REVISTA DA FUNDARTE
ANO 22
NÚMERO 51
OUTUBRO DE 2022
FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE ARTES DE MONTENEGRO



escrita performativa ACADÊMICA

OS EMBALOS DA MÚSICA COMO LAZER

MUSIC AS LEISURE FEVER

Estela Kohlrausch
Johannes Doll

Resumo: Este texto segue os embalos da música como lazer e o refrão da canção nos lembra: nós estamos sobrevivendo (*we're stayin' alive*). Partimos de algumas palavras geradoras para construir relações, formando tríades, enarmonias e ritmos para compor esta escrita. Os dados analisados para desenvolver reflexões sobre envelhecimento, música e lazer são provenientes da pesquisa *Envelhecimento e música: o lazer sério em narrativas de amadores/as* (KOHLRAUSCH, 2021). A base teórica utilizada foi a Perspectiva do Lazer Sério. A música como lazer sério pode ajudar a encarar os desafios da vida (e do envelhecimento) trazendo benefícios duráveis.

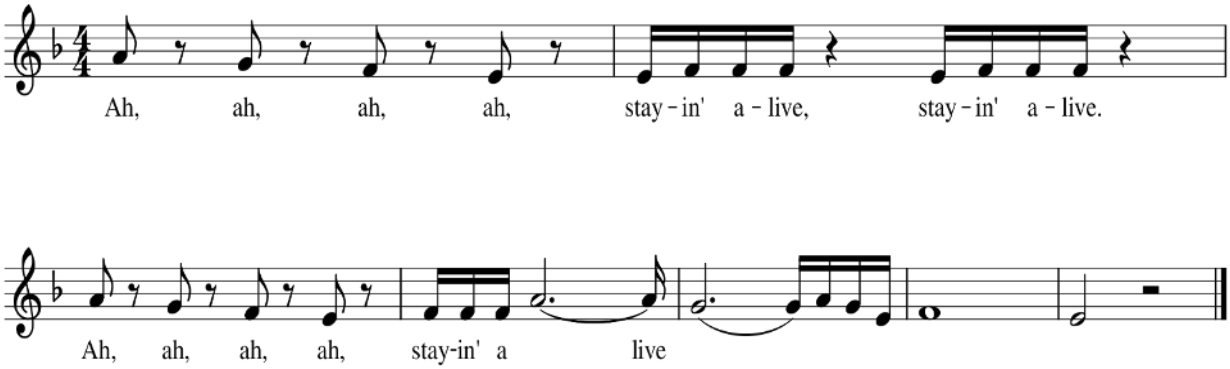
Palavras-chave: Música. Envelhecimento. Lazer. Educação. Texto performativo acadêmico.

Abstract: This text follows the rhythm of the music as leisure and the song's chorus reminds us: we're stayin' alive. We start from some generative words to build relationships, forming triads, enharmonies and rhythms to compose this writing. The analyzed data to develop reflections on aging and music come from the research *Aging and music: serious leisure in amateur narratives* (KOHLRAUSCH, 2021) and the theoretical basis used was the Perspective of Serious Leisure. Music as serious leisure can help to face the challenges of life (and aging) bringing durable benefits.

Keywords: Music. Ageing. Leisure. Education. Performative writing.

Ah, ah, ah, ah, stayin' alive, stayin' alive
Ah, ah, ah, ah, stayin' alive
(Bee Gees, Stayin' Alive)

Partitura com a melodia e letra do trecho da música citada acima:



O filme *Os embalos de sábado à noite* (1977) inicia ao som da famosa música *Stayin' Alive* (Bee Gees, 1977) e com Tony Manero, personagem de John Travolta. Tony veste uma camisa de cor vermelha vibrante, calças esvoaçantes, sapatos de plataforma e anda – quase desfilando, quase dançando – com uma lata de tinta pela cidade de Nova Iorque. Ele flerta com algumas moças enquanto vai para seu emprego de vendedor. Ali, na loja, ele é um tipo qualquer, vivendo uma vida de desilusão, violência e mágoa, mas nas pistas de dança ele é um deus. *Ah, ah, ah, ah, stayin' alive* (estamos sobrevivendo)!

Ao dançar, a vida de Tony Manero é outra.
Com as artes, a vida se transforma.

Um pouco dessa transformação e sensação de estarmos (sobre)vivendo também acontece nas diferentes práticas musicais. Nos embalos dessa canção, iniciamos essa escrita que é um convite para pensarmos a música como lazer e alguns benefícios da sua prática sistemática para os processos de envelhecimento a partir da narrativa de musicistas amadores/as.

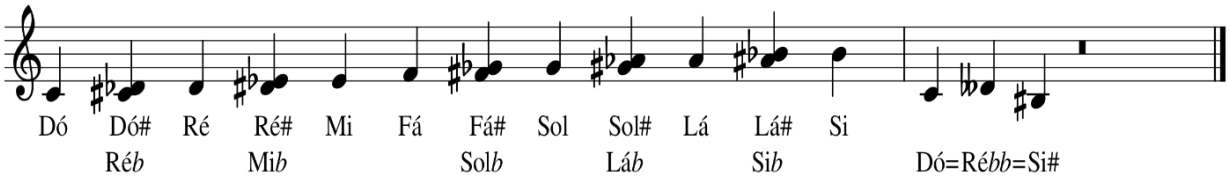
A prática musical de amadores/as possui grande riqueza melódica, harmônica, rítmica, estilística etc. Os dados aqui utilizados foram produzidos para a pesquisa *Envelhecimento e música: o lazer sério em narrativas de amadores/as* (KOHLRAUSCH, 2021) desenvolvida no Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob orientação do Dr. Johannes Doll e com bolsa do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). A participação na pesquisa e os procedimentos utilizados obedeceram aos critérios de ética presentes na Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde e aprovados pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com número CAAE 35662220.3.0000.5334. Foram entrevistadas oito pessoas residentes no Rio Grande do Sul, de ambos os sexos e com idades entre 48 e 73 anos. Os/as participantes foram identificados/as por um nome e pelo instrumento principal que pratica.

Para transformar parte dessas práticas musicais e reflexões em texto, partimos de um mapa de palavras-chave. Inicialmente, apresentaremos algumas enarmonias, acordes e ritmos para falar sobre o que investigamos e depois traremos alguns trechos das entrevistas para que possamos pensar sobre a música, o lazer sério e o que essas experiências trouxeram para as pessoas entrevistadas (e para as nossas).

