here.

And rest your mind, also – not only the body. How do you rest your mind? For example: If you like to do physical exercise, like jogging in the garden or park, or hiking in the hills or mountains, maybe for a few minutes or hours... let's say one hour... After you finish you jog, you may use a nice seat or a rock, or a grass field. Sit on the grass field and, with a big sigh, “ahh”, just rest. You don't have to meditate, just let your mind rest as it is and the body, also. Just rest... for a few seconds.

Maybe you feel like, “Oh, there are so many thoughts, so many emotions occurring in my mind. What should I do with those emotions, those thoughts?” Same. Same as before, you just be aware. If there are thoughts and emotions, you're just aware of thoughts and emotions, what I call “blah blah blah”, just look at the “blah blah blah”, be aware, and let it be.

Same as when you're aware of your body, aware of sounds and sensations, now it's the same: Just be aware of thoughts and emotions. Let them come, and let them go. But, if you cannot be aware of them, it's also fine. You're in a non-conceptual state of mind, but not too long – only for a few seconds.

Again, when you see thoughts and emotions, or forms, sounds, smells – anything, just be aware... for a few seconds.

If anything occurs in your mind, in your body, in your perceptions, just be aware, and let it be. Ok. Now, you can apply this awareness, this openness, this awareness with any situation in your life, with any activities in your daily life. Short time, many times, everywhere, anytime. Seven days a week, 365 a year.

In this way, you can fill your mind with joyful, peaceful experiences, and you will develop your inner love, compassion, and wisdom. Thank you!”³⁸

³⁸ Transcrição retirada da legenda no próprio vídeo disponível no link do YouTube: (<https://www.youtube.com/watch?v=5GSeWdjyrlc>).

Tradução:

“Bem-vindo. Estou muito feliz em compartilhar com você algumas instruções de meditação.

É muito simples: por favor, mantenha sua coluna reta. Apenas reta – mas não se preocupe muito com a perfeição. Não pense: ‘eu preciso ficar aqui, perfeitamente!’ Apenas mantenha a coluna reta e, por favor, feche os olhos. Feche os olhos como se estivesse dormindo. Você não precisa fechá-los com força, nem de uma maneira especial.

Agora, relaxe os músculos do seu corpo. Relaxe os músculos da cabeça, testa, rosto, orelhas, bochechas, garganta, parte superior do corpo, braços e mãos, parte inferior do corpo, pernas e pés. Relaxe totalmente, mantendo a coluna reta. Incline um pouco o pescoço para frente. É quase como se o peso da cabeça repousasse suavemente sobre o pescoço. Você pode descansar sem esforço. Cada parte do corpo repousa sobre a parte abaixo dela. E, dessa forma você sente que está descansando, mas também há uma certa força, e você encontra o equilíbrio. Todas as partes do seu corpo repousam uma sobre a outra, mas, ao mesmo tempo, há uma força interior: sua coluna está ereta.

Às vezes, você sente um pouco a gravidade. E às vezes, sente algumas sensações. Apenas deixe ser. Qualquer sensação que esteja em seu corpo, apenas esteja consciente e deixe ser.

Quando eu era jovem, meu pai costumava dizer: ‘Deixe seu corpo estar sobre a almofada e deixe sua mente estar no corpo’. Dessa forma, você une corpo e mente. Sua mente entra no corpo; apenas esteja consciente do seu corpo e de qualquer sensação ou sentimento que surgir. Sentimentos agradáveis, alegria, bem-aventurança; ou sentimentos desagradáveis, como tensão ou dor; ou ainda sentimentos neutros – talvez formigamento, ou ausência de sensação. Qualquer tipo de sensação, apenas esteja consciente e deixe ser.

Ok, por alguns segundos, apenas esteja consciente e relaxado.

Agora, você pode expandir sua consciência além do seu corpo, para o que está ao seu redor. Talvez haja alguns sons, alguns cheiros, ou algumas sensações, como a temperatura do ambiente estando um pouco quente ou fria demais, ou barulhos – pessoas conversando, carros passando, um trem, aviões se movendo, vizinhos fazendo barulho. Qualquer coisa. Apenas esteja consciente. Apenas reconheça: existem sons. E sua consciência se torna mais aberta e ampla.

Fique assim, apenas consciente de qualquer fenômeno, por alguns segundos.

Agora, você pode expandir sua consciência além do ambiente imediato. Sinta o espaço ao seu redor, acima de você, e esteja consciente desse espaço. Mais longe, mais profundo. Todos os fenômenos ocorrem dentro desse espaço, mudam dentro dele e se dissolvem de volta nele.

Como as nuvens: elas surgem no espaço, permanecem no espaço e se dissolvem no espaço. Agora, você pode expandir ainda mais sua consciência. Vá além das nuvens, para o espaço que é ilimitado. Um espaço aberto em todas as direções, em toda parte. Apenas esteja lá. Não se preocupe – você não vai se perder. Permaneça lá por alguns segundos.

Ok, agora, por favor, abra lentamente seus olhos e esteja presente aqui.

E descanse também sua mente – não apenas o corpo. Como descansar a mente? Por exemplo: se você gosta de fazer exercícios físicos, como correr no jardim ou no parque, ou fazer trilhas nas colinas ou montanhas, talvez por alguns minutos ou horas... digamos uma hora... depois que terminar a corrida, você pode encontrar um bom lugar para sentar – uma pedra ou um campo de grama. Sente-se na grama e, com um grande suspiro ‘ahh’, apenas descanse. Você não precisa meditar. Apenas deixe sua mente e seu corpo descansarem como estão. Apenas descanse... por alguns segundos.

Talvez você sinta: ‘ah, tá tantos pensamentos, tantas emoções surgindo na minha mente. O que eu deveria fazer com essas emoções, com esses pensamentos?’ A resposta é a mesma. Faça o mesmo que antes: apenas esteja consciente. Se houver pensamentos e emoções, apenas esteja consciente deles. Eu gosto de chamar isso de ‘blá blá blá’. Apenas observe o ‘blá blá blá’, esteja consciente e deixe ser.

É igual ao que você fez com seu corpo, com os sons e as sensações. Agora é a mesma coisa: apenas esteja consciente dos pensamentos e emoções. Deixe-os vir e deixe-os ir. E se você não conseguir estar consciente deles, tudo bem também. Você estará num estado não conceitual da mente – mas não permaneça nele por muito tempo, apenas por alguns segundos.

Se algo ocorrer na sua mente, no seu corpo, ou nas suas percepções, apenas esteja consciente e deixe ser. Agora, você pode aplicar essa consciência, essa abertura, em qualquer situação da sua vida, em qualquer atividade do seu cotidiano. Por períodos curtos, muitas vezes, em qualquer lugar, a qualquer momento. Sete dias por semana, 365 dias por ano.

Dessa forma, você pode preencher sua mente com experiências alegres e pacíficas, desenvolvendo seu amor interior, compaixão e sabedoria. Muito obrigado!”

Apêndice B

Análise – M2

Duração: 26'26''

Transcrição do texto:

“Take a few moments to make yourself comfortable in either a lying or sitting position, and close your eyes. Taking a few deep breaths and use your consciousness to invite your body to relax.

As you inhale, imagine you are bringing in peace and relaxation to your body. As you exhale, see how you release all tension and frustration.

Use your consciousness again to mentally scan each part of your body, starting with your head and moving down to your feet. As you do this, request that each part of you let go of all stress and tightness, and that each one of those parts begins to fully relax.

Feel your head, neck, face, and shoulders letting go and relaxing. Feel your torso, upper arms, your forearms, your hands, and your fingers, releasing all tension and becoming totally relaxed. Sense how this relaxation moves down into your hips, your thighs, your calves, feet, and toes.

And notice how each time you release a bit of tension, you expand your awareness further out past the vehicle of your body. Continue to breathe deeply as you fully let go and immerse yourself in total relaxation. And the just spoke us on the rhythm of your breathing and my words.

Now that you are totally relaxed, I want you to use your mind's eye to imagine that there's a window just a few feet in front of you. Pouring in through this window is a very strong, bright white light. This light is so bright that you may imagine that, for some people, it could be almost blinding. But as you look into it, you only feel comfort. In fact, it causes you to feel light and relaxed.

In your mind use your consciousness to step towards this window and the light. And feel how, as you get closer to the window, you have a sense of total peace. Keep moving toward the window, and once you've reached it, see as yourself opening it and then step through it.

As you do, you find yourself entering a tunnel filled with this bright white light. The slight warmth you feel; it makes you feel safe and secure. It envelops you with the feeling of love, peace, and tranquility.

Now, use your consciousness again to turn and look back through the window you just step through and see the physical body you inhabited just a moment ago, as it were when you begin this meditation. This is your earthly vehicle; it is the tool you use to interpret and experience physical reality through the physical sensations. This body that you travel in collects data for you and then gives you the experience of your physical life.

But your consciousness is much broader than this vehicle, and this vehicle is only one option available. There are other vehicle available for your use just beyond this window, and those vehicle have different options that make the interpretation and experience of reality in your 3d world work differently.

As you viewed this vehicle that you use in daily experience through this window, notice how the bright white light keeps it safe and secure for you. You can travel with your consciousness a bit further; or will wait for you just as it is.

I'll turn back towards the source of this light and keep moving through the tunnel, looking straight ahead while feeling aware of the motion and movement of your consciousness. And as you move further along, allow your consciousness to begin to see the other vehicle you could travel in for your earthly experience.

Your infinite mind is capable of reaching into the infinite choices and possibilities available, so just use your consciousness to do that now. See all of the options available for you. Some of these vehicles may look very much like the current physical body you use, and others may have variations and features that you can visibly see. These bodies each have different tools that allow you to experience reality in different ways.

Take you time looking around at the available options and use your consciousness to determine the nature of each of these vehicles. As you do, may be able to notice that one of these bodies stands out to you. You, with the experiences you consciousness chooses to have in physical form, it may have many of the exact same features as your other vehicle, but notice what is different about it that appeals to you so much.

Does it appear to radiate ultimate confidence? does its appearance tell you that this body is only capable of successful outcomes? The physical appearance may have some differences that appeal to you, or it could be that it has more internal features that align with happiness, freedom or adventure. Maybe this vehicle has a different set of beliefs than brain and your other vehicle beliefs that align with the desires your consciousness has for your physical experience. It could be that its overall heathier and move vibrant.

Just examine this body and determine what lets you know that this tool will be the most helpful for you in your 3d experience. What lets you know this? Stand outside of this upgraded version of your physical vehicle. Use your consciousness to move around it examining all that it has to offer.

And once you feel as though this is the vehicle that will assist you in creating your 3d experience in the exact way you – the consciousness of you – chooses, use your consciousness to step into it and try it on for size. How does it feel when you step into it? What is different about it? Does it offer you more hope or excitement? Can your consciousness feel the experience of an increase in confidence?

When you look through the eyes of this vehicle, can you see and experience reality differently? What lets you know that your conscious experience is different? What features does it have that allow you to sense and create your physical life differently?

Stay here for a few moments to get the feel of this vehicle and use all of its sensory perceptions to make that experience vivid and real.

If you would like to try out a few other physical bodies from this space to use for your physical experience, you can move freely around and take inventory of what you like most. You can also come back here anytime you choose to find the body that will give you the experience that your consciousness would like to have in its physical reality.

Once you are completely satisfied with your new vehicle choice turn your consciousness back towards the window you came through and begin to feel yourself moving towards it. As your consciousness moves back towards this window using the tool of your new vehicle, notice what is different about the experience and use your consciousness to fully embody this vehicle and feel all of the new things that offers you as you make you journey back.

Once you've reached the window you came through at the beginning of this meditation, step back through in with the new vehicle you have chosen. And as you use your mind to walk back over to your other body, realize that these two bodies have the capability of merging with one another. In fact, when you do this the new vehicle you have chosen will upgrade the other vehicle with all of its advanced features and you will experience reality differently with your consciousness because of this.

You will see through the new eyes. You will hold on to and work from the new beliefs. You will think the new thoughts. You will sense and feel the new feelings, and you will act and behave in a new way. All of these things will be in perfect alignment with the physical experience your consciousness has chosen.

