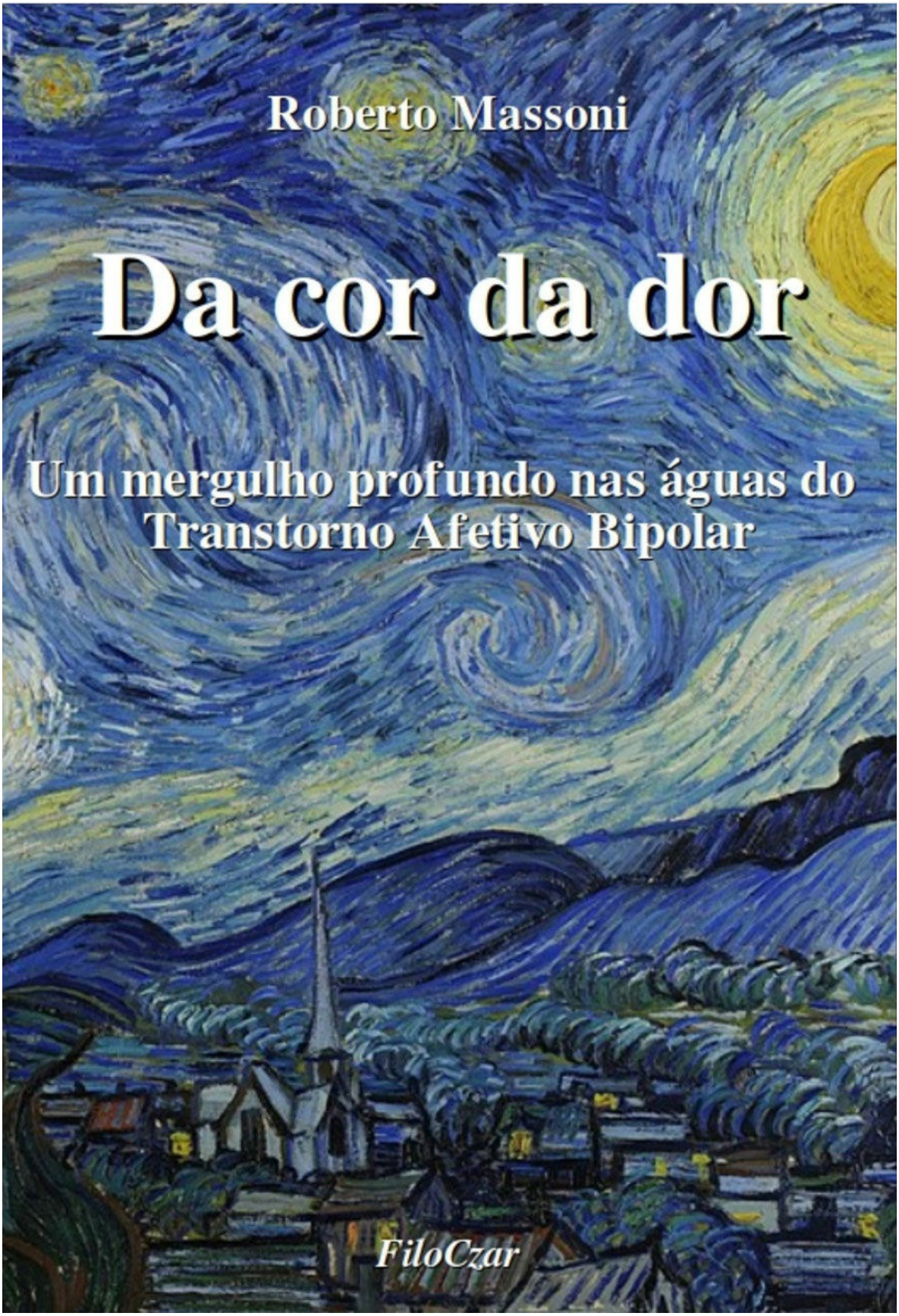
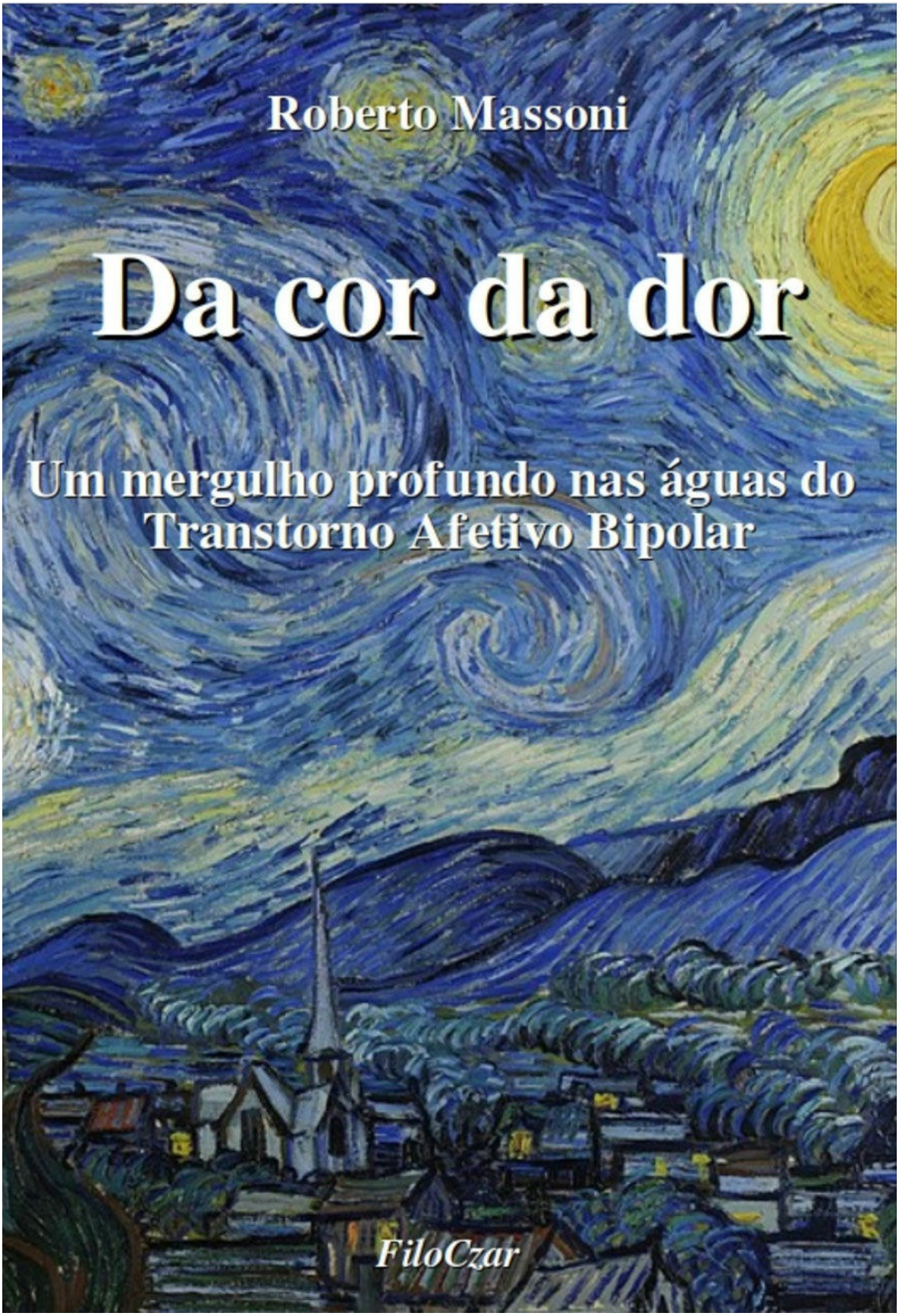

Roberto Massoni
Da cor da dor
Um mergulho profundo nas águas do Transtorno Afetivo Bipolar
FiloCzar


Roberto Massoni
Da cor da dor
Um mergulho profundo nas águas do Transtorno Afetivo Bipolar
FiloCzar

Roberto Massoni

Da cor da dor

Um mergulho profundo nas águas do Transtorno Afetivo Bipolar

São Paulo

FiloCzar

2021

Copyright © 2021 by FiloCzar

Editores: César Mendes da Costa e Monica Aiub da Costa

Revisão: Monica Aiub

Projeto Gráfico: Editora FiloCzar

Imagem de capa: Vincent Van Gogh, A noite estrelada, 1889.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Massoni, Roberto.

M372d Da cor da dor: um mergulho profundo nas águas do Transtorno Afetivo Bipolar. / Roberto Massoni - - São Paulo: FiloCzar, 2021.

ISBN 9786587117676
Formato Digital – epub
Veiculação Digital

1. Literatura brasileira / Autobiografia 2. TAB: Transtorno Afetivo Bipolar. 3. Poesia brasileira. I. Título.

CDD B869.8

Índices para catálogo sistemático:
1. Literatura brasileira / Autobiografia CDD B869.8
2. Transtorno Afetivo Bipolar: TAB 616.89
3. Poesia brasileira CDD B869.1

Ronaldo da Mota Vieira - Bibliotecário - CRB – 8 / 9124

FiloCzar

Rua Durval Guerra de Azevedo, 511

Parque Santo Antônio – São Paulo – SP

CEP: 05852-440

Tels.: (11) 5512-1110 - 99133-2181

E-mail: cesar@editorafiloczar.com.br

www.editorafiloczar.com.br

“Time que está ganhando a gente não mexe!

Vamos continuar com a medicação”

Apresentação

Foi uma grata surpresa reencontrar Roberto Massoni, meu amigo de muitos anos, e ele me contar sobre seu projeto de escrever um livro contando sua história, com toda cor e toda dor de conviver com o Transtorno Afetivo Bipolar. Conhecendo seu talento com as palavras, sua poética, encantei-me com a ideia e combinamos que a edição seria feita pela FiloCzar. Entre idas e vindas, passados alguns anos de trabalho, o livro está pronto.

“Da cor da dor” é uma obra ímpar. Suas páginas revelam elementos importantíssimos – e nem sempre relatados – para a compreensão do que significa conviver com um transtorno. Seu título também poderia ser, como foi uma das opções propostas pelo autor, “Um Manual Prático do Bipolar”, por ter como objetivo auxiliar portadores do Transtorno na compreensão de seus estados e na busca por cuidados necessários para conviver com a bipolaridade.

Longe de apresentar receitas prontas, Massoni conta sua história e compreende que somos seres singulares, diversos, e que cada portador de um Transtorno Afetivo Bipolar vivenciará, de maneiras também singulares, as cores e as dores de seu viver.

Ainda assim, ao compartilhar seu mergulho nas profundezas do Transtorno – e mais que isso – nas profundezas de seu ser, Beto indica sinais e sintomas a serem observados; que tipo de ajuda se pode procurar; a importância do apoio da família e dos amigos; e, acima de tudo, a necessidade de um canal para expressar seus sentimentos e pensamentos na intensidade em que se dão com

o bipolar.

A arte é seu canal, é o que lhe dá a cor da vida. Certamente Beto não sofre de “artepenia”, ou seja, ausência de arte na vida. Sua história mostra o quanto a arte pode ser “curativa” e que, se não traz “a cura”, pode ser o canal necessário para nos manter vivos.

Massoni nos ensina, ao relatar sua história, que, para o bipolar, não é fácil conviver com as intensidades dos dois polos; não há medida para um equilíbrio. É preciso um mergulho profundo em si mesmo, na sua história, para saber identificar quando é hora de pedir ajuda, quando é hora de procurar a(o) psiquiatra para rever a dosagem da medicação, quando é preciso uma internação. Mas antes disso, saber quais instrumentos são necessários e possíveis, em cada caso, para lidar com as adversidades da vida, com as dores da existência e com os saberes e sabores de viver tudo muito intensamente.

A compreensão de nosso modo de pensar; da gênese de nossos hábitos e crenças; do funcionamento social, econômico, político e cultural de nosso entorno; dos afetos que aumentam ou diminuem nossa vontade de vida; o conhecimento de nossa fisiologia, de nossas sensações e emoções, de nossos canais de expressão são instrumentos importantes para que possamos conduzir nossas vidas com um grau maior de autonomia. Este conhecimento é útil a todos, mas mais útil ainda àqueles que sofrem com transtornos mentais.

“A cor da dor” é a história de uma constante busca por estes conhecimentos, por respostas, por tratamentos, por terapias, por soluções... É o encantamento dos versos, das citações poético-musicais, dos ares e sons dos mares do litoral, da agitação das noites paulistanas, do doce olhar da família, dos amores, do teatro, da música... É o convite a mergulhar nas profundezas de

ser com toda cor e toda dor que a vida nos traz.

Boa leitura!

São Paulo, julho de 2021

Monica Aiub

Prefácio

... o pátio parecia pequeno “praquela” figura tão grande, de perfil nobre – agora calado – que atravessava por entre outros nobres também, em seus silêncios. Poucos e firmes gestos... sopros... brasas-fumaça, cigarros... gemidos... olhos que não veem... feios em seus belos fragmentos, num depósito em desmanche... parece não se importar com a revolução, embora faça parte dela... parece carregar suas munições, seus muitos dizeres – muitas palavras... algumas ele deixa cair, escorrer por entre dedos, bocas, GESTUS... numa explosão poética neuro-dadá.

Podia-se ler... nos espaços percorridos-traçados, muitas caligrafias espalhadas aleatoriamente pelo pátio desse hospício-dadaísta. Figuras reais – imaginárias, de todos os tempos, mundos – tronos d’uma ancestralidade aberta à visitação pública: o tempo.

Esse caminho bifurcado que o leva a muitos encontros – reencontros descobertas eufóricas sem limites-além, e que também o paralisa – esconde até o sufocar em seus secretos esconderijos, revelando o GRITO, o mesmo que sempre esteve parado no ar....

Essa espera desse GODOT indizível, mostra estradas sem fim... noites estreladas... perdidas... muitas vezes sujas... esse desejo que nunca vem, nunca passa.... para quem pensa estar à margem da vida e, na verdade, está até o pescoço com ela – sendo o poeta de mil faces absurdas... o camaleão, sem sê-lo.

Esse é o trajeto, por entre capítulos/episódios-estágios de uma vida-vista pelo protagonista da cor e da dor – o sonhar de olhos abertos – sentinela – daqueles que esquecem os dias, as horas. Esse andar com asas nos pés. Essa viagem de DUPLOS, sempre o avesso... o presente fragmento em milhões de corpos – “o mesmo”.

Então é isso, Massoni revela a cor do sofrimento e atravessa essa agonia com arte e dor , abrindo os bastidores do ensaio, de sua vida. Expõe, o criador e a criatura, sem receios.