As palavras-mapa dessa escrita e reflexões:

MÚSICAENVELHECIMENTOEDUCAÇÃOFAZERMÚSI
CAMÚSICAINTRUMENTALLAZERLAZERSÉRIOQUA
LIDADESDISTINTIVASCOREACTIVITYPROJETO
SOCIALDIREITOSLEGISLAÇÃOVIDAMÚSICAENV
ELHECIMENTOEDUCAÇÃOFAZERMÚSICAMÚSICAI
NSTRUMENTALLAZERLAZERSÉRIOQUALIDADESD
ISTINTIVASCOREACTIVITYPROJETOSOCIALDI
REITOSLEGISLAÇÃOVIDAMÚSICAENVELHECIME
NTOEDUCAÇÃOFAZERMÚSICAMÚSICAINSTRUMEN
TALLAZERLAZERSÉRIOQUALIDADESDISTINTIV
ASCOREACTIVITYPROJETOSOCIALDIREITOSLE
GISLAÇÃOVIDAMÚSICAENVELHECIMENTOEDUCA
ÇÃOFAZERMÚSICAMÚSICAINSTRUMENTALLAZER
LAZERSÉRIOQUALIDADESDISTINTIVASCOREAC
TIVITYPROJETOSOCIALDIREITOSLEGISLAÇÃO
VIDAMÚSICAENVELHECIMENTOEDUCAÇÃOFAZER
MÚSICAMÚSICAINTRUMENTALLAZERLAZERSÉRI
OQUALIDADESDISTINTIVASCOREACTIVITY

ENARMONIA: idoso/a - velho/a - terceira/quarta/melhor idade



No sistema de afinação temperada, determinadas frequências podem ser chamadas por dois ou mais diferentes nomes. Dependendo da grafia e contexto, por exemplo, chama-se dó sustenido, dependendo ré bemol.

Da mesma forma, a idade cronológica é utilizada como critério para estabelecer a pessoa como idosa (ou não) pela maioria das instituições que atendam física, psicológica ou socialmente essas pessoas (PAPALÉO NETTO, 2018). No Brasil, o *Estatuto do Idoso* (BRASIL, 2003) considera a idade de 60 anos, mas em outros países a pessoa passa a ser idosa aos 65. Essa diferença considera fatores de desenvolvimento econômico e social do país. No Brasil, as pessoas idosas constituem 14,26% da população, destas, 69% possuem renda mensal de até dois salários-mínimos e a maioria é mulher (BRASIL, 2021).

> [...] muitas vezes, de dentro de nós, a gente está olhando e não se lembra que tem determinada idade. Muitas vezes eu penso que parece que a gente continua com 20 ou com 18 ou com 30. É claro que a gente não continua, né? Existe todo um trabalho de amadurecimento que acontece. **John, contrabaixo**

> [...] envelhecer é uma bênção, porque ou a gente envelhece ou a gente morre antes. Mas tem formas de envelhecer, eu me sinto gratificado, porque me sinto bem, não vejo problemas que estejam me castigando: dores ou preocupações. [...] essa coisa do envelhecimento, eu nem percebo. Nem percebi que eu envelheci. Eu não sinto, eu não sou velho. Eu brinco por aqui: quando falam em baile da terceira idade, digo "quando eu envelhecer, eu também vou". Por enquanto eu não vou em baile da terceira idade, não vou, nunca fui, na verdade. Ou fui por um acidente, mas não sou frequentador. A gente sabe que vai se aproximando do limite, a gente tem um limite, todos nós temos, está certo assim. Eu não tenho medo de que vai acontecer alguma coisa, vou morrer, todos nós morremos e não estou aguardando, mas me sinto bem tranquilo em relação a esses fatos da fase final da vida da gente. **Rimeda, harmônio**

A idade também pode considerar outros fatores, podendo ser biológica, psicológica ou social.

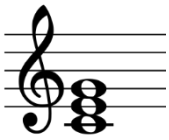
Para além das discussões terminológicas, o que investigamos com musicistas amadores/as foi a presença da prática musical no processo de envelhecimento seja este biológico, social, psicológico ou cultural.

Para uma pessoa ser idosa (velha ou da melhor idade) há vários fatores envolvidos, como uma série harmônica que dá o timbre daquela pessoa: seu contexto, trajetória e – *por que não?* – o lazer a tornam singular. As linhas harmônicas vivem não só da combinação perfeita, da harmonia, mas muito mais das alterações na estrutura dos acordes, levando a tensões, rupturas, melancolia, soluções.

> Mais do que a mera combinação de sons determinados, os acordes desempenham diferentes funções harmônicas nas músicas e suas relações são chamadas de tonalidade:
>
> "O sentido da função musical resulta do contexto, do relacionamento, consciente ou inconsciente, de fatores musicais, antecedentes e consequentes, que devem ser ouvidos e sentidos. Varia, oscila, entre conceitos de repouso (tônica) e movimento (subdominante, dominante), afastamento (subdominante) e aproximação (dominante)."
>
> KOELLREUTTER, 1986, p.13 [sem os grifos do autor]

Por isso destacamos: a vida e o envelhecimento são heterogêneos – como os acordes das canções. Eles estão inseridos no seu contexto histórico, cultural e social, bem como a vida do Tony Manero, um deus de dança, vindo da sua classe social, do seu bairro de Brooklyn no contexto cultural dos Estados Unidos nos anos de 1970.

ACORDE MAIOR: leis, direitos, acesso



Para dar o tom dessa reflexão, partimos da imagem do acorde[1] de dó maior representado na figura acima que transporemos para esse texto como: nossas leis, direitos e acesso à educação e ao lazer da pessoa idosa.

[1] Os conceitos de acorde variam entre autores da área. Para exemplificar, trazemos duas definições. Bohumil (1996, p. 271 [grifos do autor]) define acorde como "[...] a combinação de três ou mais sons SIMUTÂNEOS diferentes. OBS: A combinação de dois sons se chama intervalo." Já Almada (2012, p. 25) considera que: "Embora qualquer agrupamento de três ou mais sons simultâneos possa ser considerado um acorde, convenciona-se, na prática, aceitá-lo como tal apenas nos casos em que os sons que o compõem se apresentem superpostos em intervalos de terça." Para a discussão deste texto, propomos pensar o acorde como uma estrutura de três ou mais sons que possuem relação entre si.

> Art. 230. A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida.
> *Constituição Federal* (BRASIL, 1988)

Leis como a *Declaração Universal dos Direitos Humanos* (1948), a *Constituição Federal* (BRASIL, 1988), a *Política Nacional do Idoso* (BRASIL, 1994) e o *Estatuto do Idoso* (BRASIL, 2003) são a fundamental desse acorde, por onde podemos estabelecer as relações com os direitos individuais e coletivos - esses são as demais notas dessa tríade e definem o modo que percebemos inclusive os direitos.

A pessoa idosa é reconhecida como um sujeito de direitos, o que nos demanda desenvolver políticas e serviços que efetivem o direito a viver a velhice em dignidade e com protagonismo. É necessário elaborar ações que minimizem os efeitos de preconceitos e estereótipos que excluem a pessoa idosa.

> Art. 1º É instituído o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos.
>
> Art. 20. O idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade.
> *Estatuto do Idoso* (BRASIL, 2003)

Para completar esse acorde com lei e direitos, colocamos a palavra acesso. Muitas vezes temos leis e direitos, mas nos falta o acesso ao lazer e à educação, por exemplo.

Os acordes, as harmonias, a linha melódica são importantes, mas constituem somente uma parte da música, importante é também o ritmo, o pulso, que passa energia.