Because your consciousness is the real you, it has the ability to create any experience it uses and with this new vehicle it has chosen, reality will fall into alignment with that.

At this time, you may choose to return to your usual level of wakefulness and alertness, or you can just gently drift off to sleep. If you choose to awaken now, feel your body and mind becoming more aware of your new surroundings and the new tools you have to use through this new vehicle.

And if you decide to go to sleep, just let the relaxation deepen and know that when you awake, you will have the opportunity to experience a new reality through your new vehicle.

When I counted three, you will be at your desired level of relaxation or alertness. One, two, three.”³⁹

Tradução:

“Tire alguns momentos para se colocar em uma posição confortável, deitado ou sentado, e feche os olhos. Respire profundamente algumas vezes e use sua consciência para convidar seu corpo a relaxar.

Ao inspirar, imagine que está trazendo paz e relaxamento para o seu corpo. Ao expirar, veja como você libera toda a tensão e frustração.

Use novamente sua consciência para escanear mentalmente cada parte do seu corpo, começando pela cabeça e descendo até os pés. Ao fazer isso, peça para que cada parte de você libere todo o estresse e rigidez, e que cada uma dessas partes comece a relaxar completamente.

Sinta sua cabeça, pescoço, rosto e ombros se soltando e relaxando. Sinta seu tronco, braços superiores, antebraços, mãos e dedos liberando toda a tensão e ficando totalmente relaxados. Perceba como esse relaxamento desce pelos quadris, coxas, panturrilhas, pés e dedos dos pés.

Perceba como, cada vez que você libera um pouco de tensão, sua consciência se expande além do veículo do seu corpo. Continue respirando profundamente enquanto você se solta completamente e se entrega ao relaxamento total. Apenas foque no ritmo da sua respiração e nas minhas palavras.

Agora que você está totalmente relaxado, quero que use o olho da mente para imaginar que há uma janela a poucos passos à sua frente. Por essa janela entra uma luz branca muito

³⁹ Transcrição retirada da legenda no próprio vídeo disponível no link do YouTube: (<https://www.youtube.com/watch?v=nTYITNfKIRc>).

forte e brilhante. Essa luz é tão intensa que você pode imaginar que, para algumas pessoas, poderia ser quase ofuscante – mas, ao olhar para ela, você sente apenas conforto. Na verdade, ela faz com que você se sinta leve e relaxado.

Em sua mente, use sua consciência para caminhar em direção a essa janela e à luz. Sinta como, ao se aproximar da janela, você começa a ter uma sensação de paz total. Continue caminhando em direção à janela e, assim que a alcançar, veja-se abrindo-a e, então, a atravessá-la.

Ao fazer isso, você se encontra entrando em um túnel preenchido com essa luz branca brilhante. Essa luz te aquece; ela faz você se sentir seguro e protegido. Ela te envolve com uma sensação de amor, paz e tranquilidade.

Agora, use novamente sua consciência para se virar e olhar através da janela por onde acabou de passar e veja o corpo físico que você habitava há pouco, como ele era quando você começou esta meditação. Esse é o seu veículo terreno; é a ferramenta que você usa para interpretar e experimentar a realidade física por meio das sensações físicas. Esse corpo em que você viaja coleta dados para você e, depois, lhe proporciona a experiência da sua vida física.

Mas sua consciência é muito mais ampla do que esse veículo, e esse veículo é apenas uma das opções disponíveis. Existem outros veículos disponíveis para seu uso além dessa janela, e esses veículos têm diferentes recursos que fazem com que a interpretação e a experiência da realidade no seu mundo 3D funcionem de forma diferente.

Ao observar esse veículo que você usa diariamente através dessa janela, perceba como a luz branca brilhante o mantém seguro e protegido para você. Você pode viajar com sua consciência um pouco mais – ele ficará à sua espera, exatamente como está.

Agora, vire-se novamente para a origem dessa luz e continue se movendo através do túnel, olhando diretamente para frente enquanto sente o movimento e o deslocamento da sua consciência. E, à medida que você avança, permita que sua consciência comece a enxergar os outros veículos nos quais você poderia viajar para ter sua experiência terrena.

Sua mente infinita é capaz de acessar as infinitas escolhas e possibilidades disponíveis, então use sua consciência para fazer isso agora. Veja todas as opções disponíveis para você. Alguns desses veículos podem se parecer muito com o corpo físico atual que você usa, e outros podem ter variações e características que você consegue ver visivelmente. Esses corpos possuem diferentes ferramentas que permitem que você experimente a realidade de forma distinta.

Tire um tempo para observar essas opções disponíveis e use sua consciência para determinar a natureza de cada um desses veículos. Ao fazer isso, talvez perceba que um desses corpos se destaca para você. Você, com as experiências que sua consciência escolhe ter na forma física, pode ver que ele tem muitas das mesmas características do seu outro veículo, mas repare no que é diferente nele e que te atrai tanto.

Ele parece irradiar confiança absoluta? Sua aparência transmite que esse corpo é capaz apenas de resultados bem-sucedidos? A aparência física pode ter algumas diferenças que te atraem, ou talvez tenha mais recursos internos que se alinham com a felicidade, liberdade ou aventura. Talvez esse veículo tenha um conjunto diferente de crenças em relação ao seu outro veículo – crenças que estão mais alinhadas com os desejos que sua consciência tem para sua experiência física. Pode ser que ele seja, de forma geral, mais saudável e vibrante.

Apenas examine esse corpo e determine o que te faz saber que essa ferramenta serpa a mais útil para você em sua experiência 3D. O que te faz saber disso? Fique diante dessa versão aprimorada do seu veículo físico. Use sua consciência para se mover ao redor dele, examinando tudo o que ele tem a oferecer.

E, assim que sentir que é o veículo que vai te ajudar a criar sua experiência 3D exatamente da maneira que você – a consciência que é você – escolheu, use sua consciência para entrar nele e experimentá-lo. Como se sente ao entrar nele? O que há de diferente? Ele te oferece mais esperança ou entusiasmo? Sua consciência consegue sentir um aumento de confiança?

Quando você olha através dos olhos deste veículo, consegue ver e experimentar a realidade de forma diferente? O que te mostra que sua experiência consciente é diferente? Quais características ele tem que permitem que você perceba e crie sua vida física de outra maneira?

Fique aqui por alguns momentos para se familiarizar com esse veículo e use todas as suas percepções sensoriais para tornar essa experiência vívida e real.

Se quiser experimentar outros corpos físicos deste espaço para usar em sua experiência física, você pode circular livremente e fazer um inventário do que mais gosta. Você também pode voltar aqui sempre que quiser para encontrar o corpo que proporcionará a experiência que sua consciência deseja ter na realidade física.

Assim que estiver completamente satisfeito com a escolha do seu novo veículo, vire sua consciência de volta para a janela por onde você entrou e comece a se sentir indo em direção a ela. À medida que sua consciência se move de volta em direção a essa janela, usando a ferramenta do seu novo veículo, repare no que há de diferente na experiência e use sua

consciência para incorporar totalmente esse veículo, sentindo todas as coisas novas que ele te oferece à medida que você faz sua jornada de volta.

Assim que alcançar a janela por onde você entrou no início desta meditação, atravesse-a com o novo veículo que escolheu. E, ao usar sua mente para caminhar de volta até seu outro corpo, perceba que esses dois corpos têm a capacidade de se fundirem um ao outro. Na verdade, ao fazer isso, o novo veículo que você escolheu irá atualizar o outro com todos os seus recursos avançados, e você passará a experimentar a realidade de forma diferente com sua consciência por causa disso.

Você verá com novos olhos. Você manterá e agirá a partir de novas crenças. Você pensará novos pensamentos. Você sentirá novas sensações e emoções, e agirá de novas maneiras. Todas essas mudanças estarão em perfeita sintonia com a experiência física que sua consciência escolheu.

Porque a sua consciência é o seu verdadeiro eu, ela tem a capacidade de criar qualquer experiência que escolher. E, com esse novo veículo que escolheu, a realidade se alinhará com isso.

Neste momento, você pode escolher retornar ao seu estado habitual de vigília e alerta, ou pode simplesmente adormecer suavemente. Se escolher despertar agora, sinta seu corpo e mente se tornando mais consciente do novo ambiente ao seu redor e das novas ferramentas que tem para usar através desse novo veículo.

Se decidir dormir, apenas permita que o relaxamento se aprofunde e saiba que, ao acordar, você terá a oportunidade de experimentar uma nova realidade através do seu novo veículo.

Quando eu contar até três, você estará no seu nível desejado de relaxamento ou de alerta. Um, dois, três.”

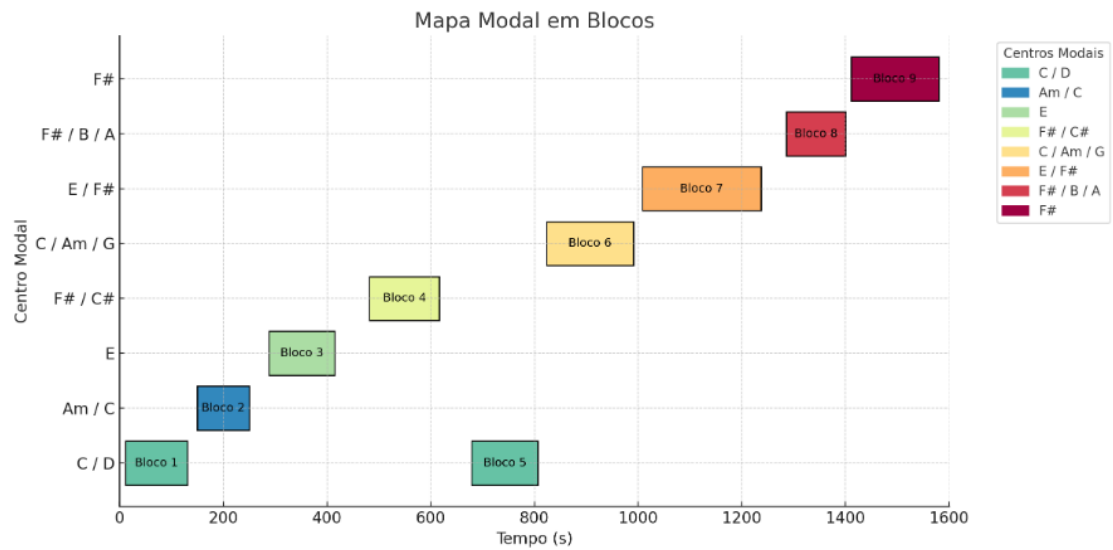
Quadro 4 – Mapa modal por blocos como análise resultante de dados coletados pelos plugins do software Sonic Visualiser sobre meditação M2.

Bloco	Tempo	Acordes principais	Centro(s)	Observações
1	11s a 131s	D – C – Cmaj7 – Am – Am7 – D	C jônio como polo recorrente; alternância em D dórico e Am eólio/dórico.	Ambiente modal maior, sem cadência tonal clássica. Típico de ambiência ‘folk modal’.
2	150s a 250s	Am – Dmaj7 – F – C – G – Gmaj7	Am eólio/dórico ganha força, ainda relacionado a C.	A entrada de F e G/Gmaj7 reforça a ideia de C maior com campo modal base, com Am em um pragmatismo eólio.
3	288s a 415s	Emaj7 – E – F# – C#m – G#m – A – Dmaj7	E jônio, com expansões para F# dórico e C#m eólico.	Mudança clara de centro: da região C/Am para E maior. Emaj7 funciona como polo de repouso. F# e C#m aparecem como acordes de sustentação modal.
4	482s a 617s	F# – F#maj7 – C# – C#maj7 – A – Amaj7 – Dmaj7	F# jônio/mixolídio, com momentos em C# lídio/jônio.	Estabelece-se uma região em F#, marcada pela alternância com C#. O colorido lídio aparece em C#maj7.
5	679s a 807s	F# – D – E7/D – Cmaj7 – D – Dmaj7	Volta para a região de C jônio / D dórico.	Esse bloco retorna o clima inicial, com breves desvios. O acorde E7/D sugere momentânea cor mixolídia.
6	824s a 911s	C – Cmaj7 – Am – Am7 – D – G – Gmaj7 – F – Fmaj7	C jônio fortemente estabelecido, com colorações modais em Am (eólio) e G (mixolídio).	É o bloco mais próximo de uma ‘estabilidade modal’ clara, com ênfase em C.
7	1008s a 1237s	E – Emaj7 – F# – C#m – C#m7 – G#m – F#maj7	Retorno ao E jônio/mixolídio, com suporte em C#m (eólio) e F# (dórico).	Reaparece a região modal de E maior, já apresenda no bloco 3.
8	1286s a 1400s	Bmaj7 – D#7 – F# – F#maj7 –	Mistura entre F# jônio/mixolídio	Esse bloco é de caráter mais ‘errante’, com intercâmbios entre

		F#m – A – Amaj7 – Dmaj7	e colorações de B lídio.	modos maiores. O acorde D#7 insere cor estranha (dominante secundária), mas ainda interpretável no campo de B/E.
--	--	----------------------------	-----------------------------	---

Fonte: Elaborado pelo autor consolidando os resultados dos dados de dois *plugins* de análise espectral sobre acordes presentes ao fundo da meditação proposta.