O que o código da OMS diz é que TAB-é incurável, ponto!

Esse é o estigma que se carrega pela vida, mas que Massoni – o artista, faz de um pedaço de pau, o trampolim de onde se atira ao espaço e antes de mergulhar, no mar, de sua praia... cai em braços de sereias, yemanjás e juremas e se salva mais uma vez.

Como ele mesmo diz: “A arte me salvou”.

Essa tríade , cor-dor-arte, o protege, o alimenta, aumentando a sua capacidade de contar histórias, de criar por onde tropeça e faz de suas “assemblages” o objeto ético/estético. O “regarde” subjetivo de suas conexões mentais com a cultura em cena.

Massoni sabe que os cupins ainda estão lá... na torre da igreja.

Santos, julho de 2021

Renato Di Renzo

Da cor da dor

1

Até meus dezoito anos vivi a “normalidade” adolescente, desde os quinze fazia teatro amador na escola, também jornalismo e cultura, num movimento que ia além dos muros do Colégio Estadual e atingia a cidade, movimento artístico cultural abraçado por três mulheres guerreiras da cidade. Antes dos quinze, antes do meu batizado artístico cultural, eu era ainda mais suave: fazia esporte, não saía da praia e tinha uma família maravilhosa. Eu jogava vôlei, basquete e handebol. Dava os primeiros beijos, os primeiros “amassos”. Com quinze minha mãe me arrumou um emprego, aliás, empregou toda a família (eu cantava com Maysa: “Meu mundo caiu...”), éramos de São Paulo e, depois de um perrengue familiar, convenci-os, aos treze anos, vir para o litoral. Íamos morar em uma cidade no litoral norte, de praias belíssimas – e se isto tivesse acontecido a história seria totalmente diferente, mas minha mãe não conseguiu vaga nas escolas para nós: eu, meu irmão gêmeo idêntico e minha irmã mais velha. Eu, o caçula. E meu pai quis que viéssemos para outra cidade, também do litoral. Minha mãe desfez o negócio com o apartamento, comprou um pequeno apartamento de um quarto e mudamos de São Paulo quase que só de mala e cuia, pois meus pais compraram os móveis todos novos, cidade nova, casa nova, vida nova. No primeiro ano a vida era escola e praia, praia e escola e, até o apartamento ficar pronto, moramos numa quitenete em frente ao prédio que aguardávamos para ocupar. O prédio em obras, ainda, o construtor, que ficou amigo de minha mãe, terminou o nosso apartamento primeiro que os outros. No kit fazíamos as primeiras amizades. À noite assistíamos à novela Irmãos Coragem, até que nos mudamos. Quando ainda esperávamos o apartamento ficar pronto, eu gostava de pegar a chave e ficar lá dentro, sozinho, apreciando os móveis novos. Era um apartamento minúsculo, os três filhos dormiam em sofás-camas e no quarto só cabia a cama de casal e um armário de fórmica que minha mãe mandou fazer, ocupava uma parede inteira. Tudo era novidade. Para nossa idade, tudo era festa, embora minha irmã não tivesse gostado nada da mudança para a praia, em virtude dos amigos que deixaria para trás e, provavelmente, algum namoradinho. A pré-história é toda em São Paulo, no bairro de São João Clímaco, morávamos na “Vila”, um lugar feio e

triste, mas ali fazíamos a nossa alegria de meninos. Mais tarde minha mãe vendeu a nossa casa, na rua Santo Antônio de Categeró, e alugou um sobrado já em lugar melhor, no centro do bairro. Inquieta, comprou um terreno e construiu uma casa linda. Pois bem, menos de um ano que lá moramos, mamãe teve que vender a casa para pagar uma dívida de feira de meu pai. Meu pai trabalhou com meu avô na feira, barraca de armarinhos, minha mãe também ajudava. Mas quando veio a cobrança, meu pai já estava motorista de ônibus, no expressinho brasileiro. Lembro de esperá-lo na via expressa, para lhe entregar a marmita. Na sua folga, ele e os amigos nos levavam para passar o dia no Estoril, na beira da represa. Íamos de ônibus da empresa: era uma festa! Bem, venderam a casa, não sem antes homéricas brigas entre a família, e magoada, nervosa e triste, minha mãe gostou da ideia de ficar longe de todos, de mais uma vez começar de novo.

2

Janeiro de 1973. Estou com quatorze anos, mudamos para a praia, no litoral de São Paulo. Matriculados, eu na sétima série, o mano na sexta porque reprovou um ano em que se preocupou somente com esportes, e minha mana no primeiro colegial. Eu estudava de manhã, ele de tarde e minha irmã de manhã também. A cidade era pequena, quase todo mundo se conhecia e a grande diversão era praia, praia e mais praia. Ir à escola, conquistar novos amigos, também era gostoso. O colégio era muito menor do que o que vínhamos de São Paulo, em São João Clímaco, bairro de periferia da cidade de São Paulo. Principalmente minha irmã não estava gostando nada da mudança de vida, de hábito, de história. Meu irmão sentia falta da sua rotina esportiva, mas logo se entrosou com a nova situação e, sem falta, envolveu-se com esporte, jogava futebol de campo e salão, basquete, handebol e vôlei. Eu pegava carona, também. Um dia a diretora chamou minha mãe a sua sala e passou um sermão, que minha mãe ouvia pacientemente. Tratava a diretora de dizer que eu não frequentava mais as aulas e só ficava na quadra de esportes e blá blá blá! Calma, depois de ouvir, perguntou: – Qual dos dois dos meus gêmeos, porque um estuda de manhã e fica na quadra à tarde e outro estuda de tarde e fica na quadra de manhã. A diretora ficou branca. Os seus informantes tinham se equivocado literalmente, pediu mil perdões. Caso encerrado. O ano seguia e, entre praia, escola, idas furtivas ao cinema para assistir filmes proibidos para menores, só meu pai continuava morando na grande São Paulo, com parentes, esperando uma oportunidade como motorista na região em que estávamos. Meu pai, antes de ser motorista de ônibus, trabalhou com meu avô como feirante, minha mãe também ajudava e, de madrugada, com os três filhos, seguia no velho Ford. Depois de armada a barraca, dormíamos nos caixotes embaixo da banca. Era uma vida difícil, mas a feira rendia um bom dinheiro àquela época. Minha avó tinha uma loja grande na frente da casa em que morava e, mesmo tendo dinheiro, meu avô faleceu na enfermaria de um hospital público. Meu pai assumiu a barraca. Porém, optou por mudar de profissão e recomeçou numa outra: motorista. Estávamos recém moradores da casa que minha mãe construiu com nossa ajuda, quando um Oficial de Justiça da Fazenda tocou a campainha e

notificou meu pai com uma imensa dívida. Meu pai e meu avô não tinham encerrado a firma e ficaram correndo impostos e taxas. Eu, garoto, ficava atento a todas as conversas e movimentos. Minha mãe, discutindo com meu pai, disse que venderia a casa que construiu com todo capricho e pagaria a dívida, e eu arrisquei comentar para que mudássemos para o litoral. Minha mãe vendeu a casa, pagou a dívida da feira, e começamos a vir para o litoral procurar algo que meus pais pudessem comprar. Não precisa dizer que eu adorei esta parte da história.

3

De 1973 a 1977, ou seja, dos quatorze aos dezoito anos, vivi uma deliciosa adolescência. Nós, moradores, usufruíamos o dia a dia com trabalho, estudos, passeios e eu, desde 1975, com arte e cultura. Três mulheres nos acenavam então como resposta aos nossos anseios artísticos: nossa gangue estava, de cabeça, mergulhada em Literatura, Música, Jornalismo Cultural; e amados e inspirados amigos e ícones das artes e da cultura em geral. Muitos, até hoje, com arte e amizade, deram-me uma dimensão transcendental da existência. Isto também se deu com o trabalho: desde os quinze anos, quando comecei como office boy num escritório de contabilidade, primeiro em meio período, estudando de manhã e trabalhando à tarde; no ano seguinte, 1976, estudante do período noturno e trabalhando durante o dia. Além de ajudar em casa e ter meu dinheiro, aprendi a valorizar prioridades, gastos e investir no que eu gostava: por exemplo, em 1976 eu torrava minha grana em cinema super-8, me sentindo o próprio Federico Fellini. Era uma atividade muito cara, comprado o filme virgem, que vinha em rolinhos de três minutos. Uma vez feita a filmagem, tinha-se que mandar para os Estados Unidos para revelar. E se fosse colocar banda magnética para sonorizar, o envio era então para a França.... Um belo dia, com todo seu jeito doce, minha mãe sentou comigo e me convenceu que eu deveria ficar apenas com o teatro e a literatura, que meu ganho não suportava fazer cinema... (Meu mundo caiu número 2...). E assim aconteceu. Eu tinha minha mãe que me dava o norte da integridade, da postura, da fé, do amor... Eu tinha uma amiga, que me acolhia, e ao nosso grupo, com arte, cultura, amizade e muito carinho, o salão de sua casa nos enchia do melhor da música, da poesia, da literatura, do teatro, e ensaiávamos os primeiros passos do talento nosso de cada dia... Esta vivência, singular em sua essência e plural em sua diversidade, me deu tutano, coragem e liberdade para que eu sonhasse uma vida de artista. Dias felizes, sim. Em 18 de novembro de 1977 nasceu minha única e amada sobrinha. Minha irmã, sua mãe, estava morando em São Paulo, no bairro do Ipiranga, e fui morar com ela. Queria iniciar uma nova vida, agora em São Paulo. Arrumei um emprego numa gráfica, como administrador do escritório da mesma, e comecei um curso de técnico de contabilidade em São Bernardo do Campo. 1978 batia à

porta, e eu teria que abrir a mesma e atravessá-la, sem saber que quem me esperava era o inferno.

4

1978. Começou o novo ano, eu morando com a minha irmã e uma amiga no Ipiranga, a poucos metros do Museu. E eu empregado como agente administrativo e estudante de um curso de técnico de contabilidade em São Bernardo do Campo. Minha irmã tinha um Fiat branco, que ficava comigo – o que me espanto! Porque dirigia em São Paulo, e hoje não consigo pensar na possibilidade de conduzir um veículo motorizado, apenas piloto minha bicicleta. Era então este o desenho do momento e, depois de alguns meses, meus pais vieram passar a Páscoa com a gente. Não sabíamos nem imaginávamos que seria a última vez que estaríamos com meu pai, motorista de ônibus. Lembro dele com minha sobrinha, já com uns seis meses, e que ele tinha um enorme carinho pela neta. Depois disso, desta festa pascoal de renascimento e chocolate, iniciava-se o pesadelo: um pouco depois do retorno de meus pais, meu pai começou a passar mal, com dores no estômago. Ele era diabético. Internado, acabou fugindo, tinha pavor de hospital. Mas não adiantou, pouco depois começou a vomitar sangue e sofreu nova internação. Sem dinheiro, estava internado na enfermaria. Minha irmã, com minha sobrinha, desceu a serra e ficou com minha mãe. Eu descia nos finais de semana. Num sábado para domingo, passei a noite com ele, não parava de vomitar sangue, a úlcera estava estuporada, havia uma só enfermeira de plantão e eu usava lençóis para limpar o sangue e saí dali totalmente chocado. Então ele entrou em coma diabético, aplicaram nele soro glicosado. Estava anunciada sua morte. Mas ainda minha irmã conseguiu transferi-lo para a Beneficência Portuguesa de São Caetano do Sul, em que minha mãe, quando enfermeira do Hospital Santa Catarina (Avenida Paulista), tinha grande amizade e respeito para com um competente e digno médico. Mas não havia muito o que fazer. Nesse meio tempo em que minha irmã e sua bebê ficaram com minha mãe, eu fiquei sozinho em São Paulo e foi desesperador: chorava muito, rezava muito, não conseguia ver luz no final do túnel, fazia tudo no piloto automático, trabalho, escola, tinha pensamentos suicidas, cheguei a encostar uma faca no abdômen, depois considerava a atitude como covardia e reagia. Não conseguia dormir direito, não tinha concentração nas aulas, no trabalho, aos poucos parecia mais um espectro do que um ser, eu tinha pena

de mim e da minha família, sobretudo, tinha uma tristeza enorme pelo que minha mãe estava passando, depois de tantas lutas vencidas. Assim os dias do primeiro semestre foram acontecendo e esboçando a nossa tragédia familiar: NO DIA 14 DE JUNHO DE 1978 meu pai faleceu vítima de coma urêmico e insuficiência renal aguda, eu o vi no corredor, todo empacotado por lençóis – e tão moço! Meu pai ia fazer 47 anos em 18 de julho. A partir daí eu já não vivia mais a realidade, estava num filme e representava meu papel de órfão de pai. Nem conseguia imaginar que era apenas o início do que viria por aí, pois o enorme choque provocado pela morte de meu pai despertaria um monstro adormecido em mim, conhecido à época de PMD – Psicose Maníaco-Depressiva.

5

Pra eu manifestar uma fala sobre a bipolaridade, transtorno afetivo bipolar, não tem como situar o antes e o depois de 1978. A intenção é única: que com este depoimento eu consiga apontar a todos os bipolares uma luz ao final do túnel. E o que é o transtorno afetivo bipolar? Segundo a ABRATA – Associação Brasileira de Familiares de portadores da TAB, o Transtorno Afetivo Bipolar é uma doença com causas biológicas, neuroquímicas e psicossociais, em que existe uma alteração do humor, cujos sintomas podem ser classificados da seguinte forma: episódios depressivos alternando com episódios de euforia (também chamado de mania ou hipomania, dependendo da intensidade e da duração) e casos em que há uma mescla dos episódios depressivos com os de euforia. Da minha parte eu acrescentaria também questões espirituais, embora vistas com ressalvas pela medicina e mais compreendidas pela psicologia e por terapias diversas e alternativas. Um tripé: o físico, o psicológico e o espiritual agindo em conjunto, uma simultaneidade que, embora com características semelhantes, acontecem nos portadores de modo particular. Geralmente a depressão ou a euforia ocorre depois de um acontecimento muito forte. No meu caso, a morte de meu pai aos quarenta e seis anos. Rapaz de dezoito anos, com grandes sonhos artísticos e culturais, é triturado pela passagem da morte em sua casa, ainda mais que nesta idade eu estava me aproximando do meu pai. No balcão de atendimento do Hospital da Beneficência Portuguesa em São Caetano do Sul-SP, eu e minha mãe recebemos a terrível notícia: meu pai estava morto ou, como disse a atendente, veio a óbito. Dali para frente um torvelinho, pensamentos a mil, sem conseguir chorar tamanha a repercussão em mim, meus sentidos, meus sentimentos, minhas sensações. A morte surgiu como redenção a um adoecimento crítico e de grande sofrimento para meu pai e, por extensão, claro, para todos nós, parentes e amigos. Eu perdia meu pai; minha mãe, seu esposo; minha avó Elvira, seu filho. O velório aconteceu no Hospital mesmo e dali o cortejo seguiu até São Bernardo do Campo- SP, onde aconteceu o sepultamento no então túmulo da família. Embora com a presença de grandes amigos, de parentes de todos os lugares, havia algo fora de lugar e tempo, havia algo em mim que me afastava da dura realidade, de

que talvez agora, com a morte de meu pai, algo grave estaria abalado, conturbado, definitivamente comprometido.