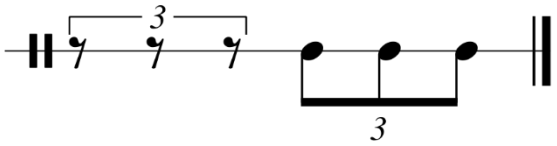
Ritmo é um parâmetro da estrutura musical e busca descrever e compreender a duração e padrões de duração das notas musicais.

"These durations may be more or less regular, may or may not give rise to a sense of beat or tempo, and may be more or less continuous, but as all music involves duration(s), all music necessarily has some manner of rhythm."

(tradução livre: Essas durações podem ser mais ou menos regulares, podem ou não dar origem a uma sensação de batida ou andamento, e podem ser mais ou menos contínuas, mas como toda música envolve duração(ões), toda música necessariamente tem algum tipo de ritmo.)

LONDON, 2021

TERCINA: música, lazer sério e benefícios duráveis



A tercina, no exemplo acima, indica a subdivisão de um tempo de semínima em três colcheias (partes) de igual duração.

O ritmo da investigação vem do fazer musical como lazer e daquilo que as pessoas encontram na atividade que realizam sistematicamente. Como metrônomo, que sinaliza de forma regular pulsos indicando o andamento, usamos a Perspectiva do Lazer Sério (PLS) desenvolvida desde a década de 1970 pelo professor

Robert A. Stebbins 

Essa foto está no site https://www.seriousleisure.net/ onde você encontra a biografia do autor, mas também diversos materiais sobre história, conceitos, diagramas e pesquisas na PLS

Na PLS, o lazer está organizado em três dimensões (lazer sério, casual e baseado em projetos) e em diferentes tipos de envolvimento. A pesquisa, por nós desenvolvida, se concentrou na investigação dos/as amadores/as porque eles/as possuem uma prática sistemática e duradoura, sendo presentes as seis qualidades distintivas da dimensão lazer sério: perseverança, carreira, esforço substancial, benefícios duráveis, mundo social específico e a identificação.
O lazer se torna sério, segundo Stebbins (2008) quando se encontram todas as seis qualidades em relação a uma atividade central, uma "*core activity*", como a prática de um esporte, uma atividade artística (como a dança do Tony Manero) ou tocar um instrumento musical. Esta "*core activity*" é ou se torna tão importante para o/a praticante deste lazer sério, que ele/a não se importa em dedicar tempo e esforço, pois, além de trazer benefícios duráveis, esta atividade dá significado e sentido para sua vida (Stebbins, 2020).

Nas práticas musicais-instrumentais dos/as amadores/as entrevistados/as percebemos a qualidade da *perseverança* quando enfrentam situações adversas à prática – como vivenciado no período da pandemia, quando as rotinas de aulas, ensaios e apresentações sofreram adaptações. Essa capacidade de continuar na atividade em períodos com diferentes graus de benefícios percebidos, é o que na PLS se chama de *carreira*, passando pela aprendizagem das habilidades necessárias ao desenvolvimento das atividades

(OLIVEIRA, 2016). O *esforço substancial* está ligado ao esforço individual na realização, como o estudo de uma peça para superação de dificuldades. O que a pessoa percebe que ganha, seja emocional ou socialmente, ao realizar a atividade com maior envolvimento é conceituado pela qualidade *benefícios duráveis*. A qualidade do *mundo social específico* se refere ao grupo de outros/as praticantes do mesmo lazer e com as quais é possível compartilhar atitudes, práticas, valores, crenças e objetivos (OLIVEIRA; DOLL, 2017). Por essa partilha de mundo social, os/as praticantes de lazer sério vão se tornando semelhantes com outras pessoas que também são, no caso dos/as entrevistados/as, musicistas, desenvolvendo sua *identificação*.

Para pensarmos sobre música, lazer e benefícios duráveis das práticas musicais-instrumentais dos/as entrevistados/as, a partir de agora traremos algumas falas das entrevistas realizadas com as quais proporemos algumas interações.

Seguindo o caminho do mapa apresentado no começo desse texto, vamos examinar a “música”. Tanto aquelas que embalam os sábados à noite, trazendo asas aos sapatos do bailarino nova-iorquino, quanto aquelas que podem trazer conforto para momentos de solidão ou serem trilha para uma faxina mais vigorosa. É uma palavra com diferentes sentidos, como podemos ver no quadro a seguir:

mú·si·ca
(latim *musica, -ae*, música, instrução, habilidade)
substantivo feminino
1. Organização de sons com intenções estéticas, artísticas ou lúdicas, variáveis de acordo com o autor, com a zona geográfica, com a época, etc.
2. Arte e técnica de combinar os sons de forma melodiosa.
3. Composição ou obra musical.
4. Execução de uma peça musical.
5. Conjunto de músicos. = BANDA, FILARMÔNICA, ORQUESTRA
6. Notação ou registro de uma peça musical.
7. Papel ou livro que contém notações musicais. = PARTITURA
8. Sequência de sons cuja cadência ou ritmo lembram uma melodia (ex.: *deixou-se dormir com a música do vento*).
9. [Informal, Figurado] Choradeira, lamúria.
10. [Informal] Lábia, manha (ex.: *isso é música para conseguir o que quer; não me venham dar música que eu não acredito nessa história*).

"música", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa (MÚSICA, 2008)

Ao lermos esse verbete, com dez definições, podemos perceber como a música possui diferentes conotações. Propomos que você leia-ouça as respostas para a pergunta **O que a música é para você?** e identifique nelas aspectos que se aproximam ou distanciam do que você responderia para esta pergunta. Alguns trechos podem soar como canções conhecidas, que ecoam em você, mas outros podem trazer sonoridades que se distanciam daquilo que lhe é familiar. Cada participante traz uma ideia e uma voz diferente, representadas nesse texto por diferentes cores: experimente ler ouvindo isso.

Luna, agogô: “Para mim é uma paixão. Tem umas pessoas que dizem que é uma terapia. Não, não é terapia: é amor, é prazer. Não tem nada a ver, terapia para mim é outra coisa. Amo tocar. Se apresentar, para mim, não estou lá para me apresentar. A gente toca carnaval, tem as apresentações, mas eu gosto de ir nos ensaios. Gosto de tocar, entendeu? Chegar lá e tocar. E pronto. É o que importa. Saber tocar aqueles ritmos, tem ritmos que eu gosto mais, tem ritmos que eu gosto menos. Aquilo me dá: aprender a tocar um instrumento, tocar em conjunto. Eu gosto de coisas de grupo.”

♪

John, contrabaixo: “É um tipo de terapia, eu acho. [...] Acredito que é uma forma da gente ficar alegre, ficar feliz, se expressar. Às vezes as palavras não conseguem passar o sentimento que uma música consegue passar na sonoridade, ritmo ou na inovação, sei lá qual. A música, ela é uma coisa muito interessante, porque são só sete notas musicais, alguns intervalos e são inúmeras combinações. Que aí tu combina música com ritmo, com harmonia. O que tu consegue fazer é quase que infinito.”