Figura 7 – Movimento dos centros modais em blocos



Fonte: elaborado pelo autor demonstrando os movimentos percebidos de acordo com os modos separados em blocos sobre análise dos sons em *background* da meditação M2.

Apêndice C

Análise – PS1

Duração: 3'04''

Quadro 5 – Análise modal resultante de dados coletados pelos *plugins* do *software* Sonic Visualiser sobre paisagem sonora PS1.

Tempo (s)	Acorde	Função	Observação
2	Fm7	i7	Estabelece centro modal (Fm eólio)
10	Cm	v	Subdominante modal (sem sensível)
12	Fm	i	Retorno imediato ao centro
14	Fm7/Ab	i ⁶ ₅	Prolongamento do i (movimento de baixo)
18	Cm7/Eb	v ⁶ ₅	V em 1ª inversão, caráter modal sem tensão dominante
30	Fm7/Ab	i ⁶ ₅	Reforço do campo modal do i
32	Ab/Bb	bIII	Movimento planante, cor modal
33	Fm7	i7	Retorno ao centro modal
57	Bbm	iv	Polo secundário do modo eólio
59	Fm	i	Confirmação do centro
65	Cm7/Eb	v ⁶ ₅	Mantém cor modal
76	Bbm	iv	Reforço da relação i – iv
84	Bbm7	iv7	Subdominante modal mais colorido
91	Fm7	i7	Estabilidade modal
109	Ab/Bb	bIII	Movimento colorístico, planante
115	Bbm7	iv7	Reforço do polo subdominante
118	Ebm	bvii	Acorde modal típico (eólio)
120	Bbm7	iv7	Encadeamento modal
129	Fm7	i7	Retorno ao centro
134	Bb7	V7/bVII	Momento de tensão tonalizante (raridade na peça)
135	Eb	bVII/V de bIII	Sugere função tonal, mas sem resolução forte
140	Cm7/Eb	v ⁶ ₅	Volta ao campo modal
144	Fm7	i7	Estabilidade
158	Eb	bVII	Cor modal; pode remeter a tonalidade relativa
161	Cm7/Eb	v ⁶ ₅	Movimento interno
167	Fm7/Ab	i ⁶ ₅	Prolongamento do i
172	Abmaj7	bIIImaj7	Reforço modal (III maior típico)
175	Fm7	i7	Finaliza reafirmando o centro modal

Fonte: Elaborado pelo auto sobre dados resultantes da consolidação de dois *plugins* de análise espectral sobre acordes de fundo da paisagem sonora PS1.

Apêndice D

Análise – S1

Duração: (2'09")

Frequência anunciada: 528 Hz.

Frequências mais aparente: 132 Hz, 66 Hz e 264 Hz.

Características do som: bloco sonoro com múltiplas frequências simultâneas, sem métrica de pulso definida.

Função: frequências evidenciadas no registro agudo, quando ressaltadas formam predominâncias com acordes com efeito de “subdominantes” e “tônicas”.

Apêndice E

Análise – S2

Duração: (2'08")

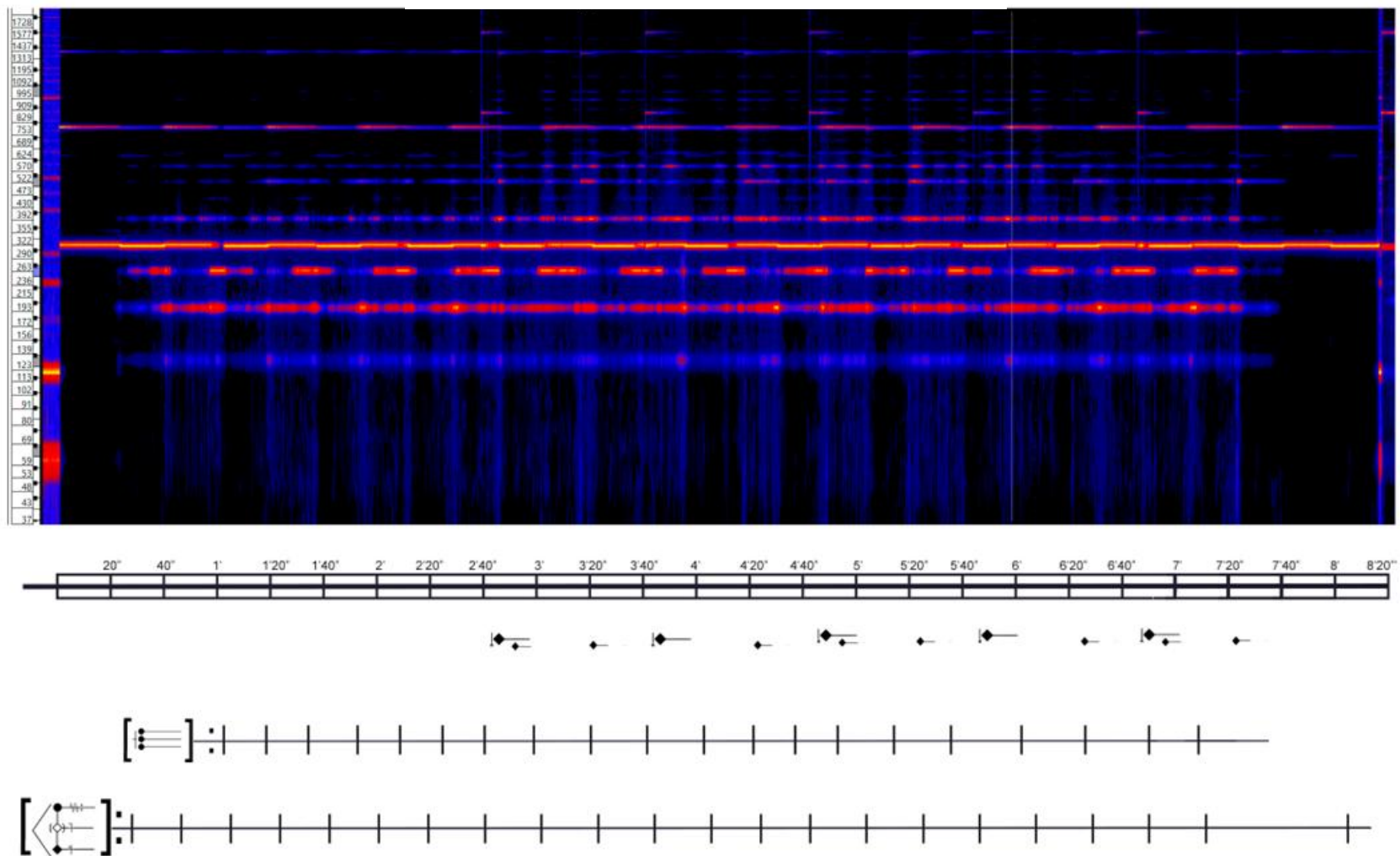
Frequência anunciada: 369 Hz.

Frequências mais aparente: 132 Hz, 66 Hz e 264 Hz.

Características do som: bloco sonoro com várias frequências simultâneas, sem métrica de pulso definida. Melodia apresentada com um som com característica semelhante à voz humana, sempre articulada em legato.

Apêndice F

Figura 8 – Partitura de escuta de SH1



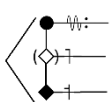
Fonte: elaborado pelo autor (2025). Partitura de escuta contendo gráfico de espectrograma e elaboração de objetos sonoros dispostos no tempo e em suas sobreposições para análise de SH1

Apêndice G

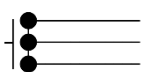
Análise – SH1

Duração: (8'20")

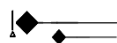
Lista de objetos sonoros:



a) Acorde formado pela junção de dois timbres: um som senoidal, de altura imprecisa, com oscilação moderada de dinâmica; e outro timbre metálico, de registro médio-agudo, percussivo e ressonante, que apresenta uma variação espectral com peso no registro agudo. O objeto não apresenta gesto de ataque (*onset*), surgindo por meio de *fade in* a cada repetição;

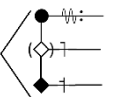


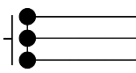
b) Acorde com relações de distanciamento entre alturas consideradas harmônicas, apresentando oscilações tanto na altura quanto na dinâmica de intensidade, o que provoca efeitos de crescendo e decrescendo ao longo de sua propagação e repetição;



c) Toques percussivos com longa ressonância sobre uma borda metálica oca, apresentando variações ocasionais com menor intensidade.

Quadro 6 – Objetos sonoros identificados em *sound healing* – SH1

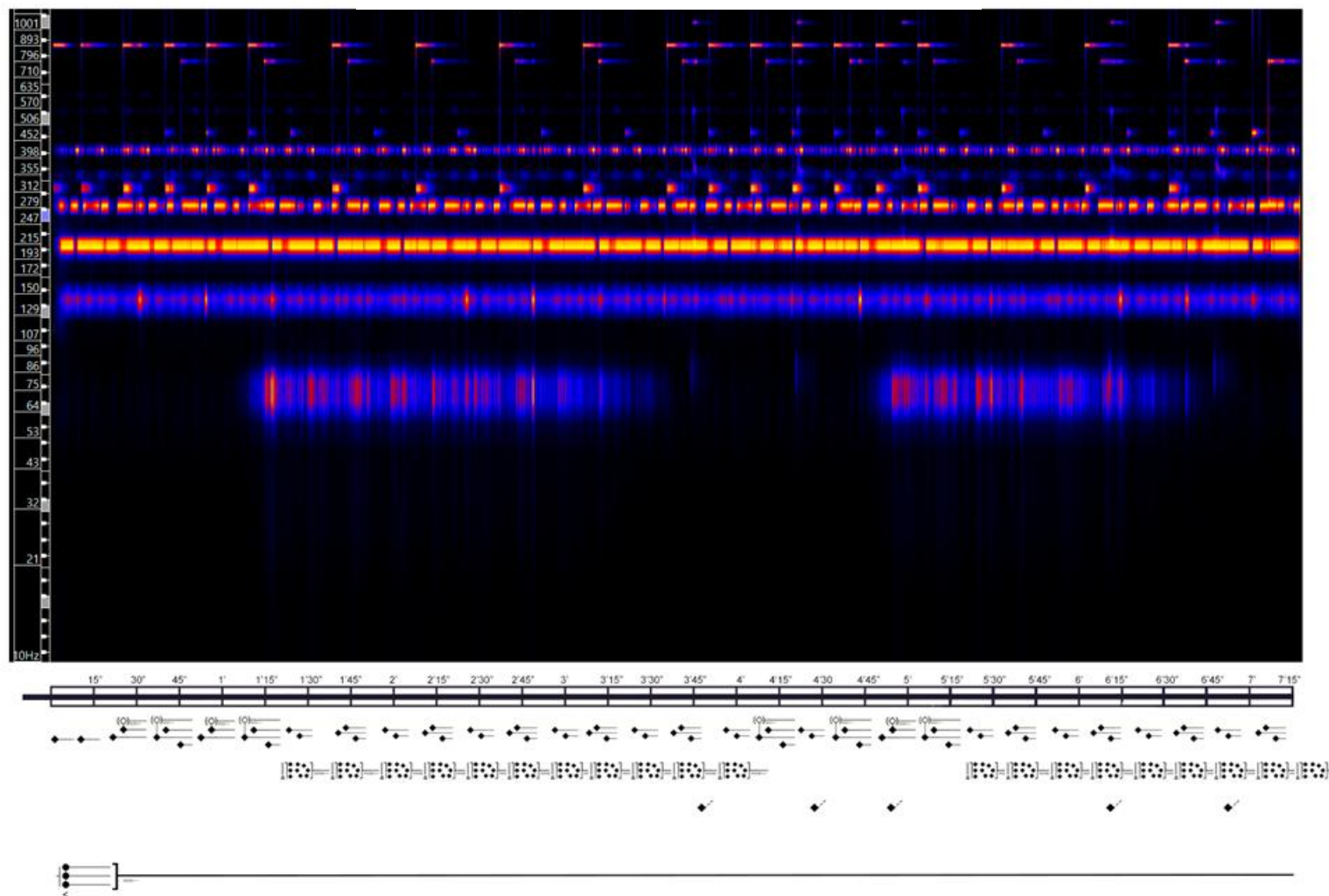
Objetos sonoros / Parâmetros	Gesto	Textura	Frequência aparente (e série)	Relação de Intensidade	Período (batimento)	Espacialidade	Indícios sonoros	Espaço de escuta	Tonalidade e temporal
	Rampa ascendente com energia de oscilações periódicas, atingindo certa intensidade com duração contínua, acompanhada por um efeito de imitação ascendente e descendente da energia do mesmo som; somada ao eco de uma percussão metálica ressonante, que reverbera em um espaço consideravelmente vazio (substituição de segunda ordem).	<i>Onset:</i> indeterminado; <i>Continuantes:</i> sustentação, unidirecional; <i>Terminações:</i> desaparecimento.	324 Hz (E4) 804 Hz (G5) 1430 Hz (F6)	Coexistência	Continuum	Centro	Onda senoidal; Tigela tibetana.	Vazio	Tempo-ampulheta.