6

O primeiro beijo na boca, o primeiro amor, o sexo pela primeira vez – o primeiro surto: a gente não esquece jamais. Intenso, voraz, intempestivo e assustador. Como se de repente um tornado levantasse da poeira levando tudo com ele, e nem deu tempo para o luto. Mexeu com toda a família e amigos. A princípio pensou-se em droga, que droga eu estaria fazendo uso? Vizinhas no Edifício Beta, do térreo, queriam que minha mãe desse uma autorização para que me recolhessem numa roça de candomblé, eu era filho de Oxalá e precisava raspar a cabeça. No mistério dos mistérios eu cristalizava a água, Adonai. E eu só dando linha enquanto a loucura tomava corpo e circo, luz e sombra, virando dia e noite, sem parar. Depois do enterro do meu pai, nos primeiros dias, ficamos no apartamento no Ipiranga. Depois, voltamos para o litoral. Me lembro pouco destes dias, estávamos todos anestesiados pela morte, esta divisora senhora que a todos se impõe. Mas um belo dia de julho eu resolvo ir para São Paulo em busca de um orçamento para rodar um jornal tabloide na gráfica de O Estado de São Paulo. Fiquei hospedado na casa de meus primos, grandes amigos de meus pais, e lá também moravam os filhos deles. A filha me acompanhou nas andanças e fomos ao jornal O Estadão, depois eu cismei que alugaria uma imensa loja no Terraço Itália, para estabelecer ali um teatro, e a adolescente ia só vendo onde a história chegaria, pois a levei até o Estúdio Eldorado e orçava a gravação de um disco LP, até que, numa segunda-feira de madrugada, eu tive uma visão, com cenas do clero no Vaticano e quase gritava que estariam escolhendo o Papa errado – em Roma o conclave estava reunido para eleger o novo Papa, com a morte de Paulo VI, tudo era muito estranho e confuso, e meus tios acordaram, eu em transe abri a porta da cozinha e vi velas acesas próximas à parede, fiquei ainda mais atordoado, que são estas velas?! E minha tia, como a chamamos, disse que eram para a alma de meu pai. Daí, quase todos acordados, meu primo que iria trabalhar também acordou com a confusão, assim como a prima, e ninguém mais dormiu. Chamada pelos meus tios, minha mãe veio com prontidão. Enquanto tentava entender, convenceu-me ir para casa quando com energia disse que era Jurema, a Cabocla Jurema quem lhe vinha buscar. O surto, ou hoje denominado fase mania, estava anunciado. A vida

viraria do avesso e seria o preço a pagar na fatura da família.

7

Ah! Nós bipolares!

Ah! Nós bipolares

Somos ursos polares

Nos trópicos utópicos

No sobe e desce das ressacas

Dos mares de nossas praias

Que, às vezes, tanto prometem!

E nos leva, bipolaridade – pássaros – pelos ares!

Ai de nós! Ai de nós, bipolares!

Somos, às vezes, os Imperadores do Sol

Que de repente uma lua escura esconde

No eclipse dos nossos neurônios!

Somos criativos, endêmicos e autóctones,

E sofremos da incompreensão, ajustada

Com psicotrópicos nas veias,

Somos os filhos de uma doença contemporânea,

Uma peste, um vento noroeste, um fiat lux

E, às vezes, morremos

Exaustos de nós mesmos,

Mas poucos seres são tão intensos

E se arriscam tanto no fio da navalha!

Mas ninguém é mais irresistível

Do que um bipolar

Quando, apenas com as mãos,

Acalma o mar,

Põe a floresta para dormir,

E brinca de ser um deus,

Movendo as montanhas e as estrelas...

8

Depois do velório e do sepultamento de meu pai, eu, pra me defender do choque, criei um personagem, um ator que estava num filme, rodando umas cenas fortes, e até bloqueei lágrimas, fechei o campo emocional: a chave que abria a porta pro desconhecido, que é a loucura, girava na fechadura da minha mente; e a porta logo mais viria a se escancarar e nunca mais fechar, pois nunca mais seria o mesmo – um trator desagradável e perverso rolaria sobre mim. Voltamos do cemitério, todos muito tristes e calados, e chegou a hora de voltar ao trabalho na gráfica: um novo susto, em menor grau, o dono da gráfica me demitiu porque fiquei ausente por uns dias. Dias estes cuidando do meu pai e logo a seguir focado no féretro. Com isto desisti do meu curso de técnico de contabilidade, que a bem da verdade não tinha nada a ver com minha veia artístico-cultural, embora lá tenha feito amigos, principalmente, uma professora doutora, que lecionava Direito, e que me ajudou na decisão de abandonar o curso. Não era o momento para levá-lo em frente. Um triângulo de perdas, tristezas, enganos... o que eu estava construindo ruiu facilmente, como um castelo de areia levado pelas marés. Órfão, desempregado, sem reservas financeiras, voltamos para nosso pequeno apartamento. De volta à cidade praiana resolvemos, depois de alguns dias em luto, que precisávamos ganhar dinheiro para ajudar minha mãe, que aguardava sua pensão de viúva e que, para seu espanto seria de um salário mínimo, uma vez que o INSS usou como base de cálculo o rendimento recebido pelo auxílio-doença.

9

AINDA da cartilha da ABRATA, já mencionada, o transtorno afetivo bipolar tem a seguinte característica: nos episódios depressivos, além do humor depressivo ou irritável, pode ocorrer uma alteração do ânimo, desinteresse ou falta de prazer nas atividades habituais, falta de concentração, esquecimentos, dificuldade para tomar decisões, isolamento social, uma experiência subjetiva de grande sofrimento, perda ou aumento de apetite, sentimento de culpa, pensamentos de morte e de suicídio, comprometendo a vida como um todo. Nos episódios de euforia, além da exaltação do humor (eufórico, expansivo ou irritável), pode ocorrer aumento de energia, aceleração do pensamento, a fala rápida e difícil de ser interrompida com frequentes mudanças de assunto, maior interesse sexual, desinibição exagerada e delírios em casos mais graves de mania. Do mesmo modo que o termo PMD, sigla para psicótico maníaco depressivo sofreu reconfiguração para BIPOLAR, ou transtorno afetivo bipolar, também o ainda usado termo “SURTO” ou “SURTO PSICÓTICO” passou a ser considerado como “FASE MANIA” ou simplesmente “MANIA”. Os estudos da mente e seus distúrbios ou, como prefiro, seus MISTÉRIOS, são ainda muito “jovens”. Na história da loucura, antes do século XX, as práticas para “combater” os males incompreensíveis até então abusavam de métodos ladeados com a tortura, o isolamento, a bruxaria, e se viam fortes candidatos – os dados por louco – às fogueiras de santas inquisições. O século XX ficou registrado para a medicina mundial como O SÉCULO DO CÉREBRO e, desde Freud e seus discípulos, os sintomas foram “sistematizados” e estudados quase que em um frenesi, enquanto a indústria farmacêutica investiu em remédios chamados hoje de “drogas de ponta”, que são ainda de alto custo e que governos de alguns países, como Brasil, oferecem em suas farmácias gratuitamente, dando acesso a estes medicamentos que, de outra maneira, seria inacessíveis para a maioria dos portadores da bipolaridade. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), atualmente o transtorno afetivo bipolar atinge cerca de 2,2% da população geral e é considerado uma das principais causas de incapacitação entre todas as doenças[1]. Bem mais complexa e desnorteadora do que um ataque de nervos ou súbito desânimo, em que desavisados da

gravidade jocosamente aludem com frases tipo “Tá bipolar, é?”; ou que acabam usando, também jocosamente, em piadas, programas televisivos vazios de humor – ou melhor seria dizê-lo de horror – também fazem menosprezo e motivo para riso, sem respeito a quem está vivendo um momento mental de exceção, ainda que aparentemente inofensivo ou sem graves consequências, de efeitos colaterais e profundo abalo psicológico.

[1] Fonte: ABRATA. Transtorno Bipolar: Manual Informativo. 2013. Disponível em: https://www.abrata.org.br/site2018/wp-content/uploads/2018/01/OS-2349-Manual-Paciente-Abrata-3-BIPOLAR-12-01-12.pdf

10

OU COMO A CHAMAM: A LOUCA

Um preciso lugar indiscutível, de material torpe, terceira dimensão. As mãos presas nas mangas do agasalho, a confusão dos tempos, a sábia querendo peregrinações a Meca, o mercado das pulgas, o avesso azul. Amanda veste sua eterna camisola longa, amarela, gasta pelo tempo, mas da qual ela não renuncia, não abdica do seu reinado de pura fantasia. É louca, dizem. Sou rainha, reconhece. Espera um príncipe, mas que tenha os cabelos encaracolados, os pequenos olhos de límpidos azuis irreais, que seja guerreiro e que esteja montado num cavalo branco, imponente e poderoso puro sangue. O marido, o traste, ela reconhece como seu lacaio, o homem que a encerrou na torre do castelo, que a sequestrou dos braços do adorado amado cristalino príncipe. Quando tem rápidos momentos de lucidez, chora, grita, uiva, não aceita, inventa, corre, socorre, percorre, clama, envenena a madrugada deserta, pela qual passeia feito um fantasma, arrastando sua longa camisola. Olha muito num espelho pequeno, olha de todos os ângulos, debaixo da camisola, acima dos cabelos, pela frente, atrás, quer um reconhecimento, não pode ser esta mulher envelhecida, de profundas olheiras, olhos cansados – Não sou esta bruxa! Atira longe o espelho, chora lágrimas verdadeiras, de contidos alaridos e farpas medonhas – Eu sou a mais bela, a melhor, a que se traduz em berço esplêndido, às margens plácidas do rio das minhas lembranças. Planeja uma fuga. Não sabe como. Dorme e sonha que um cavalheiro penetra em sua alcova. Perfeito em gestos e movimentos, em luz e cor, o Herói a leva através das florestas encantadas onde avista pequenos duendes que a saúdam contentes de ver a sua Rainha livre, liberta, solta, radiante nos braços apaixonados do Cavalheiro, certamente da Távola Redonda do Rei Arthur, ainda dormindo balbucia, Arthur, Arthur... A família quer saber que Arthur é este, não tem nenhum Arthur na família, mas ela está cara a cara com Sua Majestade, faz cerimonioso cumprimento, solta uma lágrima, ela está chorando, mas nada se pode fazer: é a hora da injeção, que acalma e emite sinais de realidade, a que vibra nas veias cheias de solidão e

viagem e, então, a luta diária contra a picada da agulha, grita, geme, revolta-se, mas seguram forte seu braço, a agulha penetra na veia cansada, o sangue começa a jorrar, ela olha fixo: aqui é rubi, puro rubi, minha joia, meu sangue – Vocês não podem fazer isto comigo, eu não fiz nada pra ninguém! As lágrimas correm soltas, o quadro é tristíssimo. Não quer se alimentar, viverá de brisa, do sal das marés, dos raios do luar dentro dos quais um lobo uiva freneticamente alucinado, ela tapa os ouvidos (queria poder tapar a alma). Manhã seguinte, o sol. Levam-na pra passear no jardim, no pequeno quintal com algumas margaridas do campo, ela então sorri desavergonhada, colhe as flores, enfeita-se pronunciando frases ininteligíveis, seu Reino é imenso, tem ao Sul as pirâmides Quéops, Quefrem e Miquerinos; tem ao Norte a vasta bacia amazônica; tem ao leste a belíssima Torre Eiffel; tem a oeste o Cristo Redentor da Cidade Maravilhosa de São Sebastião do Rio de Janeiro e senhores e senhoras elegantes, delgados, empertigados, então ri vendo passar as carruagens, solta tchauzinhos e adeuzinhos, oferece versos, abraça fervorosamente um adolescente da Corte (um velho tronco de Ipê), manda recomendações e depois dança alegremente com seu corpo magro, debilitado, esquisitíssimo, o “pás-de-Deux” com o lençol alvíssimo, enrola-se neste, está felicíssima, solta gargalhadas, a família, da janela, triste, observa a cena, pudera fosse um filme, o marido gritaria – Corta! E tudo voltaria à realidade, pudera! Por outro lado, a realidade dela ser e estar e tudo seria e estaria: ela no seu jardim de violetas, margaridas e orquídeas, protegida pelas muralhas do castelo, pelo fosso ao redor de tudo, pela ponte levadiça, cerrando a entrada de possíveis bisbilhoteiros, pudera fosse. Então a ambulância chega. Não é a primeira vez, não será a última. A cena é conhecida. Todos sabem seus papéis, o diretor comanda firme a ação. Lá fora ela avista o corcel branco a esperá-la pra hora do passeio, – Por que choram vocês? Ela está felicíssima. Atravessam a sala, ainda dá tempo de passar um batom nos lábios secos, um batom vermelho como o rubi do seu sangue puro, real. Desta vez não precisa da camisa-de-força, está doce, calma. É uma rainha. Mas já foi loba, leoa, bruxa. Já enfrentou a todos com uma espada (uma faca), enfrentou todos que ousaram penetrar sem permissão em seu reino... A voz da filha sai como um fiapo – Mamãe, seu pente... A ambulância já partiu, porém, deixando os corações partidos, a indagarem onde se erguerá este lugar de tão poucos, de material torpe, uma janela para a terceira dimensão?