♪

Antônio, violino: “[ouvir música] é o combustível da alma, isso é minha alimentação da alma.”

♪

Sérgio, saxofone: “[...] a música é uma coisa que sempre me perseguiu [...]. Mexer com música sempre foi o meu fraco.” “[tocar] É uma realização dia a dia. É na maneira, agora, cada dia que aparece desafio e a gente vai superando, vai realizando.”

♪

Déo Oliveira, surdo: “Música é uma coisa que eu amo…”

♪

Mariana, agogô: “É uma alegria. A música me faz mais feliz, sabe?”

♪

Rimeda, harmônio: “Eu nem sei bem porquê que as pessoas fazem música, o que é a música. Para mim é puro prazer. Muita alegria, serenidade, tranquilidade. Todos os sentimentos podem ser transmitidos pela música, então é uma linguagem perfeita e ainda com essa sonoridade que a gente produz, tu, qualquer músico produz. Acho que isso enriquece muito a vida da gente. Se eu olho uma pessoa que não ouve música, ela se priva de sensações.”

♪

Girassol, tamborim: “[...] o que a música é para mim? Acho que é uma emoção. Se eu escuto uma música muda meu estado de espírito. Posso ficar derrotada, posso ficar muito feliz. É uma emoção e acho que dentro das artes é a que mais me toca, que mais me emociona. Dança e música [...] Bom, eu acho que a música é um pouco de tudo. Ouvir uma boa música, cantar, tocar. Não sei o que é. Não é tudo, na vida não é tudo, mas é uma coisa que eu relaciono muito com emoção. Mexe com as minhas emoções.”

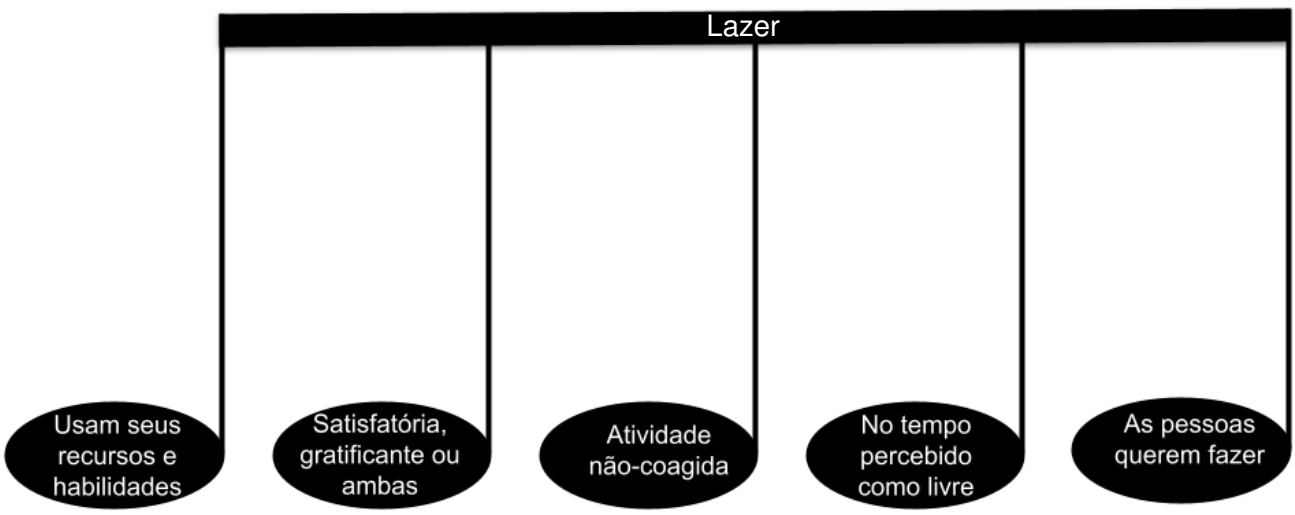
Pelas respostas, percebemos que a música assume diferentes sentidos. Isso não é exclusividade desse grupo de pessoas, inclusive em dicionários, como vimos anteriormente, há mais que uma definição. Mais do que querer esgotar a discussão a partir dessas falas, dizendo se música é ou não terapia, se é arte ou paixão, nos importa aqui destacar que as pessoas se relacionam e entendem a música que vivem de diferentes maneiras. Analisando as falas, percebemos que as pessoas entrevistas partem da sua experiência prática para definirem música, essa ação musical leva a uma transformação da realidade a partir de si: percebem-se mais alegres, com a alma alimentada. A vivência da prática musical extrapola esse caráter individual e "enriquece muito a vida da gente" (Rimeda, harmônio), pela transformação de si através da música a pessoa se relaciona com o mundo atribuindo novos significados a partir de sua experiência.

Agora é sua vez!

Depois de ler-ouvir as definições dos verbetes e falas dos/as entrevistados/as convidamos você a expressar (em áudio, no papel, em meios digitais...) o que é música para você.

Mas, a música poderia ser lazer? E **o que é lazer?**

Para elaborarmos nossa reflexão sobre o conceito, trazemos a seguir um esquema no qual expomos alguns dos aspectos que aparecem na definição de lazer formulada por Stebbins (2020). Apesar de apresentarmos ele numa figura musical, queremos destacar que esses aspectos não se restringem ao lazer musical, mas abrangem diferentes dimensões (lazer sério, casual e baseado em projetos) e tipos de envolvimento (amador, voluntariado e *hobby)* abordados na Perspectiva do Lazer Sério (PLS).



A definição elaborada por Stebbins parte do seu trabalho e pesquisa de campo que consideram especialmente uma visão a partir do indivíduo (um microcontexto). A PLS envolve diversos conceitos, alguns apresentados anteriormente, pensando o lazer como uma atividade moldada por condições psicológicas, sociais, culturais e históricas.

Os/as amadores/as estão na dimensão lazer sério, que pressupõe uma prática sistemática na atividade, envolvimento com o público e profissionais da área e que possui seis qualidades distintivas, que retomamos aqui: perseverança, esforço, carreira, benefícios duráveis, mundo social específico (*ethos*) e identidade (pessoal e social).

Na prática de lazer sério, percebe-se algumas recompensas (satisfação, autoexpressão, contribuições para o grupo) e custos (desapontamento, desagrados ou tensões) que são relacionadas ao lazer, sendo seus facilitadores ou limitadores. Essa equação resulta nos benefícios duráveis, que retomaremos logo mais. Agora, podemos nos aproximar das reflexões sobre o conceito de lazer a partir das respostas para **"o que é lazer para ti?"** dadas pelos/as musicistas amadores/as entrevistados/as que veremos a seguir.

Déo Oliveira, surdo: "O que é o lazer? Lazer é fazer alguma coisa que te dê prazer em fazer. Que não se sinta incomodado em fazer, uma coisa prazerosa. Qualquer coisa que me dá prazer é lazer. Não sei se é exatamente isso, mas normalmente o lazer dá prazer."