	Rampa ascendente em energia, com oscilações periódicas, que atinge certa intensidade e harmonia em três alturas evidentes, formando um timbre de duração contínua (substituição de segunda ordem).	<i>Onset:</i> indeterminado ; <i>Continuantes:</i> sustentação, unidirecional; <i>Terminações:</i> desapareção.	130 Hz (C3) 194 Hz (G3) 260 Hz (C4)	Submissão	Continuum	Centro	Onda senoidal .	Vazio	Tempo-ampulheta.
	Toque percutido em superfície metálica, com intensidade decrescente, forte para fraco, e com prolongada ressonância (substituição de primeira ordem).	<i>Onset:</i> partida; <i>Continuantes:</i> enunciado, unidirecional; <i>Terminações:</i> desapareção.	1705 Hz (A6) 1415 Hz (F6)	Dominância / Causa efeito	Sinal de pontuação	Centro	Tigela tibetana (primeira ordem)	Vazio	Tempo-espelho.

Fonte: elaborado pelo autor para detalhamento dos objetos sonoros identificados e legendados sobre partitura de escuta elaborada para análise de *sound healing* (SH1).

Apêndice H

Figura 9 – Partitura de escuta de SH2



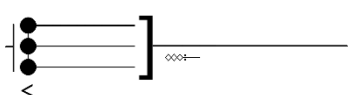
Fonte: elaborado pelo autor (2025). Partitura de escuta contendo gráfico de espectrograma e elaboração de objetos sonoros dispostos no tempo e em suas sobreposições para análise de SH2

Apêndice I

Análise – SH2

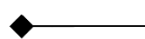
Duração: (7'39")

Lista de objetos sonoros:

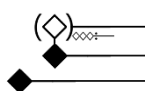


- a)** Acorde com relações de distanciamento de altura entre os sons, considerado harmônico, apresentando oscilações na altura e na dinâmica de

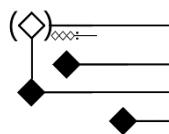
intensidade, gerando efeitos de crescendo e decrescendo ao longo de sua propagação e repetição.



- b)** Toque percussivo com longa ressonância sobre borda metálica oca, com variações incidentais de sua intensidade, de menor intensidade.



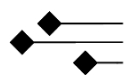
- c)** Toques percussivos com longa ressonância sobre borda metálica oca, com variações incidentais de menor intensidade, e intervalos de tempo entre suas incidências. A altura dos sons é diferente, sendo o primeiro mais grave que o segundo, que apresenta uma variação no espectro agudo com oscilações.



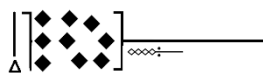
- d)** Toques percussivos com longa ressonância sobre borda metálica oca, com variações incidentais de menor intensidade e intervalos de tempo entre suas incidências. A altura dos sons é diferente, sendo o primeiro mais grave que o segundo, e ambos mais agudos que a terceira incidência. O primeiro som apresenta uma variação no espectro agudo com oscilações



- e)** Toques percussivos com longa ressonância sobre borda metálica oca, com variações incidentais de menor intensidade e intervalos de tempo entre suas incidências. A altura dos sons é diferente, sendo o primeiro som mais agudo que o segundo.



f) Toques percussivos com longa ressonância sobre borda metálica oca, com variações incidentais de menor intensidade e intervalos de tempo entre suas incidências. A altura dos sons é diferente, sendo o primeiro som mais grave que o segundo, e ambos mais agudos que a terceira incidência. Também pode ser uma variação do objeto d, sem a variação no espectro.

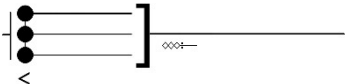


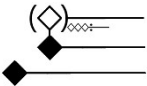
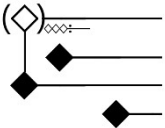
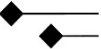
g) Toque percussivo com multiplicidade de contatos em superfície metálica, de ressonâncias curtas e prolongadas, com variação de intensidade em curta duração e em frequências agudas, com poucos harmônicos.

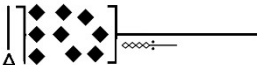


h) Objeto metálico percutido e arrastado sobre uma superfície dura, resultando em uma expansão sonora iterativa de forma crescente e ascendente.

Quadro 7: Objetos sonoros identificados em *sound healing* – SH2

Objetos sonoros / Parâmetros	Gesto	Textura	Frequência aparente (e série)	Relação de Intensidade	Período (batimento)	Espacialidade	Indícios sonoros	Espaço de escuta	Tonalidade temporal
	Rampa ascendente em energia, com oscilações periódicas atingindo certa intensidade, sendo harmônica em três alturas evidentes que formam um timbre e com duração contínua, formando períodos pela variação de intensidade.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desaparecimento.	140 Hz (C#3) 215 Hz (A3) 280 Hz (C#4)	Coexistência	Continuum	Centro	Onda senoidal	Vazio	Tempo-etc.
	Toque percussivo sobre metal com ressonância moderada.	Onset: ataque; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desaparecimento.	893 Hz (A5)	Indicativo	Eventual	Centro	Tigela tibetana	Vazio	

	Toque percussivo sobre metal com ressonância moderada. Com eco ascendente e reforço em parcial agudo oscilante.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desapareição.	893 Hz (A5) 1184 Hz (D6)	Indicativo	Eventual	Centro	Tigela tibetana	Vazio	
	Toque percussivo sobre metal com reforço em parcial agudo oscilante. Com eco ascendente e descendente.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desapareição.	893 Hz (A5) 1184 Hz (D6) 807 Hz (G5)	Indicativo	Eventual	Centro	Tigela tibetana	Vazio	
	Toque percussivo sobre metal com e eco descendente, ressonância moderada.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desapareição.	1335 Hz (E6) 1184 Hz (D6)	Indicativo	Eventual	Centro	Tigela tibetana	Vazio	
	Toque percussivo sobre metal com e eco ascendente e descendente, ressonância moderada.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desapareição.	893 Hz (A5) 1184 Hz (D6) 807 Hz (G5)	Indicativo	Eventual	Centro	Tigela tibetana	Vazio	

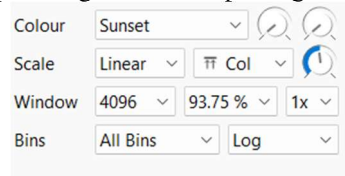
	Toque múltiplo metálico cintilante com oscilação.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desaparecimento.		Indicativo	Eventual	Centro	Guizo	Vazio	
	Toque metálico em superfície indeterminada com movimento de arraste repicado ascendente em altura.	Onset: partida; Continuantes: sustentação, unidirecional; Terminações: desaparecimento.	140 Hz (C#3) 215 Hz (A3) 280 Hz (C#4)	Indicativo	Eventual	Centro	‘Tambor processado’	Vazio	Tempo-etc.

Fonte: elaborado pelo autor para detalhamento dos objetos sonoros identificados e legendados sobre partitura de escuta elaborada para análise de *sound healing* (SH2).

Apêndice J

Lista de gráficos de espectrograma - QRCode

Figura 10: Configuração da *Layer* para os gráficos de espectrograma.



Fonte: elaborado pelo autor sobre parâmetros de configuração do *Sonic Visualiser*.

Links complementares direcionam a arquivos no *Google Drive* para visualização em melhor definição. Gráficos de espectrograma ilustram as análises realizadas, já descritas em seus respectivos apêndices.

Figura 11: Gráfico de espectrograma de M2 – QRCode.



Fonte: elaborado pelo autor. Link para *Google Drive* de gráfico de espectrograma da análise de M2, extraído do *software* Sonic Visualiser com *plugins* de nota MIDI e acordes estimados. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1VWRWvG0jT2XwJD6UzQFG_1fTj5aB6yHA/view?usp=drive_link

Figura 12: Gráfico de espectrograma de PS1 – QRCode.



Fonte: elaborado pelo autor. Link para *Google Drive* de gráfico de espectrograma da análise de PS1, extraído do *software* Sonic Visualiser com *plugins* de nota MIDI e acordes estimados. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1nEh6Fue25FtFjbugBgL0JPp-pie6A6hL/view?usp=drive_link

Figura 13: Gráfico de espectrograma de PS2 – QRCode.



Fonte: elaborado pelo autor. Link para *Google Drive* de gráfico de espectrograma da análise de PS2, extraído do *software* Sonic Visualiser. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1FZIK_H5MGa9IQsH90fVsdq51CdL3wI3o/view?usp=drive_link

Figura 14: Gráfico de espectrograma de S1 – QrCode.



Fonte: elaborado pelo autor. Link para *Google Drive* de gráfico de espectrograma da análise de S1, extraído do *software* Sonic Visualiser com *plugins* de acordes estimados. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/14QTEJWaNhG WKplf9YOuWnlvXPBQ6k6dE/view?usp=drive_link

Figura 15: Gráfico de espectrograma de S2 – QrCode.



Fonte: elaborado pelo autor. Link para *Google Drive* de gráfico de espectrograma da análise de S2, extraído do *software* Sonic Visualiser com *plugins* de acordes estimados. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1MEgrpWYjZz Mv_vOupXURvRZ1QI7tNPuf/view?usp=drive_link

Apêndice K

Quadro de dados obtido pelo Sonic Visualiser com o plugin Chordino - Chord representation.