11

A PRIMEIRA INTERNAÇÃO, agosto de 1978, mês do cachorro louco. O primeiro surto foi justamente um grande susto e pegou todo mundo de surpresa. Alguma coisa começada subjetivamente já com a notícia da morte do meu pai, o velório, o cortejo, o sepultamento – tudo configurava e esboçava uma situação de exceção. Quando voltei com minha mãe de São Paulo, de forma acelerada o processo se erguia desesperadamente, já não dormia, invocava com tudo que tivesse a cor vermelha, "sentia" em mim a presença de São Francisco e cria piamente que minha sobrinha era Santa Clara. Saía e ficava "desaparecido" por alguns dias, penando em ruas, bairros e cidades vizinhas, o pensamento rápido, confuso, vislumbrando situações inexistentes. A cidade, em 1978, era pequena. Só tinha de maior um bairro, que se fazia o centro e onde morávamos. Nós, jovens oriundos do mesmo colégio, nossas famílias se conheciam e havia uma preocupação de todos com meu estado alterado, a cidade literalmente se mobilizava. A primeira suposição é que eu estaria usando drogas. Sim, em muito é parecido o estado deflagrado do "surto" com o comportamento dos drogados. Relembrar o surto, e principalmente sua cronologia, me parece uma tarefa árdua, incômoda e desnecessária. Tudo existe em mim como numa embolada frenética e ritmada. Os acontecimentos sucediam-se de maneira alucinante e desenfreada. Uma tia, irmã de minha mãe, tinha tido uma depressão e foi internada numa clínica. Sem outras indicações ou recomendações, levaram-me ao estabelecimento clínico e fui internado: ali dei de braços dados com a loucura. Todos os tipos ou qualificações mentais ali estavam misturados, garotos, jovens, adultos e velhos driblavam os atendentes, enfermeiros e médicos. A mim me aplicaram num processo sórdido, uma medicação que retorcia toda minha boca com muita dor e que a única coisa que aliviava era ficar sob um jato de água de torneira. Eu não sabia, nos primeiros dias, onde eu estava, o que fazia ali e por que aquele lugar. O prédio lembrava uma masmorra, todo de concreto, e tinha vários andares que se comunicavam por rampas. Por quinze dias as visitas eram proibidas, e vivi em quinze dias, quinze anos, no caldeirão borbulhante da internação psiquiátrica.

12

Ainda da cartilha da ABRATA: quanto tempo é necessário para um correto diagnóstico da doença? Em média treze anos, devido a tratamentos equivocados, ausência de comunicação entre os profissionais envolvidos, desconhecimento sobre como a doença se manifesta, gerando sofrimento para a pessoa portadora e para seus familiares. Desse modo, é fundamental que a pessoa que apresente a sintomatologia inerente à doença – não necessariamente todos os sintomas, pelo menos três – passe por uma avaliação médica realizada por profissional com conhecimento sobre transtorno afetivo bipolar. Pela minha vivência com o transtorno há quarenta anos, observo algumas coisas como, por exemplo, que, no homem, a manifestação ocorre entre a adolescência e primeiros anos da juventude; já na mulher, no período da menopausa. Em ambos os sexos ocorre algo de muito forte e significativo, que provoca alguma coisa no sistema físico relativo às enzimas, como se uma enzima "queimasse" e provocasse a doença, que para alguns se manifesta como uma profunda depressão e para outros num contexto de euforia, que foi meu caso. Embora haja acontecimentos parecidos ou próximos, noto que a fase mania acontece na euforia de maneiras diversas, porque, acredito, o inconsciente é liberado para o consciente e reage de acordo com o repertório desta caixa preta. Tanto na depressão ou como na euforia existem perigos concretos, conforme a repercussão dos mesmos, pois o paciente fica à mercê da sua baixa guarda e levado por forças químicas, físicas, psicológicas e espirituais, podendo vir a ter um ato fatal: morte provocada, em dada situação; intoxicação medicamentosa; ou ainda superexposição sem crítica, que traz às pessoas próximas, parentes ou amigos, um enorme estado de alerta. Grosseiramente eu diria que a casa vira do avesso, ou mesmo mais preocupante ainda, que a casa cai. Em agosto de 1978 eu fui internado num manicômio com cara de hospital bonzinho, mas ali vivi o que chamo de "O inferno bipolar" e quando, enfim, tive licença para receber visitas, depois de quinze dias entre psicóticos, esquizofrênicos, jovens viciados, velhos depressivos, então, ao ver minha mãe, meus irmãos e minha sobrinha, agarrei em minha mãe e, aos prantos, pedi que me tirasse dali. Ou ela fazia isto ou eu dava um jeito de me matar. Entre a cruz e a

espada e diante do meu desespero, minha mãe – que mais do que ninguém comeu o pão que o diabo amassou para estar sempre firme e forte ao meu lado – e meus irmãos me tiraram do manicômio disfarçado em clínica de repouso, com alta forçada. Das imagens que me ficaram da internação, um homem atirando-se com cabeça numa janela de vidro, machucando-se todo. Foi horrível, um pesadelo. Em outra situação havia um senhorzinho que todos os dias, às 18h, rezava o terço em seu quarto e interessados apareciam e faziam o mesmo. Nestas sessões religiosas, entrei e pedi para rezar a Oração de São Francisco de Assis. Isto virou uma boa rotina naqueles dias.

13

A deflagração da euforia mexe com todo o emocional, remexe com descuidos, com ações intempestivas, aceleramento do pensar e perda de crítica. Em grau mais alto, decola para voos ainda mais perigosos, em contato com forças esotéricas, místicas, subjetivas e sedutoras. E por falar em sedução, a sexualidade dispara e se quebra no desejo a qualquer custo. Eu, quando da primeira internação no hospício – porque aquilo não era um hospital nem uma clínica de repouso, era mesmo um manicômio – eu ainda era virgem e isto se juntava às outras inquietações. Mas, ali, naquele pandemônio, sem claro discernimento, levado pelo instinto, pelos hormônios, pela realidade alterada, ali tive minhas primeiras conturbadas irracionais e medrosas relações sexuais. Lembro do primeiro, um garoto como eu, suicida, lembro bem de sabê-lo isto, suicida, mas que atendeu ao apelo dos nossos sexos e o fizemos numa baixa guarda dos enfermeiros. Houve outras situações, mas como a impregnação era muito forte, eu passava dias lutando contra os efeitos das drogas, mas também desesperado, nos primeiros dias, por não saber onde estava, por que estava e quando veria minha mãe, meus irmãos e a pequena sobrinha. Embora se fizesse um sexo quase selvagem, bruscamente animal, dadas as condições em que se deu, talvez eu tire como positivo com esta internação, mais presidiária que outra coisa, a questão de liberar uma homossexualidade latente: lembre-se que estamos falando de 1978, ainda varrido pelo preconceito, pelo medo, pela intolerância – mesmo depois do paz & amor dos anos 60, em que os hippies em seus grupos vivenciavam a droga, o sexo, e o rock in roll com bandeiras e entradas na mata fechada do conservadorismo – ainda mais que depois veio a ditadura militar no Brasil e trouxe a TFP – Trabalho Família e Propriedade. A sexualidade dos “loucos” (prefiro “visionários”) é levada às últimas consequências e eu vivi todo o desenrolar do tapete das etiquetas e me vi em vários excessos e situações, muitas de pura negação da vida, pois mais pareciam tiros no escuro – na longa noite da psicose. Resolvi um tempo atrás e por necessidade de documentar estas passagens para o que viria a ser, muitos anos depois, uma aposentadoria por invalidez, conseguir declarações de internação e procedimentos médicos, mas ao buscar este “hospital

psiquiátrico”, informaram-me que tinha sido fechado por diversos motivos inadequados ao tratamento psiquiátrico. Lembro que já à saída com alta forçada, quando fui buscar minhas malas, os enfermeiros ainda tentaram me pegar à força com uma injeção de “sossega-leão”. Eu tirei de mim uma força desconhecida, fui pra cima dos enfermeiros e me atirei nos braços de minha mãe, que tratou de me tirar dali imediatamente. Nos enfermeiros destas clínicas altamente suspeitas havia qualquer coisa de carrasco, de masoquista, que nos tratava como desgraçados numa terra sem dono. Não me iludo. Creio que, ainda hoje, existam estes calabouços a trancar em celas os loucos mais iluminados, ou os simplesmente loucos nascidos e reclusos em si mesmos, pois no balaio dos manicômios era tudo misturado, de morrer de amor não dado. Ali as psicoses, ainda em estudos no mundo inteiro, eram também vestidas de vergonhas para muitos familiares destes pacientes, largados às suas sortes em um vale de fel. Minha família aprendeu a conviver e compreender a doença. Apropriar-se da doença que se manifesta em várias situações, até que brincávamos, pois ao menor sinal de novo “surto”, todas as unidades entravam em estado de alerta.

14

Há quarenta anos a doença era ainda uma incógnita e seus sintomas confusos. O vulcão mental estava adormecido e não sem motivos entrou em erupção como a querer com suas lavas aplacar a dor da perda de meu pai, superar a ausência e detonar o luto, porque doía demais, porque me faltara o chão e o chão se abrira, e se cruzava uma dinâmica acelerada de acontecimentos fora da realidade e dentro de uma sucessão de fatos de rotas alteradas: dias e noites sem dormir, sensações indescritíveis como visões, reações de super homem, de ser eleito entre os mortais com uma força divina, mistura religiosa, fantasias mescladas com laivos de lucidez. Há quarenta anos a psicose maníaco-depressiva era um bicho de sete cabeças a entrar feito um furacão pela porta da frente, se instalando como posseira da minha mente, dos meus instintos, dos meus sentidos, dos meus sentimentos. Desencadeava uma sucessão intempestiva como que pego num redemoinho a levar tudo, a varrer tudo, a querer sobretudo o sobrenatural com aquela aliança com o poder, ou poderes, em que uma leveza insustentável corporificava um episódio fora de série: eu tinha somente dezoito anos, e minha família agora tinha em minha mãe seu ponto de apoio e referência. Este livro não tem finalidade de linguagem literária, mas aproveitar o novo momento de quebra de barreiras, de avanços medicamentosos e terapias avançadas, de querer abraçar fortemente os que estão hoje sofrendo os percalços da bipolaridade. Hoje até equivocadamente banalizada e tema de piadas, para que saibam todos cada vez mais os perigos iminentes desta manifestação que se confunde com outros diagnósticos, como esquizofrenia, borderline, quadros de ansiedade e alta ansiedade e que, de alguma forma, estas palavras venham de fato a iluminar o desenvolvimento voraz e precipitado que o transtorno fomenta, deixando, uma vez pegos de surpresa, a tomar medidas equivocadas, insipientes e errôneas, uma vez que desconhecido o seu caráter fundamental. Volto a frisar: uma doença complexa e bárbara que se estabelece numa sintomatologia envolvendo o físico, o psicológico e o espiritual – tripé de frágil estrutura – como uma bolha de sabão. No anoitecer deste transtorno, a vida fica de ponta cabeça e estabelece-se o mistério nas ondas visíveis e invisíveis, um enorme sentimento que mistura, num só caldo,

angústia, desespero e solidão. Num momento em que tudo é possível, que o impossível oferece suas mãos, vai-se de braços dados ao valsar pelo salão da loucura, pois que, até então, fenômeno sem precedentes e que mobiliza tudo ao redor – como a girar em torno de um fogo e de si mesmo: o fogo no coração e na mente, descontrolado, a queimar tudo em volta. Depois da saída por alta forçada do manicômio, tudo indicava que eu estava no “eixo” de novo, e saímos felizes. O meu irmão tinha o carro da moda, um Chevette amarelo. Voltamos dando risada, e esta família junta e unida, estava ali, comigo, presente e de braços abertos a me acolher, tentando entender o que acontecia comigo e de onde saíra tal tormenta, como que levado por estradas tortuosas a buscar incansavelmente a clareira. Enquanto isto, algumas coisas do plano do dia a dia sofriam alterações: minha irmã alugou uma casa, minha mãe vendeu o pequeno apartamento que nos acolheu por uns cinco anos (73-78). No meu retorno, e com tratamento para toda a vida, já no consultório de uma médica excepcional, que seria minha psiquiatra por muitos anos – a primeira psiquiatra da cidade – minha mãe e um irmão, que determinavam os andamentos da trupe, resolveram investir num comércio e, se quem procura, encontra, fecharam negócio com a dor de cabeça: marinheiros de primeira viagem, compraram uma lanchonete. Eu não queria o comércio. Mas uma forte angústia e um pressentimento num coração apertado de medo e dúvidas não conseguiu que eu impedisse que eles fechassem o negócio – que se configurava um negócio da China. Portador de uma doença mental pouco conhecida e avassaladora; de uma sexualidade àquela época condenada como uma heresia e figurante em códigos internacionais de doença; não pobre, mas de poucos recursos financeiros e agora desempregado e todos no novo negócio de família, apenas meu irmão funcionário público, que conservava seu emprego, com a sobrinha com meses de vida a alegrar todos ao redor; neste caldeirão borbulhante eu fervia minhas secretas lágrimas amargas – e sem saber como ou quando meus sonhos de artista voltariam a ocupar seu lugar nesta noite que se fechara sobre mim – noite funda e intensa, noite sem luar nem estrelas, noite fechada nos sertões da minha vida.

Ainda segundo a ABRATA a causa exata do transtorno afetivo bipolar é desconhecida. No entanto, estudos sugerem que o problema possa estar associado com um desequilíbrio de substâncias químicas do cérebro, tais como noradrenalina e serotonina, entre outras substâncias. Esse desequilíbrio de substâncias químicas reflete uma base genética ou hereditária para o transtorno. Alguns estudos estabeleceram relações entre determinadas atitudes familiares e a evolução da sintomatologia da doença. Em famílias compostas com membros portadores do transtorno afetivo bipolar, é comum aparecerem, no relacionamento familiar, indutores de episódios de mania, hipomania e depressão, tais como: falhas de comunicação, superposição de papéis e estruturas (perda da hierarquia familiar), impaciência, hostilidade, negatividade, desqualificação da comunicação do outro, etc. Os sintomas também podem ocorrer sem uma causa aparente identificável. Estima-se que metade dos portadores abandona o tratamento pelo menos uma vez na vida durante o curso da doença, e que 1/3 abandona o tratamento em momentos nos quais os sintomas se manifestam. Interrupções frequentes do tratamento podem provocar resistência aos medicamentos, sendo que a piora da enfermidade favorece o risco de suicídio em 10% a 15% dos casos. Classificada como DOENÇA INCURÁVEL, a medicação, até o momento, é para toda a vida, variando o receituário, de caso para caso, e de acorodo com o estágio da doença. Talvez com o avanço dos estudos da célula-tronco uma luz de cura possa vir, mas como já dizia a minha médica, a psiquiatria é sempre a última a ser lembrada. Porém, remédios de ponta e alto custo chegam às mãos dos pacientes em todo Brasil, via farmácias do governo, em distribuição gratuita. MUITO IMPORTANTE: as drogas do tratamento medicamentoso são verdadeiras facas de dois gumes, porque em muitas delas o perigo de uma superdose ou intoxicação é enorme, podendo causar a fatalidade. É de grande valia que fique uma pessoa responsável para ministrar as doses, quando o paciente estiver em tratamento domiciliar, já que nas internações há o corpo de enfermeiros para isso. Muitas vezes, e também comum, o bipolar pode se confundir nos horários de seus remédios, ou na dosagem dos mesmos, e para evitar causas indesejáveis, recomenda-se que,

na dúvida, não tome o remédio e deixe apenas para fazê-lo no próximo horário. A NEGAÇÃO com relação ao uso das drogas é muito grande e até comum, mas o processo de estabilização ocorre apenas quando o paciente concorda que a medicação é essencial, mesmo com efeitos colaterais que são muitos, e que deve seguir o tratamento até o mesmo resultar menos agressivo e mais satisfatório. Ao mesmo tempo, é importane o suporte de profissionais da psicologia, da filosofia clínica, da orientação filosófica, dos terapeutas de diversas áreas; a prática do esporte, como caminhadas, bicicleta, pilates, musculação; do artesanato e de atividades artísticas: principalmente porque encontrar um canal de expressão, uma interlocução do mundo interior com o mundo exterior, corrobora a possibilidade de uma vida com mínimas qualidades garantidas e respeitadas pela sociedade, mas principalmente respeitadas pelo bipolar.