♪

Antônio, violino: "Eu não sei mais, porque meu trabalho já é lazer. Amo tudo que eu faço, na medida que eu amo tudo que eu faço... Tem algumas coisas que às vezes tu não gosta de fazer, mas tem que fazer. Sei lá o que eu posso dizer, de repente o bicho se cortou e tu vai ter que suturar: é uma coisa chata, tensa, trabalha em má posição, mas depois que tu fez, tu fica se sentido tão bem. [...] a vida não pode ser vivida como se não tivesse sentidos. [...] A vida tem que ser vista, ouvida, tocada, sentida e cheirada. [...] tudo tem que botar todos os sentidos e botar emoção."

♪

Sérgio, saxofone: "Lazeres que a gente vive, tocar … Até fazer mecânico para mim é um lazer. Andar de moto é um lazer. Só pescaria e caça, eu não sou, eu não faço isso. Sou bem eclético na variedade de lazer. Viajar com grupo, tocar, viajar de moto... [...] Eu sou um cara que pensa assim, sou num sentido americano, pode ser um médico, mas ele tem que desenvolver ou arte ou a parte de educação física ou atletismo. Porque é uma válvula de escape ótima para a vida. Tem uns gurizinhos que tocam lá comigo, que já estão tocando bem. Digo: "isso, desenvolve isso aí. tu vai ser um excelente músico. Não quer ser músico, vai ser médico, mas no dia que quiser pegar um instrumento vai ter essa possibilidade de tocar". Eu fico muito chato que o pessoal desvaloriza muito o músico."

♪

Luna, agogô: "Não sei conceito de lazer. Lazer é fazer as coisas que eu gosto. As coisas que eu gosto, do jeito que eu gosto. Se é ficar sentada ali no sofá sem fazer nada, nada, já é um lazer com prazer. Prazer. Acho que quando começou a pandemia eu já estava no tempo dentro de casa, porque foi um verão muito grande: dezembro, janeiro, fevereiro, março. Eu entre aspas "fiquei sem carro". Para sair para rua, eu não fui para praia, eu já estava um pouco dentro de casa. O que seria lazer? Pode ter muito lazer também dentro de casa. Também, não quer dizer o que eu considero lazer. Tocar para mim é um lazer. Tocar, cantar. Quando descobri o Spotify passei uma tarde escolhendo as músicas que eu amo. Aliás, apareceram. Coisa assustadora. A primeira sugestão é uma música que eu AMO. Claro, tua vida está toda ali, no note, no Google, não sei onde. Lazer é fazer coisas que eu gosto e que eu escolho. Às vezes tu faz coisas que é um lazer do outro e não o teu. De uma maneira forçada. Ou, não quero desagradar a pessoa, aí tu faz coisas que tu não está afim. Lazer eu acho que é isso: fazer as coisas que tu tem vontade. Podem ser infinitas coisas: ficar olhando a janela, pode ser sair para dar uma caminhada, não é muito o meu lazer, não. Sentar na grama: Deus me livre! [...] Não é meu lazer, sentar na areia

também não. Ir para beira da praia é um lazer maravilhoso, mas sentada numa cadeira, não no chão. Eu sou bem urbana mesmo. Tomar um cafezinho para mim é um lazer, agora, então, muito mais! Sair para tomar um cafezinho, quanto tempo, né? Com isso, acho que o conceito de lazer até mudou um pouco. Agora a gente valoriza qualquer coisa, ir lá naquele bar no fim do mundo, todo horroroso, com mesa de plástico: é um lazer! A gente muda um pouco, hoje, esse conceito. Fazer coisas que eu gosto e que eu escolho, eu acho que para mim é um lazer. [...] Acho que o lazer tem uma coisa de eu decidir uma coisa que eu gosto ou ir numa coisa que eu gosto, por opção."

♪

John, contrabaixo: "Lazer, para mim, é tudo aquilo que tu não têm obrigatoriedade de fazer. No momento que eu posso fazer alguma coisa que foi a minha escolha fazer é lazer. No momento que eu tenho compromissos que me levam a fazer determinada coisa e eu não estaria disposto a fazer, aí não é lazer. É basicamente isso, o lazer pode ser desde umas férias numa praia até um livro no sofá, ou sentar na frente da casa, ver o pôr do sol… É o que eu classificaria de lazer."

♪

Mariana, agogô: "Para mim lazer é, acho que estar com minha família, caminhar por Porto Alegre, né? A gente falou, eu sou portoalegrense gosto muito, já gostei bem mais de Porto Alegre, mas gosto de Porto Alegre. Acho que é isso assim... Ficar com a minha família, aproveitar, eu gosto de cozinhar, escutar música…"

♪

Girassol, tamborim: "Lazer para mim... Viajar. Fazer atividade física eu considero um lazer, eu faço exercício que é regular, minhas aulas de dança, meus treinos que é exercício, uma coisa regular e é lazer. Atividade física que eu considero: vou dar uma caminhada, boto um fone e saio ouvindo música, uso até como uma forma de desestressar. A música para mim ela tem esse valor, essa característica de me desestressar, de me desligar. Boto os fones de ouvido, saio. Lazer é tocar. Tocar é um lazer, seja nas B... ou quando a gente se encontrava, quando podia se encontrar nos lugares. Ir para barzinho, quando se ia também, tomar uma cerveja gelada, fazer um piquenique no Gasômetro, no parque. O que mais? Hoje em dia, usar as tecnologias também é lazer. Eu não via, mas hoje em dia eu assisto Netflix. Eu comecei a assistir com a pandemia, não tinha o hábito. Assisto umas séries interessantes. Usar o WhatsApp, às vezes tu trabalha nele, mas tu também usa como lazer. As redes são lazer. Acho que é isso de lazer."

♪

Rimeda, harmônio: "Na verdade é o prazer. Lazer é uma coisa que a gente gosta, a gente gosta do que dá prazer. Eu tenho um lazer paralelo, por isso estou nessa academia de letras, que é escrever, de registrar coisas. Para muitas pessoas é estranho, mas acho que é uma coisa que dá prazer ficar registrando, escrevendo coisas. Fazer publicação, tenho participado de várias publicações então é um pouco assim: como para muitas pessoas a música é um lazer. Mas tem o profissionalismo da coisa, é outro nível. Para mim o lazer é uma busca de prazer. [...] Aquilo que é o meu prazer, aquilo que eu gosto. Devo até chocar umas pessoas se eu disser."

Lendo-ouvindo essas diferentes vozes e partindo das definições da Perspectiva do Lazer Sério, queremos ressaltar que a atividade de lazer envolve diferentes entendimentos que podem até "chocar algumas pessoas" (Rimeda, harmônio). Ao mesmo tempo que o lazer pode ser percebido como uma "válvula de escape" (Sérgio, saxofone), nos remetendo ao

aspecto de não-coação e à vontade de querer fazer, podemos ver que em alguns momentos ele pode ser entendido com o próprio trabalho.