Tempo Acorde

6 Em7
11 D
33 C
36 D
61 Cmaj7
72 C
80 D
101 Cmaj7
121 Am
125 Am7
131 D
150 Am
162 D
175 Dmaj7
180 F
193 C
209 Am
222 G
227 Gmaj7
238 F
250 C
267 Am
288 Emaj7
299 E
307 Emaj7
311 E
324 F#
340 C#m
354 F#
369 Emaj7
372 E
384 F#
398 C#m7
407 G#m
415 F#
482 F#6
491 F#
497 G#m7b5/F#
502 A
515 F#
535 A
540 Amaj7
546 F#
563 Dmaj7
568 D
587 F#
608 F#
613 C#maj7
617 C#

635 F#
650 C#
663 F#
679 F#mb5
682 F#
694 D
702 E7/D
712 F#
735 D
751 C
757 Cmaj7
768 D
775 D6
781 Dmaj7
787 Cmaj7
797 C
807 D
824 C
831 Cmaj7
843 Am
852 Am7
859 D
864 Dmaj7
869 D
876 Am
885 G
889 D
893 Dmaj7
905 F
923 Cmaj7
936 Am
947 G
952 Gmaj7
963 Fmaj7
975 C
991 Am
1008 E
1017 E6
1034 B6
1037 E
1040 Emaj7
1052 E
1058 Emaj7
1062 F#
1077 C#m
1087 C#7
1093 F#
1115 E6
1119 E
1124 F#

1139 C#m
1151 C#m7
1156 F#
1161 F#maj7
1164 F#
1173 E
1184 F#
1199 C#m7
1208 G#m
1214 F#
1219 F#maj7
1237 F#
1256 F#maj7
1286 D#m6
1295 F#6
1302 F#
1326 F#maj7
1341 F#m
1344 A
1356 F#
1362 F#maj7
1368 F#
1375 A
1382 Amaj7
1385 Dmaj7
1389 F#
1400 F#maj7
1411 D
1423 Ddim
1430 F#
1455 D
1470 Dmb5
1475 F#
1498 F#maj7
1503 F#
1509 C#
1526 F#
1530 F#maj7
1540 C#
1555 F#
1576 C#
1580 Dmaj7

Fonte: elaborado pelo próprio autor, contendo dados coletados pelo plugin com exclusão de acordes repetidos seguidamente, por motivos de função harmônica. Análise de M2.

Apêndice L

Quadro de dados coletados pelo Sonic Visualiser como plugin Chordino - Note estimate.

Tempo	Midi	Duração	Dinâmica	Nota	Acorde
6	52	4,86	0,79	E3	Em7
6	52	4,86	0,79	E3	
6	64	4,86	0,79	E4	
6	67	4,86	0,79	G4	
6	71	4,86	0,79	B4	
6	74	4,86	0,79	D5	
11	50	21,25	0,79	D3	D
11	50	21,25	0,79	D3	
11	66	21,25	0,79	F#4	
11	69	21,25	0,79	A4	
11	74	21,25	0,79	D5	
33	48	3,58	0,79	C3	C
33	48	3,58	0,79	C3	
33	64	3,58	0,79	E4	
33	67	3,58	0,79	G4	
33	72	3,58	0,79	C5	
36	50	8,75	0,79	D3	D
36	50	8,75	0,79	D3	
36	66	8,75	0,79	F#4	
36	69	8,75	0,79	A4	
36	74	8,75	0,79	D5	
48	50	11,86	0,79	D3	D
48	50	11,86	0,79	D3	
48	66	11,86	0,79	F#4	
48	69	11,86	0,79	A4	
48	74	11,86	0,79	D5	
61	48	10,62	0,79	C3	Cmaj7
61	48	10,62	0,79	C3	
61	64	10,62	0,79	E4	
61	67	10,62	0,79	G4	
61	71	10,62	0,79	B4	
61	72	10,62	0,79	C5	
72	48	4,52	0,79	C3	C
72	48	4,52	0,79	C3	
72	64	4,52	0,79	E4	
72	67	4,52	0,79	G4	
72	72	4,52	0,79	C5	
80	50	9,86	0,79	D3	D
80	50	9,86	0,79	D3	
80	66	9,86	0,79	F#4	
80	69	9,86	0,79	A4	
80	74	9,86	0,79	D5	
91	50	6,14	0,79	D3	D
91	50	6,14	0,79	D3	
91	66	6,14	0,79	F#4	
91	69	6,14	0,79	A4	
91	74	6,14	0,79	D5	
101	48	9,51	0,79	C3	
101	48	9,51	0,79	C3	

101	64	9,51	0,79 E4	
101	67	9,51	0,79 G4	
101	71	9,51	0,79 B4	Cmaj7
101	72	9,51	0,79 C5	
121	45	4,05	0,79 A2	
121	64	4,05	0,79 E4	
121	69	4,05	0,79 A4	
121	72	4,05	0,79 C5	Am
125	45	4,91	0,79 A2	
125	45	4,91	0,79 A2	
125	64	4,91	0,79 E4	
125	67	4,91	0,79 G4	
125	69	4,91	0,79 A4	
125	72	4,91	0,79 C5	Am7
131	50	7,51	0,79 D3	
131	50	7,51	0,79 D3	
131	66	7,51	0,79 F#4	
131	69	7,51	0,79 A4	
131	74	7,51	0,79 D5	D
139	50	7,59	0,79 D3	
139	50	7,59	0,79 D3	
139	66	7,59	0,79 F#4	
139	69	7,59	0,79 A4	
139	74	7,59	0,79 D5	D
150	45	3,03	0,79 A2	
150	45	3,03	0,79 A2	
150	64	3,03	0,79 E4	
150	69	3,03	0,79 A4	
150	72	3,03	0,79 C5	Am
162	50	11,35	0,79 D3	
162	50	11,35	0,79 D3	
162	66	11,35	0,79 F#4	
162	69	11,35	0,79 A4	
162	74	11,35	0,79 D5	D
175	50	3,63	0,79 D3	
175	50	3,63	0,79 D3	
175	66	3,63	0,79 F#4	
175	69	3,63	0,79 A4	
175	73	3,63	0,79 C#5	
175	74	3,63	0,79 D5	Dmaj7
180	53	4,52	0,79 F3	
180	53	4,52	0,79 F3	
180	65	4,52	0,79 F4	
180	69	4,52	0,79 A4	
180	72	4,52	0,79 C5	F
188	53	4,61	0,79 F3	
188	65	4,61	0,79 F4	
188	69	4,61	0,79 A4	
188	72	4,61	0,79 C5	F
193	48	12,67	0,79 C3	

193	48	12,67	0,79 C3	
193	64	12,67	0,79 E4	
193	67	12,67	0,79 G4	
193	72	12,67	0,79 C5	C
209	45	11,99	0,79 A2	
209	45	11,99	0,79 A2	
209	64	11,99	0,79 E4	
209	69	11,99	0,79 A4	
209	72	11,99	0,79 C5	Am
222	55	4,27	0,79 G3	
222	55	4,27	0,79 G3	
222	67	4,27	0,79 G4	
222	71	4,27	0,79 B4	
222	74	4,27	0,79 D5	G
227	55	9,05	0,79 G3	
227	55	9,05	0,79 G3	
227	66	9,05	0,79 F#4	
227	67	9,05	0,79 G4	
227	71	9,05	0,79 B4	
227	74	9,05	0,79 D5	Gmaj7
238	53	12,07	0,79 F3	
238	53	12,07	0,79 F3	
238	65	12,07	0,79 F4	
238	69	12,07	0,79 A4	
238	72	12,07	0,79 C5	F
250	48	13,87	0,79 C3	
250	48	13,87	0,79 C3	
250	64	13,87	0,79 E4	
250	67	13,87	0,79 G4	
250	72	13,87	0,79 C5	C
267	45	13,91	0,79 A2	
267	45	13,91	0,79 A2	
267	64	13,91	0,79 E4	
267	69	13,91	0,79 A4	
267	72	13,91	0,79 C5	Am
288	52	10,37	0,79 E3	
288	52	10,37	0,79 E3	
288	63	10,37	0,79 D#4	
288	64	10,37	0,79 E4	
288	68	10,37	0,79 G#4	
288	71	10,37	0,79 B4	Emaj7
299	52	3,93	0,79 E3	
299	52	3,93	0,79 E3	
299	64	3,93	0,79 E4	
299	68	3,93	0,79 G#4	
299	71	3,93	0,79 B4	E
307	52	3,93	0,79 E3	
307	52	3,93	0,79 E3	
307	63	3,93	0,79 D#4	
307	64	3,93	0,79 E4	

307	68	3,93	0,79 G#4	
307	71	3,93	0,79 B4	Emaj7
311	52	3,67	0,79 E3	
311	52	3,67	0,79 E3	
311	64	3,67	0,79 E4	
311	68	3,67	0,79 G#4	
311	71	3,67	0,79 B4	E
324	54	5,46	0,79 F#3	
324	54	5,46	0,79 F#3	
324	66	5,46	0,79 F#4	
324	70	5,46	0,79 A#4	
324	73	5,46	0,79 C#5	F#
340	49	14,25	0,79 C#3	
340	64	14,25	0,79 E4	
340	68	14,25	0,79 G#4	
340	73	14,25	0,79 C#5	C#m
354	54	12,97	0,79 F#3	
354	54	12,97	0,79 F#3	
354	66	12,97	0,79 F#4	
354	70	12,97	0,79 A#4	
354	73	12,97	0,79 C#5	F#
369	52	3,03	0,79 E3	
369	52	3,03	0,79 E3	
369	63	3,03	0,79 D#4	
369	64	3,03	0,79 E4	
369	68	3,03	0,79 G#4	
369	71	3,03	0,79 B4	Emaj7
372	52	8,92	0,79 E3	
372	64	8,92	0,79 E4	
372	68	8,92	0,79 G#4	
372	71	8,92	0,79 B4	E
384	54	9,77	0,79 F#3	
384	54	9,77	0,79 F#3	
384	66	9,77	0,79 F#4	
384	70	9,77	0,79 A#4	
384	73	9,77	0,79 C#5	F#
398	49	8,36	0,79 C#3	
398	49	8,36	0,79 C#3	
398	64	8,36	0,79 E4	
398	68	8,36	0,79 G#4	
398	71	8,36	0,79 B4	
398	73	8,36	0,79 C#5	C#m7
407	56	5,25	0,79 G#3	
407	63	5,25	0,79 D#4	
407	68	5,25	0,79 G#4	
407	71	5,25	0,79 B4	G#m
415	54	3,50	0,79 F#3	
415	54	3,50	0,79 F#3	
415	66	3,50	0,79 F#4	
415	70	3,50	0,79 A#4	

415	73	3,50	0,79 C#5	F#
421	54	4,57	0,79 F#3	
421	54	4,57	0,79 F#3	
421	65	4,57	0,79 F4	
421	66	4,57	0,79 F#4	
421	70	4,57	0,79 A#4	
421	73	4,57	0,79 C#5	F#
426	54	4,86	0,79 F#3	
426	54	4,86	0,79 F#3	
426	65	4,86	0,79 F4	
426	66	4,86	0,79 F#4	
426	70	4,86	0,79 A#4	
426	73	4,86	0,79 C#5	F#
431	54	11,95	0,79 F#3	
431	54	11,95	0,79 F#3	
431	66	11,95	0,79 F#4	
431	70	11,95	0,79 A#4	
431	73	11,95	0,79 C#5	F#
444	54	5,25	0,79 F#3	
444	54	5,25	0,79 F#3	
444	66	5,25	0,79 F#4	
444	70	5,25	0,79 A#4	
444	73	5,25	0,79 C#5	F#
449	54	11,52	0,79 F#3	
449	54	11,52	0,79 F#3	
449	65	11,52	0,79 F4	
449	66	11,52	0,79 F#4	
449	70	11,52	0,79 A#4	
449	73	11,52	0,79 C#5	F#
460	54	9,09	0,79 F#3	
460	54	9,09	0,79 F#3	
460	66	9,09	0,79 F#4	
460	70	9,09	0,79 A#4	
460	73	9,09	0,79 C#5	F#
471	54	4,48	0,79 F#3	
471	54	4,48	0,79 F#3	
471	65	4,48	0,79 F4	
471	66	4,48	0,79 F#4	
471	70	4,48	0,79 A#4	
471	73	4,48	0,79 C#5	F#
476	54	4,01	0,79 F#3	
476	54	4,01	0,79 F#3	
476	66	4,01	0,79 F#4	
476	70	4,01	0,79 A#4	
476	73	4,01	0,79 C#5	F#
482	54	4,61	0,79 F#3	
482	54	4,61	0,79 F#3	
482	66	4,61	0,79 F#4	
482	70	4,61	0,79 A#4	
482	74	4,61	0,79 D5	F#6