16

SURTO OU ILUMINAÇÃO?

E ias e vinhas e tornavas a ir

Retornavas

Num tornado levando-me

Trazendo-me

E se me mostravas delícias,

Em sevícias o inferno se abria

E era abril, e veio maio, junho,

Estamos em julho,

De repente onde tu te meteste?

Varreste minha lucidez

Incumbiste-me a falar

Com as ondas do mar

Mostraste-me o bosque do Universo

E Deus ou deus como invenção humana

Necessária e perdulária

Estive só pela mitologia dos Orixás

Entre lágrimas, lágrimas de sal eu provoquei,

Outras lágrimas redemoinho de mim

Fizeste

Entornaste o cálice

E bebi o mel e o fel

Revoei em asas cansadas

Vícios de sábados sem festa

Desci aos infernos como nunca

E pelas mãos de minha mãe

Encontrei forças pra subir

Estava em guerra com forças invisíveis

Em outros cânticos, de outras vozes

Num mundo que não este,

Nem aquele

A duelar contigo a me levar

(e eu fui)

E eu me pergunto: conseguiste?

Poucos experimentaram isto:

Sombra e luz nos confins da mente

Nem é coragem, é não ter limite

Num limiar entre loucura e iluminação

Nem é ter medo, é ver onde vai dar

Este labirinto entre os mundos

No mundo

E sentir em ti o sobre humano

E estar em veios nem sempre humanos

E eu me pergunto: voltarás?

Devo reconstruir os meus abrigos?

Ir com a maré cheia alta?

Subir pelos raios de sol?

Pra quem viveu assim o maravilhoso,

Sabe que o real é sangue pisado,

Não tem vez sem força,

Nem brilho, nem querer

– é voz minguante.

E em meio a tua tempestade,

Fui sempre voz cheia,

E irmanei-me às ondas do mar

E sobre as ondas vi Oxaguian me guiar

E nem vi mais do que me permitiste,

Tu: que determinaste o meu destino

De nunca um homem

E sempre um menino.

17

O ÚNICO EXAME de laboratório relacionado ao transtorno afetivo bipolar é de sangue para verificar a dosagem de lítio, principalmente com relação ao remédio CARBONATO DE LÍTIO, ministrado geralmente com outros pares para uma ação eficaz. Em notícia publicada no site da ABRATA, em 2016[2], cientistas brasileiros desenvolveram um exame de sangue especificadamente voltado para diagnosticar TAB e esquizofrenia, mas ainda serão necessários vários anos para os testes necessários antes do exame ser colocado em utilização. O diagnóstico auxilia no tratamento, na administração de remédios, na identificação do estágio da doença, sua evolução e seu controle sistemático e cabe ao médico psiquiatra o uso dos instrumentos para benefício do paciente. Com a observação, os relatos, o acompanhamento medicamentoso e uma acertada prescrição, o resultado poderá ser significativo. Aconselho não ler bulas, elas são assustadoras. E a confiar no médico e no tratamento. Outra observação IMPORTANTE é que o mesmo remédio (o mesmo sal) vem com nomes diferentes, de acordo com o laboratório que o industrializa, e muitos já existem como genéricos ou similares. Isto pode gerar alguma confusão ou engano ao se medicar, sem contar que os nomes dos sais são bem esdrúxulos. Do século XX para cá a psiquiatria evoluiu muito. Apesar de duas “Décadas do Cérebro” (1990 e 2010), ainda a doença é diagnosticada como crônica e incurável. Tomei muito um medicamento injetável oleoso de nome HALDOL DECANOATO, o qual os farmacêuticos ou atendentes de farmácia aplicavam com muito cuidado, pois a injeção é oleosa e a aplicação demorada. Pelos quarenta anos afora experimentaram em mim os mais diversos remédios, houve um tempo em que tentei mudar o tratamento para homeopatia, mas isto ficou só na vontade. Entretanto, uma vez deflagrada a bipolaridade, nunca mais a vida será como antes, porque haverá sempre uma vigília da minha parte e da parte de meus parentes, amigos e colegas, mas de qualquer forma a superação vem com uma “retribuição” deste mesmo cérebro doente, ele me favoreceu com um TALENTO, algo que em mim nunca morreu e que, pelo contrário, até hoje me traz motivo para viver e “conviver” com a doença, bebendo dela seu outro lado, com um cérebro criativo, uma alma profunda, um espírito

corajoso, sabendo que para cada dia, um dia; tentando baixar a ansiedade – uma das maiores inimigas do bipolar. Porque na euforia “é só alegria” – mas nem tanto assim, pois já coloquei que cada caso é um caso, “a dor e a delícia de ser o que é” em verso de letra musical de Caetano Veloso – porque a ansiedade provoca um estado de impregnação que “paralisa” a mente, compromete os movimentos motores, causa uma sensação muito ruim e improdutiva. Para combater isto, além dos remédios, arrumar os livros na prateleira, roupas nas gavetas, artesanato em geral, escrever para “esvaziar” pensamentos, andar, passear de bicicleta, ir para a academia – e não se refugiar dentro de si, nos desvãos da mente. Há também, nas crises, uma fome incomum ou perda do apetite, os dois casos são negativos. Muitos pacientes se tornam obesos ou ficam magricelos – o que afeta diretamente a autoestima e piora o quadro clínico. Atividades artísticas são verdadeiras bênçãos: música, teatro, dança, pintura, fotografia, cinema... Embora a arte seja uma terapia e todo mundo seja um artista, nada tem a ver com o artista profissional, que realiza obras de arte. A mente em exercício criativo ameniza e transforma as atitudes e o interesse pela vida dos portadores deste transtorno. Por muito tempo ouvi que depressão era coisa de fresco, de gente fraca, que eu estava querendo chamar a atenção, que eu queria me encostar em licenças no trabalho... é para este meu leitor, que também ouve coisas como essas, que escrevo. Para que saiba não ser o primeiro e nem o último neste caminho – que pode ser uma rua, uma avenida, um cruzamento, um viaduto, uma vereda – de qualquer maneira um caminho do qual você, só você, poderá voltar. Como num terremoto, cada crise de euforia ou mergulho na depressão – sempre terá que buscar forças, EM VOCÊ MESMO, para reconstruir sua vida.

[2] https://www.abrata.org.br/novo-teste-de-sangue-podera-detectar-transtorno-bipolar-e-esquizofrenia/

18

78 é um divisor de águas da minha vida. E, finalmente, chegou ao seu final. Nos céus e na Terra despontou um 1979, em que já estávamos há algum tempo comerciantes na Lanchonete, tocando aos trancos e barrancos, com muito serviço e pouco dinheiro. O bairro em que ficava a Lanchonete é o meu preferido, pois ali vivi parte da minha adolescência ligada ao teatro e aos movimentos artístico-culturais. Mas o serviço na Lanchonete nunca me agradou. Eu só estava ali porque o momento exigia e minha mãe, sempre empreendedora, tentava administrar. Fizemos boas amizades. Também tive, ali, os primeiros relacionamentos sexuais pós clínica, mas ainda tudo muito secreto e guardado. Eu lembro de um cabeleireiro, bem mais velho do que eu, de presença, de conversa, que se interessou por mim e que provocou todo um desentendimento familiar, chegando ao ponto de quererem me levar a um médico, que isto tinha cura. Foi um deus nos acuda e, finalmente, acabei com o "caso" relâmpago. O cabeleireiro ficou enfurecido e nunca mais pisou na Lanchonete, onde era um cliente habitué. Depois conheci um costureiro famoso, que tinha um caso regular, mas dava seus pulos e um dia me pediu pra levar uma caixa de cerveja até seu apartamento... encomenda. Não prestou. Fui diversas vezes lá no seu apartamento, "fazer entrega". O bairro, já naquela década de 70, tinha um clima gay, mas só revelado pelos olhares, tudo muito escondidinho e, ao mesmo tempo, "subversivo". Ao gosto do próprio sexo, as aventuras propiciavam o prazer da carne e a revolução dos costumes. Também um tempo sem HIV, um tempo de frequentar em surdina as boates, onde os conflitos e as contradições andavam de mãos dadas. "É um tempo de guerra/é um tempo sem sol" podia-se cantar com Bethânia, ícone festejado da postura homossexual. Corajosos, os artistas de renome e fama consagrados levavam nossas bandeiras através de seus trabalhos, suas atitudes e posturas. Contudo, em 79 eu tive uma recaída, impulsionada pelo serviço na Lanchonete, por ver meus sonhos de artista, principalmente o teatro, estarem, naquele momento, na outra margem do rio. Tristemente pensar que nunca mais conseguiria atuar, dirigir, entressafra da escrita, um sabor de fracasso, um gosto amargo de desânimo e a sexualidade em polvorosa, a rosa dos sexos entre o espinho e a beleza. ACABOU que tive

que ser novamente internado. Minha mãe e meus irmãos desdobravam-se na minha nova crise, entre me cuidar e dar conta da Lanchonete, e fiquei interno na Clínica, no ABC. Cansada, minha mãe vendeu a Lanchonete e comprou um imóvel. Tempo em que fiquei na clínica, com um tratamento mais humano, espiritualizado, em que fiquei por sessenta dias. Minha mãe ia pra Clínica todos os dias, e lá estava ela sorridente, com um pacote, trazendo refrigerante, salgados e doces. Falava com os médicos, com os psicólogos e, com sua fé inabalável e sua entidade de cabeça, a Cabocla Jurema, a minha mãe também de nome Jurema, não desanimava e sabia que eu voltaria da crise, e que tudo isto um dia seria só lembrança. Era uma clínica muito grande, com uma área de árvores e plantas, toda gramada, e havia duas mulheres ali que me ajudaram muito: a dona, diretora da clínica, e uma enfermeira espanhola muito sorridente e brincalhona, da qual virei assistente no ministrar a medicação nos pacientes. Ela possuía um rádio relógio feito uma “nave”, que me deixava muito curioso. Nem tudo nesta internação foi um mar de rosas. Lembro-me de ter feito amizade com um tipo muito estranho, que era hermafrodita e teria que fazer uma cirurgia para optar ou pelo órgão masculino ou pelo feminino. Estava em pânico e não conseguia se definir. Eu, em surto, saí do meu quarto que dividia com muitos outros e entrei no salão de refeições cantando a toda voz uma canção dos Secos e Molhados. Também fiquei apaixonado por um interno, mas não deu em nada: ele era, por princípio e prática, heterossexual, mas a paixão súbita deu um colorido aos dias. Também me lembro de ser posto no QT – Quartinho Terapêutico, só com um vão na porta de madeira, e lá eu chamava uma enfermeira achando que era Branca Dias, de O Santo Inquérito, peça de Dias Gomes, mas a enfermeira ficou furiosa comigo, porque era negra e tinha certeza de que eu a estava provocando, fazendo xaveco. Neste QT fiquei nu, rasgando as roupas, fiz cocô e urinei, e o cheiro estava insuportável. Ao sair, tonto e furioso, entrei num banheiro e com movimentos de corpo balançados, sem querer, dei uma braçada com força no chuveiro elétrico ligado e tomei um choque que me jogou ao chão e que, por pouco, com a descarga elétrica súbita, não me levava pra casa do chapéu – no caso, o cemitério.

19

Você está nu, tirou a roupa toda do corpo, desvestiu a alma, tirou todas as fatalidades do espírito, agora vai arrancar a pele, o pelo, cabelo, tornozelo, a boca, os lábios. Ser SUJEITO de sua história e não OBJETO num sistema que se serve da doença – de todas as doenças! – para existir. Com o que não tem cura, deve se conviver, mas ao seu favor, ao meu favor, ao nosso existir que exige um porquê, dar sentido à existência ou existir sem ele – você decidirá! Nestas páginas estou abrindo as portas como sempre quis, mas o momento chegou e o livro começa a se avolumar. Gostaria de dizer pra você, no seu ouvido, que vida & morte andam de braços dados, que no mundo existem muitos iguais a você, mas não iguais, porém semelhantes, porque você é único, intransferível e dono de talento, eu sempre digo, em conversas, que todo mundo tem talento para tudo, e ele só se revela quando cutucado – cutucar a onça com vara curta é uma lição de coragem e de liberdade. A história da loucura se perde pelos séculos afora, mas revertê-la a favor de um talento manifestado exige sensibilidade: busca, integração, convergência e foco, entre tantos outros saberes de si mesmo. Em muitos recantos do mundo, uma onda gigantesca de pessimismo e desengano generalizados vêm por afluentes como os meios de comunicação de massa, como a televisão, e por uma enxurrada de produtos ditos “artístico-culturais”, filiados a uma plebe rude que se considera o máximo e que, numa escala de baixa cultura, nivela tudo por baixo. Quando muito, é mediano, mais para o bárbaro que para o sagrado – porque banalizada a civilização e esquece que a vida é sobrenatural, que tudo aqui, e acredito que no Universo em todos os seus rincões, constitui pura ENERGIA. Então, pegar o bonde de se entregar parece muito mais fácil e cordial do que negar a falência e movimentar as contas a favor dos seus interesses, de seus sonhos – O SONHO É A VIDA QUE TIRA O PRETO E O BRANCO EM FUNÇÃO DO COLORIDO. Tenho a absoluta convicção de que, se estamos neste planeta, nesta energia, nesta efemeridade, nesta encarnação, neste plano – plano mágico – é para que deixemos uma contribuição, de passageiros que somos nesta nave mãe, e isto pode ser uma consulta médica realizada com amor e generosidade, o amor às plantas por um jardineiro, que lhe tire – como me tirou – da arraia-miúda, que fica na

mesquinharia de suas vidas, nas misérias de seus dia a dias, e que não consegue colar os vidros do jarro em que uma rosa enfeitava o seu jardim. Ou seja: sem um canal, sem um esforço até sobre-humano, sem uma busca verdadeira em seus depósitos, sejam de lixos ou de pérolas, parece-me improvável vê-lo superar a sua viva condição de bipolar. Estou sendo, talvez, cruel? Só estou sendo verdadeiro e amigo. Não vou tapar o sol com a peneira, não vou abraçar uma discussão aqui levantada com tapinhas nos ombros, porque se trata de uma guerra deflagrada entre você e sua condição – porque por mais de uma vez o transtorno vai lhe parecer uma maldição, e pode até ser, mas só se vence algo assim empunhando as armas que possuímos, e que precisamos conhecer e trazer à tona, antes que o monstro surja no lago espelhado que é você e que seja devorado sem dó, esmagado pelo seu medo.