Escrever, tocar um instrumento e o “fazer mecânico” (Sérgio, saxofone), exemplos citados pelas pessoas entrevistas, são atividades que necessitam dedicação e investimento (como apresentado anteriormente nas qualidades distintivas do lazer sério) para que sejam desenvolvidas. Aparece uma diferenciação por parte das pessoas entrevistas entre a pessoa amadora e a profissional, porque “o profissionalismo da coisa, é outro nível” (Rimeda, harmônio). Pela PLS podemos entender que os/as amadores/as e profissionais da música podem possuir similaridades, mas cada um possui seu espaço e identidade (STEBBINS, 1977).

Queremos destacar ainda a qualidade “carreira” que se refere à continuidade da pessoa na atividade, na sua busca ou desejo por melhorar em seu lazer ou atividade profissional. A partir da discussão feita por Oliveira e Doll (2016), salientamos que carreira é um meio da pessoa descobrir seus gostos, talentos e potenciais a partir da prática sistemática de uma atividade e envolve modificações, como os exemplos trazidos nas falas do lazer a partir das tecnologias.

Quais os aspectos do conceito elaborado por Stebbins você encontra nas respostas dos/as musicistas-instrumentistas entrevistados/as?

Sugerimos que sublinhe no texto, anote seus pensamentos, encontros e desencontros com as falas e o conceito de lazer da PLS.

Para o último bloco com as entrevistas, gostaríamos de propor uma leitura de alguns trechos das entrevistas a partir da qualidade “benefícios duráveis” presente na definição da dimensão lazer sério da PLS e apresentada anteriormente de forma breve. Para isso, apresentamos os benefícios citados por Stebbins (2020):

- autoatualização,
- autoenriquecimento,
- autoexpressão,
- autorrealização, regeneração ou renovação de si mesmo/a,
- sentimentos de realização,
- aprimoramento da autoimagem,
- interação social e senso de pertencimento,
- produtos físicos duradouros da atividade (por exemplo, um CD, um clipe),

E o benefício mais efêmero, mas não menos importante:

- pura diversão!

Stebbins (2020, p. 26) ainda nos adverte:

> “*The possibility of realizing such benefits constitutes a powerful goal in the serious pursuits*.”
> (tradução livre: A possibilidade de realizar tais benefícios constitui um objetivo poderoso nas buscas sérias)
> STEBBINS, 2020, p. 26

Pensando que a prática sistemática carrega em si custos e benefícios, o que as pessoas responderam quando a pergunta feita foi **“tu consideras que a música trouxe alguma coisa para tua vida?**” A pergunta foi feita sobre música porque é a atividade de lazer que as pessoas entrevistadas praticam.

Rimeda, harmônio: “Como trouxe! Aquelas vivências, aquelas experiências foram muito agradáveis, sempre foi muito agradável. Talvez o lazer mais agradável que eu tenho hoje é ouvir. Tenho uma grande quantidade de coisas aqui, eu tenho bastante música clássica. Eu gosto muito do Barroco até o Romantismo, dali para frente eu já não gosto. Tenho pelo menos umas vinte óperas, de vez em quando eu ouço. Tenho que ouvir sozinho porque todo mundo que está ao redor acha que é um berreiro só. Eu acho fantástico aquilo de explorar os limites da voz, limites da capacidade, a interpretação. Acho fantástico, maravilhoso.[...] Com isso eu me sinto bem, muito à vontade. Eu gosto. Eu estou agora precisando comprar um aparelho de som porque eu não tenho mais um som que preste. Eu quero ouvir a música toda, não quero ouvir só…”

♪

Antônio, violino: “Em vista disso, se eu tiver que tocar num hospital, já toquei; tocar para pessoas idosas, já toquei; participar de orquestras que precisa de voluntários, que não existiria se fosse o voluntariado, eu participo; porque a música me deu muito mais que isso. [ele teve um tumor que desapareceu após o início do estudo de violino] [...] a música me deu tanto em qualidade de vida e saúde.”

♪

Sérgio, saxofone: “Eu estou muito feliz, estou extremamente feliz, muito grato com a banda da U... porque eu tenho me identificado, desde que começou esse repertório que a gente tem feito nessa banda virtual, eu me identifico muito com o repertório. [...] Eu faço parte, escuto e vejo muito o trabalho. [...]. Eu admiro meu trabalho, admiro a edição do M... e fico olhando, escuto, escuto... Eu custo muito a largar. Esses trabalhos virtuais que a gente realiza, eu estou custando muito a largar.”

♪

John, contrabaixo: “Olha, uma coisa que a música traz é bastante amigos. Muita e muita amizade eu fiz através da música. Acho que todas as interações humanas trazem amizades: o futebol traz amizades. Todas as interações coletivas elas trazem, porque sempre que o ser humano está em frente a outro ser humano que tem algum ponto em comum, ele já tem um ponto de partida para comentar a se conhecer melhor e trocar ideias. A música acaba sendo um ponto em comum entre duas ou mais pessoas e isso ajuda na interação. Já tem assunto de largada que é a música, o resto é tudo brinde, vem a agregar e às vezes se identificar mais ainda. Isso ela me trouxe bastante. A segunda coisa eu acho que treinamento do cérebro, eu acho. Porque tocar te exige um trabalho. Tu não consegue fazer um show olhando para uma folha, tu tem que estar com tudo aquilo internalizado. Isso traz um desenvolvimento cerebral melhor. Por exemplo, eu gosto também de matemática, trabalho com finanças. Música é bem matemática, ela é toda feita de divisões. Eu acho que é um exercício mental, eu diria. E também, ao mesmo tempo que ela exercita tua mente, ela consegue te abstrair como se fosse quase que uma yoga. Porque no momento que tu entra para dentro de uma música realmente com gosto, tu escuta, tira ou toca uma música com gosto, aquilo te coloca numa bolha e tu consegue dar atenção quase que só para aquilo. É um tipo de terapia. [...] A música só me trouxe coisas boas. É um refúgio também, às vezes tu encontra na música, quando as coisas parecem tudo errado, tu vai escutar ou tocar uma música, é um refúgio para recarregar as energias, para colocar os pensamentos em ordem. E a música une as pessoas, porque tu toca e já vem um para cantar junto, isso sempre é positivo. Não consigo enxergar isso de forma negativa. A única coisa negativa é incomodar os vizinhos no ensaio.”

♪

Girassol, tamborim: “Sem dúvida. Sim. Eu acho a arte num todo. Claro que nosso foco é a música, mas como eu sou muito vinculada à dança também - que é uma coisa que eu gosto muito - eu acho que elas estão associadas. A música e a dança. [...] Eu acho que

ela [a arte] é um divisor de águas na vida da gente, quando em algum momento tu te dedica para a arte. Seja na música, seja na dança ou, no meu caso, nos dois. Eu acho que faz toda diferença na vida da gente, no sentido que a gente dá para vida. O quanto tu fica mais sensível às coisas, o quanto tu te dá conta do valor que a vida tem, o quanto tu te emociona com as coisas, o quanto ela te abre portas no sentido de conhecer pessoas interessantes, de tu te vincular a movimentos, principalmente quando a gente fala em grupos de mulheres: fortalecer a unidade, fortalecer o gênero feminino, de estar unidas como uma representatividade, como uma forma de resistência. Enxergo a arte, a música, como uma forma de resistência para um mundo que a gente vive hoje. Está tão difícil, está tão duro esse nosso cenário atual. Eu sempre consegui ver a arte como uma forma de resistência fantástica. [...] Tu consegue resistir, consegue fortalecer, tu consegue achar os teus pares, te sentir acolhida. Consegue sobreviver a esse mundo que, às vezes, é tão duro e tão cruel. Eu consigo reconhecer o valor que isso trouxe para minha vida. O quanto é especial fazer parte de algum grupo dessa maneira e o quanto é necessário."