491	54	5,72	0,79 F#3	
491	54	5,72	0,79 F#3	
491	65	5,72	0,79 F4	
491	66	5,72	0,79 F#4	
491	70	5,72	0,79 A#4	
491	73	5,72	0,79 C#5	F#
497	54	3,54	0,79 F#3	
497	66	3,54	0,79 F#4	
497	68	3,54	0,79 G#4	
497	71	3,54	0,79 B4	
497	74	3,54	0,79 D5	G#m7b5/F#
502	45	10,62	0,79 A2	
502	45	10,62	0,79 A2	
502	64	10,62	0,79 E4	
502	69	10,62	0,79 A4	
502	73	10,62	0,79 C#5	A
515	54	5,93	0,79 F#3	
515	54	5,93	0,79 F#3	
515	66	5,93	0,79 F#4	
515	70	5,93	0,79 A#4	
515	73	5,93	0,79 C#5	F#
521	54	8,06	0,79 F#3	
521	54	8,06	0,79 F#3	
521	65	8,06	0,79 F4	
521	66	8,06	0,79 F#4	
521	70	8,06	0,79 A#4	
521	73	8,06	0,79 C#5	F#
535	45	4,31	0,79 A2	
535	45	4,31	0,79 A2	
535	64	4,31	0,79 E4	
535	69	4,31	0,79 A4	
535	73	4,31	0,79 C#5	A
540	45	3,41	0,79 A2	
540	45	3,41	0,79 A2	
540	64	3,41	0,79 E4	
540	68	3,41	0,79 G#4	
540	69	3,41	0,79 A4	
540	73	3,41	0,79 C#5	Amaj7
546	54	6,31	0,79 F#3	
546	54	6,31	0,79 F#3	
546	66	6,31	0,79 F#4	
546	70	6,31	0,79 A#4	
546	73	6,31	0,79 C#5	F#
555	54	7,81	0,79 F#3	
555	54	7,81	0,79 F#3	
555	65	7,81	0,79 F4	
555	66	7,81	0,79 F#4	
555	70	7,81	0,79 A#4	
555	73	7,81	0,79 C#5	F#
563	50	4,78	0,79 D3	

563	50	4,78	0,79 D3	
563	66	4,78	0,79 F#4	
563	69	4,78	0,79 A4	
563	73	4,78	0,79 C#5	
563	74	4,78	0,79 D5	Dmaj7
568	50	10,33	0,79 D3	
568	50	10,33	0,79 D3	
568	66	10,33	0,79 F#4	
568	69	10,33	0,79 A4	
568	74	10,33	0,79 D5	D
587	54	10,03	0,79 F#3	
587	66	10,03	0,79 F#4	
587	70	10,03	0,79 A#4	
587	73	10,03	0,79 C#5	F#
603	54	3,24	0,79 F#3	
603	54	3,24	0,79 F#3	
603	66	3,24	0,79 F#4	
603	70	3,24	0,79 A#4	
603	73	3,24	0,79 C#5	F#
608	54	5,29	0,79 F#3	
608	54	5,29	0,79 F#3	
608	66	5,29	0,79 F#4	
608	70	5,29	0,79 A#4	
608	73	5,29	0,79 C#5	F#
613	49	3,24	0,79 C#3	
613	49	3,24	0,79 C#3	
613	65	3,24	0,79 F4	
613	68	3,24	0,79 G#4	
613	72	3,24	0,79 C5	
613	73	3,24	0,79 C#5	C#maj7
617	49	4,39	0,79 C#3	
617	49	4,39	0,79 C#3	
617	65	4,39	0,79 F4	
617	68	4,39	0,79 G#4	
617	73	4,39	0,79 C#5	C#
625	49	4,27	0,79 C#3	
625	49	4,27	0,79 C#3	
625	65	4,27	0,79 F4	
625	68	4,27	0,79 G#4	
625	73	4,27	0,79 C#5	C#
635	54	5,63	0,79 F#3	
635	66	5,63	0,79 F#4	
635	70	5,63	0,79 A#4	
635	73	5,63	0,79 C#5	F#
646	54	3,03	0,79 F#3	
646	54	3,03	0,79 F#3	
646	66	3,03	0,79 F#4	
646	70	3,03	0,79 A#4	
646	73	3,03	0,79 C#5	F#
650	49	6,23	0,79 C#3	

650	49	6,23	0,79 C#3	
650	65	6,23	0,79 F4	
650	68	6,23	0,79 G#4	
650	73	6,23	0,79 C#5	C#
658	49	4,99	0,79 C#3	
658	49	4,99	0,79 C#3	
658	65	4,99	0,79 F4	
658	68	4,99	0,79 G#4	
658	73	4,99	0,79 C#5	C#
663	54	15,70	0,79 F#3	
663	66	15,70	0,79 F#4	
663	70	15,70	0,79 A#4	
663	73	15,70	0,79 C#5	F#
679	54	3,11	0,79 F#3	
679	54	3,11	0,79 F#3	
679	66	3,11	0,79 F#4	
679	69	3,11	0,79 A4	
679	72	3,11	0,79 C5	F#mb5
682	54	7,98	0,79 F#3	
682	54	7,98	0,79 F#3	
682	66	7,98	0,79 F#4	
682	70	7,98	0,79 A#4	
682	73	7,98	0,79 C#5	F#
694	50	5,76	0,79 D3	
694	50	5,76	0,79 D3	
694	66	5,76	0,79 F#4	
694	69	5,76	0,79 A4	
694	74	5,76	0,79 D5	D
702	50	3,46	0,79 D3	
702	64	3,46	0,79 E4	
702	68	3,46	0,79 G#4	
702	71	3,46	0,79 B4	E7/D
712	54	6,36	0,79 F#3	
712	54	6,36	0,79 F#3	
712	66	6,36	0,79 F#4	
712	70	6,36	0,79 A#4	
712	73	6,36	0,79 C#5	F#
721	54	9,30	0,79 F#3	
721	54	9,30	0,79 F#3	
721	66	9,30	0,79 F#4	
721	70	9,30	0,79 A#4	
721	73	9,30	0,79 C#5	F#
735	50	14,85	0,79 D3	
735	50	14,85	0,79 D3	
735	66	14,85	0,79 F#4	
735	69	14,85	0,79 A4	
735	74	14,85	0,79 D5	D
751	48	3,54	0,79 C3	
751	48	3,54	0,79 C3	
751	64	3,54	0,79 E4	

751	67	3,54	0,79 G4	
751	72	3,54	0,79 C5	C
757	48	10,37	0,79 C3	
757	48	10,37	0,79 C3	
757	64	10,37	0,79 E4	
757	67	10,37	0,79 G4	
757	71	10,37	0,79 B4	
757	72	10,37	0,79 C5	Cmaj7
768	50	4,27	0,79 D3	
768	50	4,27	0,79 D3	
768	66	4,27	0,79 F#4	
768	69	4,27	0,79 A4	
768	74	4,27	0,79 D5	D
775	50	5,85	0,79 D3	
775	50	5,85	0,79 D3	
775	66	5,85	0,79 F#4	
775	69	5,85	0,79 A4	
775	71	5,85	0,79 B4	
775	74	5,85	0,79 D5	D6
781	50	6,23	0,79 D3	
781	50	6,23	0,79 D3	
781	66	6,23	0,79 F#4	
781	69	6,23	0,79 A4	
781	73	6,23	0,79 C#5	
781	74	6,23	0,79 D5	Dmaj7
787	48	9,51	0,79 C3	
787	48	9,51	0,79 C3	
787	64	9,51	0,79 E4	
787	67	9,51	0,79 G4	
787	71	9,51	0,79 B4	
787	72	9,51	0,79 C5	Cmaj7
797	48	5,16	0,79 C3	
797	48	5,16	0,79 C3	
797	64	5,16	0,79 E4	
797	67	5,16	0,79 G4	
797	72	5,16	0,79 C5	C
802	48	4,18	0,79 C3	
802	64	4,18	0,79 E4	
802	67	4,18	0,79 G4	
802	72	4,18	0,79 C5	C
807	50	11,31	0,79 D3	
807	50	11,31	0,79 D3	
807	66	11,31	0,79 F#4	
807	69	11,31	0,79 A4	
807	74	11,31	0,79 D5	D
824	48	7,08	0,79 C3	
824	48	7,08	0,79 C3	
824	64	7,08	0,79 E4	
824	67	7,08	0,79 G4	
824	72	7,08	0,79 C5	C

831	48	6,27	0,79 C3	
831	48	6,27	0,79 C3	
831	64	6,27	0,79 E4	
831	67	6,27	0,79 G4	
831	71	6,27	0,79 B4	
831	72	6,27	0,79 C5	Cmaj7
843	45	9,09	0,79 A2	
843	64	9,09	0,79 E4	
843	69	9,09	0,79 A4	
843	72	9,09	0,79 C5	Am
852	45	4,35	0,79 A2	
852	45	4,35	0,79 A2	
852	64	4,35	0,79 E4	
852	67	4,35	0,79 G4	
852	69	4,35	0,79 A4	
852	72	4,35	0,79 C5	Am7
859	50	5,46	0,79 D3	
859	50	5,46	0,79 D3	
859	66	5,46	0,79 F#4	
859	69	5,46	0,79 A4	
859	74	5,46	0,79 D5	D
864	50	3,41	0,79 D3	
864	50	3,41	0,79 D3	
864	66	3,41	0,79 F#4	
864	69	3,41	0,79 A4	
864	73	3,41	0,79 C#5	
864	74	3,41	0,79 D5	Dmaj7
869	50	6,53	0,79 D3	
869	50	6,53	0,79 D3	
869	66	6,53	0,79 F#4	
869	69	6,53	0,79 A4	
869	74	6,53	0,79 D5	D
876	45	7,13	0,79 A2	
876	64	7,13	0,79 E4	
876	69	7,13	0,79 A4	
876	72	7,13	0,79 C5	Am
885	45	3,16	0,79 A2	
885	67	3,16	0,79 G4	
885	71	3,16	0,79 B4	
885	74	3,16	0,79 D5	G
889	50	4,91	0,79 D3	
889	50	4,91	0,79 D3	
889	66	4,91	0,79 F#4	
889	69	4,91	0,79 A4	
889	74	4,91	0,79 D5	D
893	50	6,87	0,79 D3	
893	50	6,87	0,79 D3	
893	66	6,87	0,79 F#4	
893	69	6,87	0,79 A4	
893	73	6,87	0,79 C#5	

893	74	6,87	0,79 D5	Dmaj7
905	53	9,94	0,79 F3	
905	53	9,94	0,79 F3	
905	65	9,94	0,79 F4	
905	69	9,94	0,79 A4	
905	72	9,94	0,79 C5	F
915	53	4,27	0,79 F3	
915	65	4,27	0,79 F4	
915	69	4,27	0,79 A4	
915	72	4,27	0,79 C5	F
923	48	8,32	0,79 C3	
923	48	8,32	0,79 C3	
923	64	8,32	0,79 E4	
923	67	8,32	0,79 G4	
923	71	8,32	0,79 B4	Cmaj7
923	72	8,32	0,79 C5	
936	45	10,24	0,79 A2	
936	64	10,24	0,79 E4	
936	69	10,24	0,79 A4	
936	72	10,24	0,79 C5	Am
947	55	4,52	0,79 G3	
947	55	4,52	0,79 G3	
947	67	4,52	0,79 G4	
947	71	4,52	0,79 B4	
947	74	4,52	0,79 D5	G
952	55	8,45	0,79 G3	
952	55	8,45	0,79 G3	
952	66	8,45	0,79 F#4	
952	67	8,45	0,79 G4	
952	71	8,45	0,79 B4	
952	74	8,45	0,79 D5	Gmaj7
963	53	3,46	0,79 F3	
963	53	3,46	0,79 F3	
963	64	3,46	0,79 E4	
963	65	3,46	0,79 F4	
963	69	3,46	0,79 A4	
963	72	3,46	0,79 C5	Fmaj7
975	48	13,74	0,79 C3	
975	48	13,74	0,79 C3	
975	64	13,74	0,79 E4	
975	67	13,74	0,79 G4	
975	72	13,74	0,79 C5	C
991	45	14,93	0,79 A2	
991	64	14,93	0,79 E4	
991	69	14,93	0,79 A4	
991	72	14,93	0,79 C5	Am
1008	52	8,32	0,79 E3	
1008	52	8,32	0,79 E3	
1008	64	8,32	0,79 E4	
1008	68	8,32	0,79 G#4	