20

ORAÇÃO DE FÉ DE SANTA IVANILZA

Protetora dos Bipolares! Suicida, mais uma vítima da TAB.

Ave Lítio,

Sem ele, ave dos outros perto de nós,

Que não nos alcançam,

Voamos em dois segundos,

E tudo é possível,

Porque, afinal, possível tudo é!

Ave Carbamazepina,

Propina pra nossos suores clandestinos,

A quem contar

Que passamos a noite

Com as raízes tuberculosas

De nossos românticos desatinos?

Ave,

Doutoríssima hexapolar puríssima,

Ela que é o meio o começo e o fim

Que em seu consultório

Metade e meia da cidade

Está aos seus pés psicotrópicos!

Ave Maria que idiossincrasia

Ser bipolar noite e dia

E não dormir sem a companhia

Do belo comprimido para dormir.

Mas, respeite! Bipolar tem linhagem, Van Gogh,

Barbra Streissand, Cássia Kiss, Rita Lee, quem sabe você?

E outros badalados gênios, aí...

Sou Santa Ivanilza, protetora dos bipolares,

Sou uma mulher gata sereia

De botinhas vermelhas

Que inspira poesia no mundo,

Ou nos mundos, dentro e fora de mim,

Que de tantos – só nós sabemos!

E que expira sua dor,

Pois são muitas as vezes que dói,

Ai como dói,

Essa dor sem dor, que nos consome!

Mas, meu amor,

Ave a vovozinha,

Ave a Chapeuzinho vermelho,

Ave,

Porque sou loba, e vou te comer!

21

A Lanchonete foi vendida e logo em seguida devolvida, porque, na verdade, não gerava lucro e exigia muito trabalho. Mesmo porque não éramos comerciantes e nem tínhamos este feeling: tive duas internações em 1979, mas desde a venda do comércio familiar eu tinha me recuperado. Porém tive uma recaída quando, exausta, minha mãe deu, literalmente, a Lanchonete pro contador da firma. Estas internações foram na mesma Clínica de Repouso, no ABC. Sei que tentei fugas desesperadas e fui capturado e "torturado" como castigo, levado ao QT, já meu conhecido, mas eu era um rapaz bonito e encantador (sic!) e seduzia os enfermeiros, atendentes, funcionários, os médicos tinham curiosidade sobre meus pensamentos e atividades, havia uma psicóloga junguiana maravilhosa, que me fortaleceu e me situou, e que depois de minha alta ainda a tive como psicanalista por um tempo possível, entenda-se que a deixei por falta de dinheiro, mesmo, e que ficamos amigos, até que nos perdemos de vista. O nosso tempo foi aquele, e com ela pude mergulhar em mim, reestruturar e juntar os cacos do vaso quebrado. Ou seja, por vezes somos nossos maiores sabotadores e creditamo-nos a nossa queda nos outros, na vida, no mundo, no azar, no ódio, no desespero, nosso "mea culpa", no Brasil, na política, no emprego e na imersão deste lago de águas cristalinas e paradas onde nem como peixe nós conseguimos viver e aprender com o escuro do fundo das águas, as pedras semipreciosas que escondem e que dão luz prolixa a esconderem riquezas. Neste metafórico aparato eu também vivi e mergulhei fundo nos dias escuros da minha vida em tempos de psicose maníaco-depressiva, levado ao medo do mundo, longe de tudo e de todos que até então me faziam bem, e tendo pelo menos uma saída com integridade: eu nunca parei de escrever, com minha maquininha portátil, sempre ladeado do meu cafezinho, e tendo a companhia presente de amigos, muitos deles amigos até hoje, e buscando com vigor todas as possibilidades para saltar o abismo que se colocava a minha frente. Lembro de um filme muito alegre, "GREASE", com John Travolta e Olívia Newton-John, que me trazia uma imensa felicidade. Assisti quase uma dezena de vezes, um musical cujas canções, quando vez ou outra ouço, me trazem aquela injeção de juventude e a lembrança de que a arte em mim se fez essencial e necessária, mesmo

quando tudo dizia “NÃO”.

22

Nestes anos iniciático no mundo cinzento da psicose maníaco-depressivo (PMD, no jargão médico) eu, em virtude do teatro, da literatura, da música, do jornalismo cultural estive sempre cercado de muitos adorados amigos, e fazia uma magia de mesclar grupos daqui com trupes de lá, e isto também me sustentou e me deixou em pé, “quem me vê assim cantando, não sabe nada de mim”[3]. Eram pessoas divertidas, talentosas, curiosas culturalmente, atrevidas, na lida com a sexualidade, na tarefa em serviços claudicantes, com ou sem problemas com as famílias, fazíamos de tudo um pouco, desde cinema super-8, peças de teatro, imprensa local... eu guardo como um precioso talismã estes dias verdadeiramente felizes e muito longe do mundo sombrio de Samuel Beckett. Minha mãe comprou um bom apartamento a uma quadra da praia, e cliente do Banco Itaú desde a época do Itaú América, muito amiga do gerente, em meio as conversas bancárias, ele perguntou de nós, e minha mãe disse que eu estava desempregado: pois imediatamente ele disse que tinha uma vaga e que eu fosse conversar com ele o mais rápido possível.
ESTAMOS EM JANEIRO DE 1980. Com efeito, fui admitido, os testes psicológicos pelos quais passei, testes de admissão, não revelaram meu diagnóstico de PMD, e lembro que tinha desenhado num dos testes um enorme guarda-chuva e que as psicólogas ficaram encantadas, revelava necessidade de segurança. A virada da década trazia mais novidades, prestei vestibular e entrei pro curso de Administração de Empresas e tudo acontecia como uma resposta aos difíceis anos anteriores. Resposta positiva que fazia ponte com meus anos 1975-1977 de grandes momentos e aventuras. Os anos de 81-82-83-84 foram atribulados, eu reinventando e reprogramando meu caminhar nesta longa avenida de gás neon, que é a vida. Vivi novamente o rompante da criatividade, da agência da cidade em que morávamos fui promovido para a agência de uma cidade maior e com o cargo de caixa, atuando na tesouraria, fechado num grande cofre com milhares de milhões, convivendo diariamente comigo e meus colegas, lançando livros bancados pelo meu sagrado dinheiro, ganho com serviço e buscando realizar o sonho que vinha com o meu emprego. Mas na onda jovem, tudo é parafina e prancha de surf, com saúde floresce qualquer galho seco, a virilidade da

idade transcendendo as marcas das feridas do tempo em negrito vivido nas asas de um abutre, a querer me fazer de carniça, experimentei novamente o sabor adocicado de viver meu mundo iluminado de artes e ofícios, entrei e saí de uma faculdade de teatro, em São Paulo (1982). Já tinha abandonado Administração de Empresas (1980), graças a Deus, totalmente fora do meu perfil, mas ali também aprendi. Em 1982 meus pedidos foram prontamente atendidos e fui transferido para a matriz do banco em São Paulo, em novo cargo, para atuar no financeiro geral. O diretor do financeiro ficou meu fã quando soube das coisas que eu fazia na agência em que estava, como um painel de notícias gerais e uma pesquisa incomum nas cédulas, recolhendo todos os escritos que nelas o povo fazia. O gerente dessa agência, da tesouraria, rasgava elogios sobre mim, e assim, de repente eu voltava para a cidade em que nasci em 1959, no dia 16 de setembro, no Ipiranga.

[3] Dentro de mim mora um anjo, música de Sueli Costa e Antônio Brito.

23

1982. Trouxe a família para morar em São Paulo, comigo, num conjunto residencial de apartamentos situado próximo ao Zoo da capital. Mais uma mudança entre tantas outras já realizadas, ninguém conseguia ter nosso endereço, porque logo já estávamos em outro. Época em que poucos tinham telefone e se usava os orelhões. DEPOIS DE SOLICITAR, PEDIR, INSISTIR pela minha transferência pro Itaú Cultural, que tinha a ver comigo muito mais que o financeiro do banco no qual eu desenvolvia um serviço que nem eu mesmo sabia o que estava fazendo - uns enormes mapas econômicos com projeções a partir de diversos índices em que eu ganhava como caixa prestes a virar gerente, e exercia funções de economista de plantão, gráficos que deixavam meu chefe alucinado: – O Olavo (Setúbal) vai adorar isto, menino! Mas eu pensava soturno comigo mesmo, logo eles vão ver que eu sou uma fraude, uma farsa e então vão me demitir e pronto! Como mais uma vez negaram como a Cristo, por três vezes, o galo cantou e eu anunciei minha sumária demissão, meu sucesso bancário no ralo, meu mundo assalariado trocado pela incerteza, minha dignidade prevalecida: muito duro dizer a minha mãe o que tinha feito, mas que eu já sabia o que iria fazer: vender meus livros em bares, filas de teatro, faculdades, shows, etc., o que lhe parecia um novo surto em que eu estava totalmente e novamente fora do meu juízo. Chorou na minha frente como poucas vezes tinha visto e meu coração ficou apertado e machucado: – Vou vender quantos livros for preciso para manter o mesmo salário do banco, fique tranquila minha mãe, não vai faltar nada. O seu “enfant terrible” mais uma vez a deixava preocupada, mas fiz cumprir o anunciado: eu imprimia meus livros em mimeógrafo eletrônico, edições precárias, e vendia nas filas de teatro e demais locais de tons culturais da cidade de São Paulo, com a meta de vender pelo menos dez exemplares por noite, e só voltar para casa quando atingisse isto. Teatro FAAP, TBC, RUTH ESCOBAR, os barzinhos do Bixiga, O CENTRO CULTURAL VERGUEIRO, o SESC POMPEIA, eu ali ofertava meus poemas e conhecia todo tipo de personagem, inéditas situações, mas depois de algum tempo novamente minha mãe comprou uma casa na mesma cidade praiana e mudou mais uma vez, ficamos eu e minha irmã, fomos morar numa monarquia,

porque aquela corte que ali residia nem de longe sustentava uma república. Mas embora vivendo altas emoções e decisões, eu e minha PMD estávamos firmes, matando um coelho a cada dia e, do abacaxi, comendo cada pedaço doce por vez. Sem medo da casca espinhenta da vida.

24

As mudanças se sucediam, eu e minha irmã dividimos um pequeno apartamento na Rua Santo Amaro, e veio morar com a gente um amigo santista que em 1986 iria encenar com grande sucesso meu texto TEM CUPIM NA TORRE DA IGREJA. Antes, moramos eu, minha irmã e um colega do banco e grande desenhista – desenhou a capa do meu livrinho "Fantasia em Dó maior para piano" – num quitenete na Rua Dona Maria Antônia, próximo ao SESC, e daí a derradeira volta para a casa da praia, primeiro saltou do barco minha irmã, depois saltou meu colega e eu, exausto de São Paulo e suas mil cores e dores, Dolores e marias, Joões e peões, levava a vida em sexo, drogas lícitas, que eram meus remédios, e literatura mano a mano, mas em dias que se podia sair de dia ou de noite sem medo, sem risco de vida, sem cracolândia e insegurança de toda espécie, uma São Paulo anos 80 que me deu grandes lances de possibilidades artísticas e encontros inesperados, conhecendo pessoas como Lygia Fagundes Telles, Irene Ravache e outros artistas consagrados em suas atuações e envolver-me em pitorescas situações hoje dignas de risos e até gargalhadas. Quando conheci a nova casa que minha mãe comprou, fiquei muito feliz, porque era uma casa nova, com cômodos espaçosos, com dois quartos, um deles suíte, e ali já estavam. A alegria de minha mãe em estar morando numa boa casa, embora num bairro afastado do centro comercial e principal da cidade. De 80 até a metade de 86 eu seguiria sem crise, criando muitos contos, poemas, peças, artigos e sonhando um romance que me parecia impossível conceber. Eu em mim não tinha o "time" do romance e na minha pressa e medo de me perder na narrativa fazia tudo virar conto ou crônica. No retorno em São Paulo, em 83, transferido pelo Banco Itaú, fiz o melhor proveito de que me pude fartar e me lambuzar, pois vivia no maior centro cultural do país, na cidade mais rica e festejada. Embora o Rio superasse em beleza e natureza, parecia-me que lá tudo girava em torno da Globo, o teatro tinha em seus elencos, como chamariz, os atores das novelas, e na imperial dominação e doutrinação a emissora investia e invertia valores e criava seus mitos, mas hoje é diferente? A hegemonia global no país é inquestionável e, vinte e quatros horas no ar, segue de acordo com a maré, seus enlatados

estadunidenses, seus horários repletos de telenovelas que se sucedem com apenas pequenas variações na temática padrão. Parece-me fraudulenta qualquer opinião de uma produtora potencializada e tecnicamente perfeita, propagando-se como nossa Hollywood e seu casting, mas que até hoje sabe cuidar de seus astros e estrelas que venham a se macular e virar manchete de escândalos de celebridades, sendo aqui lembrado o nome de Cássia Kiss, assumindo ser bipolar e dando entrevistas sobre esta condição e sua convivência com a doença, em seus dissabores e sabores. Hoje as novas gerações têm todos os instrumentos que a internet proporciona e esta configuração global é mais relativa, embora ainda dominante. Como previra George Orwell em seu famoso livro “1984”, a TV seria o maior método de dominação no país, em incursões midiáticas e plenos poderes sobre os telespectadores sentados mansos e felizes em suas poltronas na sala de (mal) estar. A TV paga, o Youtube, os sites de relacionamento, uma modernidade que minha geração não conseguia sequer vislumbrar, mas que em sua defesa teve uma formação de base sólida e crítica, derrubando aos poucos tabus, preconceitos, intolerâncias, embora sem esta ousada e bem-vinda liberdade de costumes que hoje se vê não apenas no motor propulsor de modas e sistemas que é Sampa, mas com reflexos nos quatro cantos do país, reinventando posturas desde cabelos e barbas, até exclusão de pelos em homens e inclusão de vestimentas com posturas bissexualizadas a flertar com saudáveis provocações. Ao retornar para o litoral do estado de S. Paulo, eu sabia que ter vivido na Capital tinha me dado tutano e estofo na minha bagagem, como se eu tivesse estado num contexto entre febre e suor, a febre de uma cidade que levantava cedo para trabalhar, que seus habitantes corriam sem parar de lá para cá, que se misturava em si mesma, e onde conheci pessoas raras para mim. Os três eram inseparáveis, e pelos endereços quentes da cidade da garoa, íamos de evento para evento, shows, peças, lançamentos de discos e livros, festinhas animadas ou não. E quando eu vendia os livrinhos nas filas de teatro, havia sempre alguma novidade a desfrutar e fortalecer nossos laços de amizade e nossa paixão desmedida e desvairada pela arte e pela cultura, um tempo também em negrito na minha vida, na minha arte e na educação pelo vivenciado e quase milagroso aprendizado na lida diária e ainda mais noturna em que “alguma coisa acontece/no meu coração/que só quando cruzo a Ipiranga e a Avenida São João...” (Caetano, baiano mais que paulistano? Carioca-baiano certamente a abençoar de suas alturas a mediocridade que busca fustigar e inocular sua genialidade, “tem

que se esconder na sombra/quem na luz se esconde”).