♪

Luna, agogô: "Eu acho que uma satisfação. É uma coisa de acordar e saber que aquele dia tu vai tocar. É uma satisfação, é uma coisa maior que satisfação. Não sei o termo, acho que é, talvez, uma alegria. Uma alegria tocar. Chega lá e toca. Às vezes, antes da aula, tem reforço para algum naipe. Chegava lá: vou tocar! Começar antes. É uma coisa que não sei te explicar, não vai te ajudar muito. É um prazer, é um lazer, é uma alegria, é uma emoção. Sabe? [...] Eu acho que é bem isso mesmo, a gente às vezes vive algumas coisas e faltam palavras para elas. [...] Então acho que trouxe muita coisa boa quando eu passei a tocar. Tanto que eu não parei mais, tem gente que parou. Não me vejo parando de tocar. Tem que ser em grupo porque individual não dá. Eu posso tocar aqui em casa sozinha, mas… E também abriu um pouco os horizontes na parte da música mesmo. Não tenho teoria musical, muito pouca. Mas tu começa a prestar atenção mais no som das músicas, tu identifica mais: "ah, essa música tem triângulo, tem não sei o quê". No carnaval eu fico assistindo as escolas, nossa! [...] Fico doida. Aquela emoção."

♪

Mariana, agogô: "Mais especificamente com As B... eu acho que é uma leveza, sabe? De às vezes eu estar muito cansada de um dia, os ensaios eram nas segundas-feiras, e eu ficava às vezes não querendo ir, então ia. E eu ia saí de lá bem. Até posso dizer que é meio parecido, eu corro, e depois da corrida dá daquela sensação boa. Depois de participar pode ter assim "ah, não tô fim", mas depois de participar é bom. Não era uma coisa que "ah, vou ter que ir", ficar olhando o tempo, "vai demorar demais"... Não. Traz uma alegria, uma leveza como te disse antes. [...] A música, essa experiência com As B..., tem sido muito, muito, muito bacana. [...] E quando eu considerei "volto, não volto", eu acho que foi legal voltar. Até porque no grupo é tão diferente do que eu convivo no meu dia a dia, tem tanta diversidade, tantas diferenças que eu acho tão bom poder participar de um grupo que é tão diverso."

♪

Déo Oliveira, surdo: "Bah. Bom, para mim foi muito importante para o meu círculo de amizade. Eu acho que muita gente, muitos amigos e até conhecidos que eu tenho, sem a música eu não teria. É quase certo. Dinheiro, com certeza não. Fama muito menos, fama de artista não. Mas o círculo de amizade, sim. Eu vou nos lugares e é brincadeira. Uma amiga minha me chama de vereador. "Já vai o vereador". Eu vou nos lugares e eu sou muito de cumprimentar, agora até isso também vai mudar muito. Sou muito de abraçar, beijar. Homens, amigos, sou assim. Vou num lugar, começo a cumprimentar e vou indo. Para mim é uma das coisas que a música trouxe. E o prazer, o prazer de tocar. Conhecimento de coisas que eu nem poderia imaginar que existiam. Basicamente isso."

Ao analisarmos as falas a partir do conceito de benefícios duráveis da PLS, notamos que eles constituem importante papel para que as pessoas permaneçam na atividade musical. Na fala de Sérgio (saxofone) “Eu admiro meu trabalho” percebemos a autorrealização que ele experiencia através da sua prática musical. Antônio (violino) considera que a música “me deu tanto em qualidade de vida e saúde”, extrapolando os limites a música como uma organização de sons (MÚSICA, 2008). Outro aspecto relatado que traz qualidade para a vida das pessoas é a recompensa da satisfação: “Eu acho que uma satisfação. É uma coisa de acordar e saber que aquele dia tu vai tocar.” (Luna, agogô).

Foram destacados pontos sobre o valor que a música tem em si (“Eu acho fantástico aquilo de explorar os limites da voz, limites da capacidade, a interpretação.” Rimeda, harmônio), mas também em relação aos horizontes musicais e possibilidades de convívio que ela proporciona (“Até porque no grupo [musical] é tão diferente do que eu convivo no meu dia a dia, tem tanta diversidade, tantas diferenças que eu acho tão bom poder participar de um grupo que é tão diverso.” Mariana, agogô). Por um lado, as pessoas falam que a música recarrega suas energias e a consideram um refúgio (John, contrabaixo), mas por outro fica evidente o quanto as vivências e interação constituem papel significativo (“Eu acho que muita gente, muitos amigos e até conhecidos que eu tenho, sem a música eu não teria.” Deo Oliveira, surdo)

A prática sistemática de música para esses/as musicistas amadores/as os/as afeta, produzindo diferentes emoções e bons sentimentos, interferindo “no sentido que a gente dá para vida” (Girassol, tamborim). Assim como nos embalos da canção dos Bee Gees (*Ah, ah, ah, ah, stayin' alive*), percebemos nas falas que através da música é possível “sobreviver a esse mundo que, às vezes, é tão duro e tão cruel” (Girassol, tamborim).

CODA

Coda (do italiano, "cauda") é um termo aplicado em análise musical para designar a seção de encerramento de uma peça musical. Na forma sonata, a coda é a conclusão do movimento (BENETT, 1986, p. 50), a recapitulação que revisita um ou mais temas e confirma tonalidade (GROUT; PALISCA, 1988) ou até uma nova seção, atribuindo uma nova dimensão à estrutura tonal (GREEN, 1979). Rosen (1988, p. 297) fala de dois tipos de coda na forma sonata: daquelas que estão completamente separadas e daquelas que são inclusas (dentro das indicações de repetição) no final da segunda parte. Assumimos esta coda[2] como um espaço para ouvirmos materiais anteriormente apresentados, mas com espaço para o desenvolvimento.

Iniciamos esse texto com uma canção que embala o jovem ítalo-americano pelas ruas de Nova Iorque. Ela é um grito, um pedido de socorro: *“Ah, ah, ah, ah, stayin' alive* (estamos sobrevivendo)!“. Ele quer que aqueles momentos em que se sente vivo de verdade -quando dança na pista - sejam realidade nos outros dias de sua vida. Tony Manero é um cara comum que procura um meio de transformar seu sonho em realidade. E como estaria ele hoje? A dança continuaria presente? Se o filme é de 1977 quando o personagem

[2] Alguns exemplos de codas que soam ao pensarmos essa analogia vêm das sinfonias de Ludwig van Beethoven: primeiro e último movimentos da Sinfonia 2, Finale da Sinfonia 4 e 5, e no primeiro movimento da Sinfonia. 6.

teria 19 anos, então em 2022 Tony estaria com 64 anos de idade, para realidade americana, quase um idoso. Não sabemos, mas o conceito de carreira da PLS nos permite pensar a continuidade da atividade de lazer em novos e diferentes modalidades: também em corpos envelhecidos.