1008	71	8,32	0,79 B4	E
1017	52	17,19	0,79 E3	
1017	52	17,19	0,79 E3	
1017	64	17,19	0,79 E4	
1017	68	17,19	0,79 G#4	
1017	71	17,19	0,79 B4	
1017	73	17,19	0,79 C#5	E6
1034	47	3,11	0,79 B2	
1034	47	3,11	0,79 B2	
1034	63	3,11	0,79 D#4	
1034	66	3,11	0,79 F#4	
1034	68	3,11	0,79 G#4	
1034	71	3,11	0,79 B4	B6
1037	52	3,16	0,79 E3	
1037	52	3,16	0,79 E3	
1037	64	3,16	0,79 E4	
1037	68	3,16	0,79 G#4	
1037	71	3,16	0,79 B4	E
1040	52	9,43	0,79 E3	
1040	52	9,43	0,79 E3	
1040	63	9,43	0,79 D#4	
1040	64	9,43	0,79 E4	
1040	68	9,43	0,79 G#4	
1040	71	9,43	0,79 B4	Emaj7
1052	52	6,14	0,79 E3	
1052	64	6,14	0,79 E4	
1052	68	6,14	0,79 G#4	
1052	71	6,14	0,79 B4	E
1058	52	4,31	0,79 E3	
1058	52	4,31	0,79 E3	
1058	63	4,31	0,79 D#4	
1058	64	4,31	0,79 E4	
1058	68	4,31	0,79 G#4	
1058	71	4,31	0,79 B4	Emaj7
1062	54	14,93	0,79 F#3	
1062	54	14,93	0,79 F#3	
1062	66	14,93	0,79 F#4	
1062	70	14,93	0,79 A#4	
1062	73	14,93	0,79 C#5	F#
1077	49	10,37	0,79 C#3	
1077	64	10,37	0,79 E4	
1077	68	10,37	0,79 G#4	
1077	73	10,37	0,79 C#5	C#m
1087	49	4,05	0,79 C#3	
1087	49	4,05	0,79 C#3	
1087	65	4,05	0,79 F4	
1087	68	4,05	0,79 G#4	
1087	71	4,05	0,79 B4	C#7
1087	73	4,05	0,79 C#5	
1093	54	13,14	0,79 F#3	

1093	66	13,14	0,79 F#4	
1093	70	13,14	0,79 A#4	
1093	73	13,14	0,79 C#5	F#
1115	52	3,58	0,79 E3	
1115	52	3,58	0,79 E3	
1115	64	3,58	0,79 E4	
1115	68	3,58	0,79 G#4	
1115	71	3,58	0,79 B4	
1115	73	3,58	0,79 C#5	E6
1119	52	4,10	0,79 E3	
1119	64	4,10	0,79 E4	
1119	68	4,10	0,79 G#4	
1119	71	4,10	0,79 B4	E
1124	54	15,10	0,79 F#3	
1124	66	15,10	0,79 F#4	
1124	70	15,10	0,79 A#4	
1124	73	15,10	0,79 C#5	F#
1139	49	9,77	0,79 C#3	
1139	64	9,77	0,79 E4	
1139	68	9,77	0,79 G#4	
1139	73	9,77	0,79 C#5	C#m
1151	49	4,01	0,79 C#3	
1151	49	4,01	0,79 C#3	
1151	64	4,01	0,79 E4	
1151	68	4,01	0,79 G#4	
1151	71	4,01	0,79 B4	C#m7
1151	73	4,01	0,79 C#5	
1156	54	4,82	0,79 F#3	
1156	54	4,82	0,79 F#3	
1156	66	4,82	0,79 F#4	
1156	70	4,82	0,79 A#4	
1156	73	4,82	0,79 C#5	F#
1161	54	3,03	0,79 F#3	
1161	54	3,03	0,79 F#3	
1161	65	3,03	0,79 F4	
1161	66	3,03	0,79 F#4	
1161	70	3,03	0,79 A#4	
1161	73	3,03	0,79 C#5	F#maj7
1164	54	4,82	0,79 F#3	
1164	66	4,82	0,79 F#4	
1164	70	4,82	0,79 A#4	
1164	73	4,82	0,79 C#5	F#
1173	52	11,22	0,79 E3	
1173	64	11,22	0,79 E4	
1173	68	11,22	0,79 G#4	
1173	71	11,22	0,79 B4	E
1184	54	14,46	0,79 F#3	
1184	66	14,46	0,79 F#4	
1184	70	14,46	0,79 A#4	
1184	73	14,46	0,79 C#5	F#

1199	49	9,94	0,79 C#3	
1199	49	9,94	0,79 C#3	
1199	64	9,94	0,79 E4	
1199	68	9,94	0,79 G#4	
1199	71	9,94	0,79 B4	C#m7
1199	73	9,94	0,79 C#5	
1208	56	4,48	0,79 G#3	
1208	63	4,48	0,79 D#4	
1208	68	4,48	0,79 G#4	
1208	71	4,48	0,79 B4	G#m
1214	54	5,38	0,79 F#3	
1214	54	5,38	0,79 F#3	
1214	66	5,38	0,79 F#4	
1214	70	5,38	0,79 A#4	
1214	73	5,38	0,79 C#5	F#
1219	54	11,99	0,79 F#3	
1219	54	11,99	0,79 F#3	
1219	65	11,99	0,79 F4	
1219	66	11,99	0,79 F#4	
1219	70	11,99	0,79 A#4	
1219	73	11,99	0,79 C#5	F#maj7
1237	54	4,35	0,79 F#3	
1237	54	4,35	0,79 F#3	
1237	66	4,35	0,79 F#4	
1237	70	4,35	0,79 A#4	
1237	73	4,35	0,79 C#5	F#
1244	54	11,82	0,79 F#3	
1244	54	11,82	0,79 F#3	
1244	66	11,82	0,79 F#4	
1244	70	11,82	0,79 A#4	
1244	73	11,82	0,79 C#5	F#
1256	54	13,74	0,79 F#3	
1256	54	13,74	0,79 F#3	
1256	65	13,74	0,79 F4	
1256	66	13,74	0,79 F#4	
1256	70	13,74	0,79 A#4	
1256	73	13,74	0,79 C#5	F#maj7
1271	54	15,06	0,79 F#3	
1271	54	15,06	0,79 F#3	
1271	65	15,06	0,79 F4	
1271	66	15,06	0,79 F#4	
1271	70	15,06	0,79 A#4	
1271	73	15,06	0,79 C#5	F#7
1286	51	4,05	0,79 D#3	
1286	51	4,05	0,79 D#3	
1286	63	4,05	0,79 D#4	
1286	66	4,05	0,79 F#4	
1286	70	4,05	0,79 A#4	D#m6
1286	72	4,05	0,79 C5	
1295	54	3,03	0,79 F#3	

1295	54	3,03	0,79 F#3	
1295	63	3,03	0,79 D#4	
1295	66	3,03	0,79 F#4	
1295	70	3,03	0,79 A#4	
1295	73	3,03	0,79 C#5	F#6
1302	54	3,63	0,79 F#3	
1302	54	3,63	0,79 F#3	
1302	66	3,63	0,79 F#4	
1302	70	3,63	0,79 A#4	
1302	73	3,63	0,79 C#5	F#
1317	54	6,14	0,79 F#3	
1317	54	6,14	0,79 F#3	
1317	66	6,14	0,79 F#4	
1317	70	6,14	0,79 A#4	
1317	73	6,14	0,79 C#5	F#
1326	54	15,53	0,79 F#3	
1326	54	15,53	0,79 F#3	
1326	65	15,53	0,79 F4	
1326	66	15,53	0,79 F#4	
1326	70	15,53	0,79 A#4	
1326	73	15,53	0,79 C#5	F#maj7
1341	54	3,24	0,79 F#3	
1341	66	3,24	0,79 F#4	
1341	69	3,24	0,79 A4	
1341	73	3,24	0,79 C#5	F#m
1344	45	12,07	0,79 A2	
1344	45	12,07	0,79 A2	
1344	64	12,07	0,79 E4	
1344	69	12,07	0,79 A4	
1344	73	12,07	0,79 C#5	A
1356	54	3,03	0,79 F#3	
1356	54	3,03	0,79 F#3	
1356	66	3,03	0,79 F#4	
1356	70	3,03	0,79 A#4	
1356	73	3,03	0,79 C#5	F#
1362	54	3,54	0,79 F#3	
1362	54	3,54	0,79 F#3	
1362	65	3,54	0,79 F4	
1362	66	3,54	0,79 F#4	
1362	70	3,54	0,79 A#4	
1362	73	3,54	0,79 C#5	F#maj7
1368	54	3,37	0,79 F#3	
1368	54	3,37	0,79 F#3	
1368	66	3,37	0,79 F#4	
1368	70	3,37	0,79 A#4	
1368	73	3,37	0,79 C#5	F#
1375	45	6,31	0,79 A2	
1375	45	6,31	0,79 A2	
1375	64	6,31	0,79 E4	
1375	69	6,31	0,79 A4	

1375	73	6,31	0,79 C#5	A
1382	45	3,24	0,79 A2	
1382	45	3,24	0,79 A2	
1382	64	3,24	0,79 E4	
1382	68	3,24	0,79 G#4	
1382	69	3,24	0,79 A4	
1382	73	3,24	0,79 C#5	Amaj7
1385	50	3,29	0,79 D3	
1385	50	3,29	0,79 D3	
1385	66	3,29	0,79 F#4	
1385	69	3,29	0,79 A4	
1385	73	3,29	0,79 C#5	Dmaj7
1385	74	3,29	0,79 D5	
1389	54	8,06	0,79 F#3	
1389	54	8,06	0,79 F#3	
1389	66	8,06	0,79 F#4	
1389	70	8,06	0,79 A#4	
1389	73	8,06	0,79 C#5	F#
1400	54	6,44	0,79 F#3	
1400	54	6,44	0,79 F#3	
1400	65	6,44	0,79 F4	
1400	66	6,44	0,79 F#4	
1400	70	6,44	0,79 A#4	
1400	73	6,44	0,79 C#5	F#maj7
1411	50	9,30	0,79 D3	
1411	50	9,30	0,79 D3	
1411	66	9,30	0,79 F#4	
1411	69	9,30	0,79 A4	
1411	74	9,30	0,79 D5	D
1423	50	4,65	0,79 D3	
1423	50	4,65	0,79 D3	
1423	65	4,65	0,79 F4	
1423	68	4,65	0,79 G#4	
1423	74	4,65	0,79 D5	Dmb5
1430	54	21,67	0,79 F#3	
1430	54	21,67	0,79 F#3	
1430	66	21,67	0,79 F#4	
1430	70	21,67	0,79 A#4	
1430	73	21,67	0,79 C#5	F#
1455	50	12,07	0,79 D3	
1455	50	12,07	0,79 D3	
1455	66	12,07	0,79 F#4	
1455	69	12,07	0,79 A4	
1455	74	12,07	0,79 D5	D
1470	50	4,05	0,79 D3	
1470	50	4,05	0,79 D3	
1470	65	4,05	0,79 F4	
1470	68	4,05	0,79 G#4	
1470	74	4,05	0,79 D5	Dmb5
1475	54	22,36	0,79 F#3	