25

O foco não está perdido: os anos em São Paulo, minha cidade Natal que me dá muitas saudades, foi palco e camarim de uma estada sem crise, ainda que eu tomasse pelo menos um comprimido de Haldol 1mg como efeito psicológico por noite, ao dormir, mas vivendo intensas emoções, assistindo espetáculos desnorteadores como Gota D'Água, com BIBI FERREIRA; As Criadas. com DINA SFAT e ÍTALA NANDI; lançando livro em 82, em Pinheiros, primeiro livro impresso que fizemos eu e Edwiges Morato (DUDU), e que ainda em fase de superação das crises e internações sofridas, usando e abusando da minha criatividade, da faculdade de realizar vários projetos ao mesmo tempo, da necessidade de sobreviver e precisar de dinheiro, e então buscá-lo nos projetos nem sempre bem sucedidos, nestes anos de pura loucura sob controle, eu jamais supunha ou imaginava que pudesse desenvolver outro surto – isto estava resolvido, fatura paga, sem dívidas a pagar com minha lucidez, uma vez que sustentada e senhora na minha razão. Eu vivia a juventude com meu corpo e rosto em condições singulares, sem humildade, vai: rosto bonito, cabelos fartos e esvoaçantes, corpo magro sem mais nem menos, pronto pro consumo agora declaradamente gay. Talvez também o exercício físico da sexualidade desejada tenha seu crédito na minha estabilidade emocional. Nem a instabilidade financeira ex-Banco Itaú, que me levou a trabalhar ainda mais uma vez em banco, uns seis meses, mas que pulei fora na primeira oportunidade – eu não queria morrer como o contador da agência, que passava a vida inteira ali cuidando do dinheiro alheio e dos pacotes de ofertas aos clientes – me derrubou. Quando eu voltei deixei um percurso assumidamente praticado e realizado, os amigos seriam visitados sempre e sem esquecer jamais cada palavra trocada, cada gesto construído, a pedra fundamental de cada sonho querendo se realizar: as dores de amores servis, os ditames da lei da selva de pedra, que não enterra seus filhos em noites de escuridão. Eu voltei muito cansado - mas não vencido! Porque toda a aprendizagem daqueles dias entre luz e sombra, a luz vingou e se espalha até hoje no meu caminho. Mas a história não termina aqui, nem eu ficaria muito mais tempo, inesperadas surpresas me aguardavam. Enquanto isso, usufruía

do mar, em suas ondas espumosas e intermitentes, das caminhadas na beira-mar, do coco geladinho, das areias a construir castelos levados quase em seguida pela “maré cheia vasta” (Caetano), até que um dia saindo de casa para mais uma caminhada pela areia molhada, ouvi um chamado que vinha do lado das muretas e visualizou ainda incrédulo a imagem esguia e o sorriso largo, era meu velho amigo da adolescência. Também feliz em me rever, e que ali mesmo naquela conversa reencontrada riscava nas areias um esboço de destino que se cumpriu: 1984. O Ano que me levaria ao seu lado e a nossa amizade, intacta e surpreendentemente rica, nos conduziria ao futuro ali selado nas forças do destino, na essência de livros às mãos cheias, de uma juventude que ainda possuíamos e que nos enviaria à Universidade Federal para fazer o curso de Letras.

26

AO COMENTAR SOBRE ESTE LIVRO COM AMIGOS, descrevendo-o como um “Um Manual Prático do Bipolar”, a mesma pergunta: – Não soa como deboche ou brincadeira? Não é, jamais será, um livro de piadas ou recomendações exemplares como um guia de turismo, mas também não tem a seriedade de uma dissertação acadêmica de um estudante de Mestrado ou Doutorado. Este livro nasce da minha coragem agora encontrada para assumir, sem medo de errar, todas as minhas questões fundamentais da doença de que sou condômino e dividir com os outros milhares de condôminos deste mundo afora que convivem com o transtorno bipolar, seja como portadores, parentes próximos, amigos, conhecidos. Não para pedir benção, muito pelo contrário, nem mendigar piedade, menos ainda, mas para provocar uma discussão muito saudável sobre doenças mentais, experiências, relatos, convivências, tratamentos, episódios, perigos, controle, equilíbrio, os dois polos – depressão e euforia – e deu-me a dimensão que este livro se endereça às pessoas: homens, mulheres, adolescentes, jovens, idosos para que não se sintam isolados ou escolhidos por um mal “desgraçado, cruel e fatal”, que se tire os ainda desenhos amarelados do preconceito e dê à bipolaridade um respeito e dignidade com integridade por parte de quem convive e de quem trata: psiquiatras, psicólogos, terapeutas, nutricionistas, em suas várias vertentes e ofertas, mesmo que se saiba serem todos eles ainda paliativos, pois NÃO TEM CURA até o presente momento e manter a vigília sem baixar a guarda é um dever dos pacientes e também um direito nosso para que se preserve a vida com a melhor qualidade possível. Um Manual Prático do Bipolar se investe da vontade de dividir e somar, dividir minha convivência nem sempre amistosa com o transtorno, para somar com a vivência de outros “passageiros” deste trem bala, que às vezes dispara em velocidade próxima ao descarrilamento e às vezes, por “falhas no sistema”, não sai do lugar ou segue devagar quase parando. A maior arma contra a solidão é o diálogo, inclusive consigo mesmo. Converso muito comigo, brigo, me elogio, amplio minhas perspectivas, jogo com meus sonhos, crio uma civilização dentro de mim, busco o inesgotável, ou como canta lindamente Bethânia, “a fonte que nunca seca”.

27

AQUELE QUE VEM TRAZER O DESASSOSSEGO...

Então você me adivinhou. Eu vindo da rua, destas ruas neste deserto tão sem ninguém – rua vazia de mim e de tudo, rua como eu, trazendo nas dobras e sobras da minha alma cinquentenária, o desassossego. Viu como eu vinha pelo vento que levantava? Sorrindo meu antigo e largo sorriso de moço poeta, metido e petulante, calçado de gato de botas ivanilzantes, pensando em furiosa quinta dimensão sobre a fina ironia desta dimensão corporal, que nos aprisiona em sistemas organizados, potencialmente dados por fabulosos e comprovada como estupidamente equivocados, a gerar um mundo des-orgânico, antinatural e doente. Mas, na verdade, não pensava em nada disto, era um co-pensamento na minha órbita, um satélite, sinapses! Depois de ingerir quilos de drogas lícitas para me manter sob controle e sem risco para meus consideráveis e notáveis e normais cidadãos do mundo, dou-me o direito de ser louco ad infinitum no meu pensar, mais ainda na sua manifestação maior: meu imaginário. Disse ontem para uma amiga, numa festa sucupira: eu vou andar por esta cidade levando uma cruz no ombro, rua por rua, caindo em cada encruzilhada para ratificar a tragédia: um garoto poeta que sonhava. Sonhava?! Quando estava com meus incríveis quinze anos, o mundo já era o mundo, respirávamos o ar apodrecido da ditadura militar que, gentilmente, patrocinaria nossa democracia que nos obriga votar. Dois meses depois algo de novo e muito novo aconteceu: nesta mesma cidadela liberei geral, foi um fuá. Eles corriam para cá, eu corria para lá, e para não contrariar os psiquiatras de ponta, vi coisas e ouvi coisas e, sobretudo fiz coisas. Muitas coisas. A morte de João Paulo I, por exemplo, um mês antes o meu tio Oscar já sabia. Por mim! Antes que me tornasse “evidente” parti para novos truques, mas o resultado foi péssimo! Depois de duelar furiosamente com todo o Pronto Socorro, senti um pico de sossega-leão e, numa ambulância (podia ser uma nave... ou...), conduziram-me a um hotel de luxo sem estrelas: Não acreditem nunca nos nomes, Jardim Aprazível, Campo Celeste, Vila Esperança... em 15 dias lá, se quisesse, teria

escrito um livro muito melhor que EU Cristiane F... talvez a ideia do Criador fosse a seguinte: se ele quer ser um Criador precisa viver todas as criaturas, por exemplo, lá descobri que o inferno existe, mas tinha umas coisinhas legais como o bailinho dos loucos, o terço das 18h, em que eu sempre rezava a Oração de São Francisco. Pobres corações de mães, que eu nunca nasça uma mãe, pelo amor de Deus! Em meio ao meu desespero crescente, corajosa e temerosa (luz e sombra de todos nós) mi madre assinou a alta forçada. De lá pra cá, os psiquiatras deram suas receitas. Outras internações ocorreram, umas de luxo, várias de lixo, mas eu ainda adoro quando me dizem que tenho a chave para entrar e sair da loucura, e digo que a loucura é viver a dura e triste vida dos normais, e canto que “loucura pouca é (Rita Lee Jones) bobagem”. Produzo droga própria, de alucinação vária e de poder irresistível: sem dinheiro, já comprei um mustang branco aos 18 anos (embora de motor fundido), converso com as ondas do mar (revelam-se o começo de tudo, e de como o homem criou Deus). Sobretudo é que esta mente de um doente mental é totalmente demais, show de criatividade, de imaginação, de domínio de linguagem, e isto realmente não é normal, não é para qualquer um: é só para quem tem amor a si mesmo, coragem para enfrentar o abismo e chegar aos 60 como aos 15, escrevendo, fazendo teatro e dialogando com as artes, a cultura e a natureza do jeito mais louco: daqui do meu “bunker”, nesta cidade sem alma, anteno-me com as almas que esquentam as cidades vivas do mundo: benditos sejam os livros às mãos cheias! Discos, filmes, palcos, shows, rádios, exposições, internet. Para muitas pessoas grandiosas e de luz, fiquei aqui nesta cidade, com meu talento engavetado, e morrerei na praia com minhas ilusões perdidas. Aprendi com meu Mestre Caetano Veloso: Sonho. Não é ilusão. Tudo depende do olhar, de como é visto o sucesso: para mim é saber que eu posso. Que eu faço. Que sou um criador. Um sujeito, não um objeto. Eu gostaria, sim, de ganhar dinheiro com meu trabalho cultural. No entanto tenho claro não ser esta a finalidade revolucionária (esta palavrinha temida!) da arte e da cultura. Vivemos um tempo de valores invertidos. De decadência mundial. Um tempo bárbaro. Parece horrível viver neste tempo, mas são nestas épocas que se prova a vitalidade de Ser. Quem sobreviver aos escombros poderá (quem sabe?) sair da sombra para a luz. Arte hoje é tirar os noves fora, de novo Oswald, mas agora a geleia geral é muito mais. Vivemos a TV de plasma. E o Funk. O paganismo sexual. Sodoma e Gomorra e homofobias, templos evangélicos, igrejas hipócritas, terreiros com financiamento direto para “fazer o Santo”. O Brasil é síntese.

Mas a Europa ainda é a civilização: lá nosso ouro, prata, esmeraldas, mulatas, travestis. Que ópera Carlos Gomes conseguiria compor para que os povos, que nasceram cantando, ali se ouvissem nesta nossa época? O mundo nunca foi fácil. Tudo o que a ciência não explica, desconversa: isto é com Paulo Coelho... O mundo nunca teve jeito, é culpa da crudelíssima máquina cruel das reencarnações. Qual terá sido minha última reencarnação??? Tudo existe. Nada existe. No jogo das aparências, somos só jogo. Sabemos que a gente termina. Nesse meio tempo o jogo (a vida). Quanta gente morta jogando, hein?! A sexualidade, a doença mental, as diferenças de raças, deveriam ser: sexo livre, a alegria mental, o colorido das raças. Pueril? Infantil? O espírito conservador e liberal é um devorador: tem fome e não sabe produzir alimentos. Nesta fábula metafórica, as guerras são necessárias, digo: todo tipo de guerra, de luta, pois que anunciada está a barbárie: há uma fúria vinda por aí. O espírito conservador e liberal vai nos comer e morrer de indigestão. Esse é o jogo final. Eu vim para isso: para anunciar o desassossego.