A força que a "*core activity*" pode representar mesmo para uma pessoa demenciada fica visível no vídeo que mostra uma bailarina com Alzheimer se relembrando da coreografia ao ouvir a música. A cena foi divulgada pela Associação Música para Despertar, mostra Marta Gonzalez ouvindo a música *O Lago dos Cisnes* (1877) do compositor russo Piotr Ilitch Tchaikovski e relembrando a coreografia.

Acesso ao vídeo pelo QR Code:

Acesso ao vídeo pelo link:

https://www.youtube.com/watch?v=sXNOloPxIH0

Nos conceitos apresentados, destacamos a pessoa idosa como um sujeito de direito e que o lazer é garantido em diferentes leis, porém ainda falta a garantia de acesso a esse direito para grande parte da população. Gostaríamos de salientar que entender o lazer e as práticas musicais a partir da Perspectiva do Lazer Sério (PLS) nos proporciona refletir sobre o papel sério que a música desempenha na vida dos/as musicistas amadores/as.

A prática sistemática, o lazer sério, traz para a pessoa uma sensação de que ela está ganhando, seja emocional ou socialmente, ao realizar a atividade, no caso a musical, com maior envolvimento: os benefícios duráveis. Pelo que lemos nos relatos, a prática musical-instrumental realizada pelas pessoas entrevistadas é uma possibilidade de acrescentar vida aos anos vividos.

Dessa forma, a presença da música como lazer sério ao longo da vida pode contribuir para que a experiência do processo de envelhecimento seja vivida para além dos aspectos físicos e biológicos. A música como lazer sério pode ajudar a encarar os desafios da vida (e do envelhecimento), transformando nossos dias.

O envelhecimento traz mudanças, alguns ganhos, mas também algumas perdas, com uma tendência que aumentem à medida que se vive mais (BALTES; SMITH, 2016). O lazer sério – e especialmente a música – possui benefícios duráveis e o potencial de trazer lembranças, emoções, sentimentos de realização, além de contribuir para a autoimagem e senso de pertencimento à comunidade de musicistas. A música ajuda a encarar os desafios da vida e a canção nos lembra que mais pessoas estão lutando para seguir em frente e ver outro dia:

“Ah, ah, ah, ah, stayin' alive!”

Gostaríamos de saber suas reflexões a partir da leitura desse texto, por isso fazemos um convite: que tal escrever um e-mail para gente e compartilhar sua definição de música, suas reflexões sobre lazer (e música, pode ser lazer?) e o que destacou de benefícios duráveis? Aguardamos seu contato pelo e-mail estela_violista@yahoo.com.br

REFERÊNCIAS

ALMADA, Carlos. **Harmonia Funcional**. 2a ed. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2012.

BALTES, Paul B.; SMITH, Jacqui. Novas fronteiras para o futuro do envelhecimento. **A Terceira Idade**. SESC, São Paulo, v. 17, n. 36, p. 7-31, 2006.

BENETT, Roy. **Uma breve história da música**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1986.

BOHUMIL, Med. **Teoria da Música**. 4ª ed. Brasília: Musimed, 1996.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília: Presidência da República, 5 out. 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 1 jun. 2022.

BRASIL. **Estatuto do Idoso**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília: Presidência da República,1 out. 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm. Acesso em: 1 jun. 2022.

BRASIL. Observatório Nacional da Família. Secretaria Nacional da Família. Ministério da mulher, da família e dos direitos humanos. **Fatos e Números**: idosos e família no Brasil. Brasília: 2021. Disponível em: https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/observatorio-nacional-da-familia/fatos-e-numeros/idosos-e-familia-no-brasil.pdf. Acesso em: 02 set. 2022.

BRASIL. **Política Nacional do Idoso**. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Brasília: Presidência da República, 4 jan. 1994. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8842.htm. Acesso em: 1 jun. 2022.

BRASIL, Representação da UNESCO no. **Declaração Universal dos Direitos Humanos**. 1998. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000139423. Acesso em: 01 set. 2022.

GREEN, Douglas M. **Form in Tonal Music**: An Introduction to Analysis. 2ª. ed. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1979.

GROUT, Donald J.; PALISCA, Claude V. **História da Música Ocidental**. Lisboa: Gradiva, 1988.

KOHLRAUSCH, Estela. **Envelhecimento e música**: o lazer sério em narrativas de amadores(as). 2021.Dissertação (Mestrado em Educação) - Programa de Pós Graduação

em Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2021. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/handle/10183/230836. Acesso em: 19 abr. 2022.

KOELLREUTTER, Hans-Joachim. **Harmonia Funcional**: introdução à teoria das funções harmônicas. 3 ed. São Paulo: Editora Ricordi, 1986.

LONDON, Justin. Rhythm. **Grove Music Online**. Oxford University Press, 2001.

MÚSICA. *Em*: **Dicionário Priberam da Língua Portuguesa** [online]. [*s. l.*]: Priberam, 2008. Disponível em: https://dicionario.priberam.org/m%C3%BAsica. Acesso em: 19 maio 2022.

OLIVEIRA, Saulo Neves de. **Lazer Sério e Envelhecimento**: explorando a carreira de corredores de longa distância em um grupo de corridas de rua no Sul do Brasil. Tese (Doutorado em Educação). Programa de Pós Graduação em Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2016. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/handle/10183/148306. Acesso em:02 set. 2022.

OLIVEIRA, Saulo Neves; DOLL, Johannes. A carreira no lazer: uma possibilidade a partir da perspectiva do serious leisure. **LICERE** - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, v. 19, n. 3, p. 293-331, 2016.

OLIVEIRA, Saulo Neves de; DOLL, Johannes. “This is The End, My Beautiful Friend!”: lazer sério e o fim da carreira. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 42, n. 1, p. 215–236, 2017.

PAPALÉO NETTO, Matheus. Estudo da Velhice: Histórico, definição do campo e termos básicos. *Em*: **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018. p. 3–13.
ROSEN, Charles. **Sonata Forms**. Revision Editions. New York, London: W.W Norton & Company,1988.

STEBBINS, Robert A. **Serious Leisure**: a perspective for our time. New Jersey: Transaction, 2008. 156f.

STEBBINS, Robert A. The Amateur: Two Sociological Definitions. **The Pacific Sociological Review**, v.20, n. 4, p. 582–606, 1977. Disponível em: https://www.jstor.org/stable/1388717? seq=1. Acesso em 24 abr. 2020.

STEBBINS, Robert A. **The Serious Leisure Perspective: A Synthesis**. Londres: Palgrave Macmillan, 2020. *E-book*. Disponível em: https://doi.org/10.1007/978-3-030-48036-3. Acesso em: 11 fev. 2022.