

BOLERO E MELOTERAPIA

Maria das Neves Franca (Nevita)

Mestre e Bacharel em Filosofia pela UFPB

Ritmo lento, cadência suave, melodia envolvente e apaixonada, letras poéticas e românticas combinadas com arranjos orquestrais ricos e harmonias sofisticadas, o bolero é um gênero musical que se destaca pela capacidade de transmitir emoções e contar histórias de sofrência, amor e desilusão.

Resistindo ao tempo e permanecendo relevante ao longo dos anos, mesmo após décadas de sua criação, o bolero continua a encantar e emocionar, provando que dançar agarradinho música romântica e apaixonada é uma das melhores coisas da vida.

A melodia suave e os delicados acordes de “Contigo Aprendi”, que escuto agora, transportam-me para um lugar de nostalgia, reconfortante e revigorante tristeza, memória de intimidade e romance. As notas e a letra de “Contigo Aprendi”, composição do mexicano Armando Manzanero, são como um alívio para a alma, trazendo conforto e serenidade nessa noite quente de verão, em meio ao caos do mundo.

Contigo aprendi

Que existem novas dimensões da alegria

Contigo aprendi

A conhecer todas as minhas fantasias

Aprendi

Que uma semana dura mais de sete dias

Que há coisas lindas que eu ainda não sabia

Felicidade foi contigo que aprendi

Contigo aprendi

A ver a luz na face escura dessa lua

Contigo aprendi

Não há presença que eu trocasse pela tua
Aprendi
Que um beijo pode ser mais doce e mais profundo
Que se amanhã eu for embora deste mundo
As coisas boas foi contigo que eu vivi
Contigo aprendi
Que eu só nasci no dia em que te conheci

Com uma história rica e emocionante, esse valioso e contagiante patrimônio sonoro, nascido em Cuba em 1883, de onde se espalhou para o México e outros países latino-americanos, mostra a complexa realidade das relações humanas; retrata em suas letras histórias de amores proibidos, paixões não correspondidas, traições, decepções, pujantes entregas emotivas.

De forma poética e melódica, com arranjos que transmitem a intensidade das emoções vividas pelos amantes, o ritmo convida ao sonho e à fantasia, rompe radicalmente com o moralismo hipócrita ao abordar em suas letras o corpo e os sentimentos, explorar e estimular o desejo e a paixão humana de forma aberta e sem preconceitos.

Penso que, por isso, a MELOTERAPIA, prática terapêutica que utiliza elementos da música – ritmo, melodia, harmonia, letra - para promover bem-estar físico, mental e emocional, frequentemente tem se utilizado do bolero. Devido à sua capacidade de evocar emoções e expressar sentimentos, o gênero ajuda a reduzir o estresse, aliviar a ansiedade e a depressão, melhorar a qualidade do sono, estimular a criatividade, aumentar a concentração, fortalecer o sistema imunológico, promover uma sensação de bem-estar e contribuir para uma melhoria do estado geral. Mescla de ciência e arte, esse processo terapêutico valoriza as experiências sonoras, considerando-as canais de expressão e comunicação capazes de pacificar o ânimo e auxiliar a saúde física e emocional. A música, claro, não substitui tratamentos médicos ou psicológicos, mas é um importante complemento terapêutico para a promoção da saúde geral.

Eu, que sempre fui apaixonada por bolero, fonte de prazer e gozo musical, sensorial e literário, enxergo com alegria o reconhecimento desse gênero pela UNESCO, em dezembro último, como PATRIMÔNIO CULTURAL IMATERIAL DA HUMANIDADE. Em maio do ano passado, quando estive em Cuba para apresentar um trabalho no Colóquio Ernest

Hemingway, que acontecia simultaneamente ao Congresso Mundial do Patrimônio Cultural, pude encontrar e conhecer o mexicano Pavel Granados, cuja palestra - “PATRIMONIO SONORO EN MEXICO: EL BOLERO”, a que assisti atenta, expunha sólidas razões para que esse reconhecimento acontecesse. Considerando o bolero “identidade, emoção e poesia transformadas em canção”, Granados, do México, unia-se a Cuba na defesa dessa aclamação. A música, dizia-nos ele, é também uma espécie de educação sentimental; muitos aprendem a expressar seus afetos, a ver o amor e o ser humano e a viver seus amores através dela.

Além da dimensão sonora e sentimental, ousou dizer que o ritmo alcança agora uma dimensão política e diplomática no plano internacional, como um suave poder latino-americano; poder, quem sabe, capaz de influenciar, despertar e cultivar paixões, expressar desejos e necessidades, dizer aberta e autenticamente das próprias emoções, preferências e limites.

O bolero invoca, provoca e convoca à vida... vida verdadeira, no que ela tem de assombro e desamparo, prazer e dor, anseios e receios, começo e recomeço em face da inevitabilidade do fim.