1475	54	22,36	0,79 F#3	
1475	66	22,36	0,79 F#4	
1475	70	22,36	0,79 A#4	
1475	73	22,36	0,79 C#5	F#
1498	54	3,84	0,79 F#3	
1498	54	3,84	0,79 F#3	
1498	65	3,84	0,79 F4	
1498	66	3,84	0,79 F#4	
1498	70	3,84	0,79 A#4	
1498	73	3,84	0,79 C#5	F#maj7
1503	54	6,40	0,79 F#3	
1503	54	6,40	0,79 F#3	
1503	66	6,40	0,79 F#4	
1503	70	6,40	0,79 A#4	
1503	73	6,40	0,79 C#5	F#
1509	49	12,25	0,79 C#3	
1509	49	12,25	0,79 C#3	
1509	65	12,25	0,79 F4	
1509	68	12,25	0,79 G#4	
1509	73	12,25	0,79 C#5	C#
1526	54	4,48	0,79 F#3	
1526	66	4,48	0,79 F#4	
1526	70	4,48	0,79 A#4	
1526	73	4,48	0,79 C#5	F#
1530	54	4,82	0,79 F#3	
1530	54	4,82	0,79 F#3	
1530	65	4,82	0,79 F4	
1530	66	4,82	0,79 F#4	
1530	70	4,82	0,79 A#4	
1530	73	4,82	0,79 C#5	F#maj7
1540	49	12,76	0,79 C#3	
1540	49	12,76	0,79 C#3	
1540	65	12,76	0,79 F4	
1540	68	12,76	0,79 G#4	
1540	73	12,76	0,79 C#5	C#
1555	54	14,42	0,79 F#3	
1555	54	14,42	0,79 F#3	
1555	66	14,42	0,79 F#4	
1555	70	14,42	0,79 A#4	
1555	73	14,42	0,79 C#5	F#
1572	54	3,80	0,79 F#3	
1572	54	3,80	0,79 F#3	
1572	66	3,80	0,79 F#4	
1572	70	3,80	0,79 A#4	
1572	73	3,80	0,79 C#5	F#
1576	49	4,10	0,79 C#3	
1576	65	4,10	0,79 F4	
1576	68	4,10	0,79 G#4	
1576	73	4,10	0,79 C#5	C#
1580	50	3,63	0,79 D3	

1580	50	3,63	0,79 D3	
1580	66	3,63	0,79 F#4	
1580	69	3,63	0,79 A4	
1580	73	3,63	0,79 C#5	
1580	74	3,63	0,79 D5	Dmaj7

Fonte: elaborado pelo autor. Contém complementação com a transcrição da nota MIDI representando pela notação musical, além da nomenclatura do acordo sobrepondo as notas presentes no mesmo tempo de ocorrência. Análise de M2.

Apêndice M

Quadro de dados obtido pelo Sonic Visualiser com o plugin Chordino - Chor representation.

Tempo	Acorde
2	Fm7
10	Cm
12	Fm
14	Ab6
18	Eb6
30	Ab6
32	Ab/Bb
33	Fm7
57	Bbm
59	Fm
65	Eb6
76	Bbm
84	Bbm7
91	Fm7
109	Ab/Bb
115	Bbm7
118	Ebm
120	Bbm7
129	Fm7
134	Bb7
135	Eb
140	Eb6
144	Fm7
158	Eb
161	Eb6
167	Ab6
172	Abmaj7
175	Fm7

Fonte: elaborado pelo próprio autor, contendo dados coletados pelo plugin com exclusão de acordes repetidos seguidamente, por motivos de função harmônica. Análise de PS1.

Apêndice O

Quadro de dados coletados pelo Sonic Visualiser como plugin Chordino - Note estimate.

Tempo	Midi	Duração	Dinâmica	Nota	Acorde
0,789478	48	1,625397	0,787402	C3	Cm
0,789478	63	1,625397	0,787402	D#4	
0,789478	67	1,625397	0,787402	G4	
0,789478	72	1,625397	0,787402	C5	
2,414875	53	7,383946	0,787402	F3	
2,414875	53	7,383946	0,787402	F3	Fm7
2,414875	63	7,383946	0,787402	D#4	
2,414875	65	7,383946	0,787402	F4	
2,414875	68	7,383946	0,787402	G#4	
2,414875	72	7,383946	0,787402	C5	
9,798821	48	1,718277	0,787402	C3	Cm
9,798821	63	1,718277	0,787402	D#4	
9,798821	67	1,718277	0,787402	G4	
9,798821	72	1,718277	0,787402	C5	
11,5171	53	2,461315	0,787402	F3	
11,5171	65	2,461315	0,787402	F4	Fm
11,5171	68	2,461315	0,787402	G#4	
11,5171	72	2,461315	0,787402	C5	
13,97841	56	4,272472	0,787402	G#3	
13,97841	56	4,272472	0,787402	G#3	
13,97841	63	4,272472	0,787402	D#4	Fm7/Ab
13,97841	65	4,272472	0,787402	F4	
13,97841	68	4,272472	0,787402	G#4	
13,97841	72	4,272472	0,787402	C5	
18,25088	51	11,88862	0,787402	D#3	
18,25088	51	11,88862	0,787402	D#3	Cm7/Eb
18,25088	63	11,88862	0,787402	D#4	
18,25088	67	11,88862	0,787402	G4	
18,25088	70	11,88862	0,787402	A#4	
18,25088	72	11,88862	0,787402	C5	
30,1395	56	1,486077	0,787402	G#3	Fm7/Ab
30,1395	56	1,486077	0,787402	G#3	
30,1395	63	1,486077	0,787402	D#4	
30,1395	65	1,486077	0,787402	F4	
30,1395	68	1,486077	0,787402	G#4	
30,1395	72	1,486077	0,787402	C5	Ab/Bb
31,62558	46	1,393197	0,787402	A#2	
31,62558	63	1,393197	0,787402	D#4	
31,62558	68	1,393197	0,787402	G#4	
31,62558	72	1,393197	0,787402	C5	
33,01878	53	23,68435	0,787402	F3	Fm7
33,01878	53	23,68435	0,787402	F3	
33,01878	63	23,68435	0,787402	D#4	
33,01878	65	23,68435	0,787402	F4	
33,01878	68	23,68435	0,787402	G#4	
33,01878	72	23,68435	0,787402	C5	
56,70313	46	2,414875	0,787402	A#2	
56,70313	65	2,414875	0,787402	F4	
56,70313	70	2,414875	0,787402	A#4	

56,70313	73	2,414875	0,787402	C#5	Bbm
59,118	53	5,387029	0,787402	F3	
59,118	65	5,387029	0,787402	F4	
59,118	68	5,387029	0,787402	G#4	
59,118	72	5,387029	0,787402	C5	Fm
64,50503	51	11,56354	0,787402	D#3	
64,50503	51	11,56354	0,787402	D#3	
64,50503	63	11,56354	0,787402	D#4	
64,50503	67	11,56354	0,787402	G4	
64,50503	70	11,56354	0,787402	A#4	
64,50503	72	11,56354	0,787402	C5	Cm7/Eb
76,06857	46	7,523265	0,787402	A#2	
76,06857	65	7,523265	0,787402	F4	
76,06857	70	7,523265	0,787402	A#4	
76,06857	73	7,523265	0,787402	C#5	Bbm
83,59184	46	7,569705	0,787402	A#2	
83,59184	46	7,569705	0,787402	A#2	
83,59184	65	7,569705	0,787402	F4	
83,59184	68	7,569705	0,787402	G#4	
83,59184	70	7,569705	0,787402	A#4	
83,59184	73	7,569705	0,787402	C#5	Bbm7
91,16154	53	18,29732	0,787402	F3	
91,16154	53	18,29732	0,787402	F3	
91,16154	63	18,29732	0,787402	D#4	
91,16154	65	18,29732	0,787402	F4	
91,16154	68	18,29732	0,787402	G#4	
91,16154	72	18,29732	0,787402	C5	Fm7
109,4589	46	5,387029	0,787402	A#2	
109,4589	63	5,387029	0,787402	D#4	
109,4589	68	5,387029	0,787402	G#4	
109,4589	72	5,387029	0,787402	C5	Ab/Bb
114,8459	46	3,250794	0,787402	A#2	
114,8459	46	3,250794	0,787402	A#2	
114,8459	65	3,250794	0,787402	F4	
114,8459	68	3,250794	0,787402	G#4	
114,8459	70	3,250794	0,787402	A#4	
114,8459	73	3,250794	0,787402	C#5	Bbm7
118,0967	51	1,950476	0,787402	D#3	
118,0967	63	1,950476	0,787402	D#4	
118,0967	66	1,950476	0,787402	F#4	
118,0967	70	1,950476	0,787402	A#4	Ebm
120,0472	46	9,334422	0,787402	A#2	
120,0472	46	9,334422	0,787402	A#2	
120,0472	65	9,334422	0,787402	F4	
120,0472	68	9,334422	0,787402	G#4	
120,0472	70	9,334422	0,787402	A#4	
120,0472	73	9,334422	0,787402	C#5	Bbm7
129,3816	53	4,829751	0,787402	F3	
129,3816	53	4,829751	0,787402	F3	
129,3816	63	4,829751	0,787402	D#4	

129,3816	65	4,829751	0,787402	F4	
129,3816	68	4,829751	0,787402	G#4	
129,3816	72	4,829751	0,787402	C5	Fm7
134,2113	46	1,207438	0,787402	A#2	
134,2113	46	1,207438	0,787402	A#2	
134,2113	65	1,207438	0,787402	F4	
134,2113	68	1,207438	0,787402	G#4	
134,2113	70	1,207438	0,787402	A#4	
134,2113	74	1,207438	0,787402	D5	Bb7
135,4188	51	4,226032	0,787402	D#3	
135,4188	63	4,226032	0,787402	D#4	
135,4188	67	4,226032	0,787402	G4	
135,4188	70	4,226032	0,787402	A#4	Eb
139,6448	51	4,365351	0,787402	D#3	
139,6448	51	4,365351	0,787402	D#3	
139,6448	63	4,365351	0,787402	D#4	
139,6448	67	4,365351	0,787402	G4	
139,6448	70	4,365351	0,787402	A#4	
139,6448	72	4,365351	0,787402	C5	Cm7/Eb
144,0102	53	13,60689	0,787402	F3	
144,0102	53	13,60689	0,787402	F3	
144,0102	63	13,60689	0,787402	D#4	
144,0102	65	13,60689	0,787402	F4	
144,0102	68	13,60689	0,787402	G#4	
144,0102	72	13,60689	0,787402	C5	Fm7
157,6171	51	2,925714	0,787402	D#3	
157,6171	63	2,925714	0,787402	D#4	
157,6171	67	2,925714	0,787402	G4	
157,6171	70	2,925714	0,787402	A#4	Eb
160,5428	51	6,455147	0,787402	D#3	
160,5428	51	6,455147	0,787402	D#3	
160,5428	63	6,455147	0,787402	D#4	
160,5428	67	6,455147	0,787402	G4	
160,5428	70	6,455147	0,787402	A#4	
160,5428	72	6,455147	0,787402	C5	Cm7/Eb
166,9979	56	4,96907	0,787402	G#3	
166,9979	56	4,96907	0,787402	G#3	
166,9979	63	4,96907	0,787402	D#4	
166,9979	65	4,96907	0,787402	F4	
166,9979	68	4,96907	0,787402	G#4	
166,9979	72	4,96907	0,787402	C5	Fm7/Ab
171,967	56	2,693515	0,787402	G#3	
171,967	56	2,693515	0,787402	G#3	
171,967	63	2,693515	0,787402	D#4	
171,967	67	2,693515	0,787402	G4	
171,967	68	2,693515	0,787402	G#4	
171,967	72	2,693515	0,787402	C5	Abmaj7
174,6605	53	6,083628	0,787402	F3	
174,6605	53	6,083628	0,787402	F3	
174,6605	63	6,083628	0,787402	D#4	

174,6605	65	6,083628	0,787402	F4	
174,6605	68	6,083628	0,787402	G#4	
174,6605	72	6,083628	0,787402	C5	Fm7

Fonte: elaborado pelo autor (2025). Contém complementação com a transcrição da nota midi representando pela notação musical, além da nomenclatura do acordo sobrepondo as notas presentes no mesmo tempo de ocorrência. Análise de PS1.