28

O primeiro livro que eu li sobre a doença ainda chamada PMD – psicose maníaco-depressiva, foi UMA MENTE INQUIETA, autora americana, estadunidense, que se formou Médica Psiquiatra para estudar, compreender e aliviar o sofrimento silencioso e progressivo da psicose. Um filme inesquecível é UMA MENTE BRILHANTE, assisti sem conseguir segurar as lágrimas, e saí do cinema tremendo da cabeça aos pés, chorando, caminhando pelas ruas sem rumo, pois muito do filme eu já experimentara na minha própria pele. Também li os monstros sagrados da mente, FREUD, o pai de todos, e os discípulos Reich, Jung, R. D. Lang, mais contemporâneos como Rollo May (seu livro maravilhoso A CORAGEM DE CRIAR), já pensei estudar psicologia e virar um psicanalista, mas “ou isto ou aquilo” me alerta a sensata Cecília Meirelles, e minha contribuição é esta que aqui estou disponibilizando: rasgar a fantasia, jogar a máscara e, nu de certezas, verdades, diagnósticos, classificações em CIDS, enfim, ao aparato da civilização para etiquetar o mais rápido possível o incompreensível. “A loucura é o sol que não deixa o juízo apodrecer”, canta Maria Bethânia. Pois, vamos aos fatos: nem tudo são festa e poesia no dia a dia do bipolar. Ele precisa arrombar a porta e entrar no corredor, neste corredor há dezenas de outras portas, como num labirinto, então, que porta abrir? Onde vai dar? Haverá retorno? Em que porta estará de plantão o Minotauro? Mas em crise, tempo e espaço são meros detalhes, quase não se dorme, come-se muito ou quase não se come, os sentidos estão de aviso, alarmados, e a sensação de uma força estranha, poderosa, engenhosa, fazendo do perigo um parceiro, a crítica desaparecida, exposto na fragilidade e dando muito, muito trabalho ao Anjo de Guarda e aos anjos se os tiver ao seu lado: a família, os amigos, os colegas de trabalho, os companheiros de estudos. Invisível, deixa suas marcas. Sem possibilidades cirúrgicas em nossos dias, embora outrora os carrascos de plantão praticassem a lobotomia. AINDA HOJE, NOS MELHORES HOSPITAIS E CLÍNICAS, o abuso de poder numa falsa superioridade da parte do seu corpo clínico, que envolve a estrutura hierárquica de médicos, enfermeiros, atendentes, psicólogos, terapeutas, funcionários em geral, numa estrutura onde você está num campo em luta

aberta, mas é só você contra todos eles. O que é um manicômio? Não queira saber. É muito triste, é muito cinza, é muito frio, é totalmente inóspito e perverso – é ser jogado aos corvos. Um lugar onde todo mundo é um número etiquetado nas roupas e todo objeto de uso pessoal, lugar em que todos perdem a identidade, a noção, e pior, inevitavelmente agrava seu estado de saúde mental. A superação aos felizes convidados em suas altas é lenta, silenciosa e cheia de medo.

29

O ANO DA GRAÇA DE 1984 marcou um encontro definitivo com o reencontro de meu amigo da adolescência. Indo caminhar na beira-mar, na volta, ao atravessar a rua, escutei meu nome ser chamado: era o meu amigo tão querido que eu reencontrava, antenado na literatura e cultura geral, humor picante e inteligente, ali decidimos juntos nosso futuro, vamos fazer russo na USP? Em termos de bipolaridade o ano foi divino maravilhoso, sem crise, sem lenço, nem documento: um ano marcado pelo ritual de passagem em que se configurou para nós – a Universidade. Ano de estudar, consegui uma bolsa integral no Curso Objetivo. Das aulas, o que aprendia passava pro amigo, aluno dificílimo que não se contentava com as fórmulas mas queria saber a formulação como se dava, ano de longas caminhadas na praia, de bolsos duros, de alegrias puras, a nós veio se juntar outros amigos de priscas eras e, em janeiro de 1985, os vestibulares. Ano de milagre econômico porque tudo conspirava a favor desta grande mudança, eu vendia roupas, Snoopys (de pelúcia), fazia bicos e coroada foi nossa trajetória de estudantes das Letras, porque entramos nos dois vestibulares e pudemos escolher, e tenho certeza, foi a melhor escolha. Sobre a temporada encantada, e que me deu a dimensão exata do que representou para mim estes anos dourados como estudante de Letras de uma famosa Universidade Pública Federal. De 85, quando ingressamos via vestibular até a formatura do meu amigo, em janeiro de 1989, e até minha formatura, em janeiro de 1994, tive um grande “surto”, lá no Campus, em 1986, no segundo semestre, e outro “surto” em 1988, nas férias de julho, iniciado em São Paulo e desenvolvido em minha cidade, que me afastou do curso com trancamento especial de matrícula de 88 até 1991, período em que eu já considerava comprometida minha formação universitária e que, num grande esforço e verdadeiro “milagre”, retornei ao curso de Letras, até a colação de grau em grande estilo. Uma longa jornada premiada com a vitória, uma jornada nas estrelas que compunham o céu dos meus sonhos, um esforço gigantesco e uma determinada decisão a favor do fechamento de um ciclo, que se tivesse ficado aberto, creio que seria uma fatalidade para mim. Aluno muito popular no Campus e na cidadezinha, principalmente pela minha atuação em teatro, arte e cultura, a crise mobilizou

todos ao meu redor e, de certa forma, eu fora do eixo tinha uma incrível agilidade de gerar situações, a maioria das vezes cômicas, mas calcadas na frase capital: “seria cômico se não fosse sério”. Entre delírios, devaneios, insônias, encostos espirituais, ritmos alterados, situações insólitas ao meu gosto absurdo, os meus queridíssimos amigos estavam de coração apertado, pois “nosso amigo pirou!” e, no avanço da crise e diante das possibilidades de risco até fatais, o meu amigo conseguiu ligar para minha mãe amada que, já na manhã do dia seguinte ao bendito telefonema, chegava à Universidade para me levar para casa. Seu espírito iluminado e sua fé inabalável me trouxeram, depois de uma viagem alucinada, até nossa cidade, meu nome nos meios artísticos estava em alta, estreava no dia 09 de setembro, no Teatro Municipal, minha peça TEM CUPIM NA TORRE DA IGREJA, mas eu não pude ou nem quis assistir à estreia e os outros dias de apresentação, pois totalmente alheio e alienado eu me encontrava interno no Pronto Socorro Psiquiátrico do Hospital da cidade. Lá a estadia máxima permitida se dava em no máximo quinze dias até conseguir uma vaga em hospital, vaga difícil de surgir, e um médico medíocre e autoritário, sem autorização da minha família, me transferiu por sua conta pro mal afamado Hospital, um “manicômio modelo” onde definitivamente o inferno não era apenas uma figura de retórica, mas existia plenamente. O tal médico desgraçado levou um soco direto da boca de estômago do meu irmão, transtornado com a conduta do indivíduo, e tratou de me tirar de lá o quanto antes. Eu, em “viagem”, sofria muito sem saber o quanto sofria, pois ali os internos estavam à mercê da sorte e do jogo de cintura, como que presos com o agravante de estarem fora de seu juízo. Eu fiquei ali pelo menos uma noite – noite dos horrores, e um dia – e o dia seguinte até meu irmão assinar a alta forçada. Estes hospitais suspeitos até o último parecer clínico, verdadeiros caça-níqueis de verbas do governo, verdadeiros simulacros onde a loucura é tratada a pão e água, com “técnicas” abusivas, próximas a tortura, choque elétrico, agressões físicas direta ou indiretamente, a tal ponto que mais tarde, no governo, o hospital sofreria uma intervenção, funcionando a partir daí com padrões internacionais de qualidade de tratamento. Hoje é um prédio abandonado, habitado pelos fantasmas de pacientes como eu, que simbolicamente ali também morreram um pouco, pouco este que naqueles dias se pode traduzir como a alegria perdida, só reconquistada no tempo, com o tempo e pelo tempo: só recuperada porque tenho em mim um espírito forte, guerreiro e enfrentador das marés, e isto é de cada um para cada um, não tem receita de bolo, não tem

prescrição milagrosa, é tão somente o que vai pela coroa de cada um, pois pode ser o reino comum, os súditos comuns, mas o Rei só dá o xeque-mate no jogo levado no esforço sobrenatural, e é um jogo difícil, mas não impossível – trata-me Leão!

30

SEGUNDO DADOS da Organização Mundial de Saúde (OMS), de 2013, o transtorno afetivo bipolar atinge cerca de 2% da população geral, e é considerada uma das principais causas de incapacitação entre todas as doenças. Vinte e poucos anos atrás, minha principal médica psiquiatra projetava que, num futuro próximo, pelo menos um, em cada família, seria portador do transtorno ou de outras doenças da mente, como esquizofrenia, borderline, síndrome do pânico... E a profecia se cumpre. Pessoas do meu conhecimento e da minha amizade, que eu jamais poderia supor, hoje fazem tratamento com remédios e terapias a partir de um diagnóstico de depressão ou euforia. Segundo a ABRATA – e a ABP Associação Brasileira de Psiquiatria, em média, treze anos são necessários para um correto diagnóstico da doença, devido a tratamentos equivocados, ausência de comunicação entre os profissionais envolvidos, desconhecimento de como a doença se manifesta, gerando sofrimento para a pessoa portadora e para seus familiares. Desse modo, é fundamental que a pessoa que apresente a sintomatologia inerente à doença, não sendo necessários todos os sintomas, mas pelo menos três, passe por uma avaliação médica realizada por profissional com conhecimento sobre transtorno afetivo bipolar. Na verdade, isto tudo é muito bonitinho escrito, a realidade é bem outra. Com o tempo, houve muitos avanços e descobertas de condutas e tratamentos, de novos e preciosos remédios - de custo alto, subsidiados pelo Governo. Os manicômios mais perversos e hediondos foram fechados, ainda que outras clínicas e hospitais de fachada humanitária tenham seu funcionamento interno e privativo com propostas suspeitas e tratamentos agressivos, não só em lugares públicos, mas também em particulares. Posso dizer que já experimentei todos os pratos deste banquete, e que já comi de colher, de garfo e faca, de palitinho e com as mãos; com toda sorte de tempero e variado cardápio; e ainda experimentei a sobremesa. Muitas vezes senti que minha mente era um caldeirão em que experimentalmente os remédios eram misturados e dosados, na sorte de produzirem um efeito quase “mágico”, uma vez que clínico dependeria de vários fatores. Sempre penso nos pacientes que são sozinhos e obrigados a se ministrarem os remédios, as consultas, as terapias e todos os efeitos

colaterais. Aos pacientes de famílias pouco instruídas, que não têm discernimento para tratar ou até conviver com seus pares bipolares, que carecem de recursos – dinheiro, mesmo! – para os remédios e são tratados pelos postos de Saúde Mental, onde faltam médicos, psicólogos, enfermeiros, atendentes especializados e calor humano, pois os em crise, os crônicos, os pacientes são vistos quase como incômodos, pois a expressão exterior de cada um caracteriza uma persona, uma ação, uma necessidade totalmente individualizada, ao mesmo tempo em que comparativa. Se lembrarmos da dedicação e amor profundo dedicados às questões da psique, há, eu afirmo, variado tipo de tratamento e conduta médico-terapeuta, as consultas médicas particulares hoje estão para os bolsos da primeira classe, e as psiquiátricas não são diferentes. Não tem choro nem vela, ou você paga ou desce pro andar térreo, o chão que ainda é, infelizmente, a saúde pública. É uma vergonha um país de arrecadação gigantesca como o Brasil ter o modelo existente de saúde pública, JAMAIS DEVERIAMOS TER PLANO DE SAÚDE, mas um programa de saúde preventivo que atendesse a todas as especialidades e de forma ampla, geral e irrestrita a todos os brasileiros. Utopia? Não! Honestidade administrativa do poder público. Até prova em contrário, para mim, todos são devedores. Já fiz todo tipo de terapia, até tratamento com parapsicólogo, pilates - quando nem se sabia o que era isso, sessões de hipnose, regressão, psicanálise, florais, já estive em tratamento espiritual na linha Alan Kardec, levado em terreiros de umbanda, roças de candomblé, Seicho-no-ie, cultos evangélicos, missas e procissões, todos os tipos de mix, homeopatas, banhos de ervas, budismo, e me vem a lembrança de que eu era o próprio Cristo (Oxalá), o Anjo Perfeito da Seicho-no-ie, Buda, e eu tinha poderes sobrenaturais e, no limiar desta investida, em vários surtos, tenho certeza de que havia algo incompreensível, ao mesmo tempo que maravilhoso nestas sensações, visões, sentidos aflorados, sentimentos expandidos e uma força sem nome, sem juízo também, em que eu cavalo, levava na sela o guerreiro e sua espada a me conduzir e amenizar a minha dor. Aos sobreviventes como eu, isto tudo é uma grande riqueza e determinou uma vida, a minha vida – até hoje tomo remédios, ESTOU APOSENTADO POR INVALIDEZ POR DOENÇA INCURÁVEL.

31

“A causa exata do transtorno afetivo bipolar é desconhecida. No entanto, estudos sugerem que o problema possa estar associado com um desequilíbrio de substâncias químicas do cérebro, tais como noradrenalina e serotonina entre outras substâncias químicas que refletem uma base genética, ou hereditária para o transtorno”[4]. Pelo sangue das gerações, a doença se prepara e se manifesta generalizando naquele instante “X” que a deflagra desvairadamente e varre a lucidez pros porões da loucura, e tudo de repente vira do avesso, do aquário quebrado em pedaços a água cristalina jorra por todos os lados e se mistura à poeira, à sujeira, ao chão e refazer o aquário, muitas vezes, se torna uma missão impossível – ainda mais no belo e no terrível e ainda desconhecido de todo, o cérebro. “Estima-se que metade dos portadores abandona o tratamento pelo menos uma vez na vida durante o curso da doença, e que 1/3 abandona o tratamento em momentos nos quais os sintomas se manifestam. Interrupções frequentes do tratamento podem provocar resistência aos medicamentos, sendo que a piora da enfermidade favorece O RISCO DE SUICÍDIO em 10% a 15% dos casos”. Uma doença mortal, zombeteira para os “normais” e que avança silenciosamente, o que intriga os pesquisadores, os profissionais, a legislação – a garantir direitos e deveres aos pacientes – aos familiares também sem preparo e às vezes – muitas vezes – caindo um a um no drama do bipolar, como mesmo no meu caso, e as lutas travadas para amenizar o preconceito, para buscar a solidariedade, para entrar junto na guerra mental contra a imobilização que o transtorno pode provocar no paciente e em tudo ao seu redor. “Alguns estudos estabeleceram relações entre determinadas atitudes familiares e a evolução da sintomatologia da doença. Em família com membros portadores do transtorno afetivo bipolar, é comum aparecerem no relacionamento familiar, indutores de episódios de mania, hipomania e depressão, tais como: falhas de comunicação, superposição de papéis e estruturas (perda da hierarquia familiar), impaciência, hostilidade, negatividade, desqualificação da comunicação do outro, etc. Os sintomas também podem ocorrer sem uma causa aparente identificável”.

[4] Fonte: ABRATA. Transtorno Bipolar: Manual Informativo. 2013. Disponível em: https://www.abrata.org.br/site2018/wp-content/uploads/2018/01/OS-2349-Manual-Paciente-Abrata-3-BIPOLAR-12-01-12.pdf

32

Estar se sentindo um “ILUMINADO” em quase todas fases manias eufóricas eu provei. Difícil de descrever, algo como estar levitando a alguns milímetros do chão e que só você percebe isto, de braços dados com os deuses, poderoso para mover montanhas e abrir os mares, fazer chover e promover curas e não mais querer dormir, pois grande perda de tempo, ao mesmo tempo em que tudo fica literalmente mágico, e se convive com duendes, com Ondinas, com salamandras. Deixa de existir o impossível e toca-se de alguma forma no Sagrado muito além de qualquer religião. Volta-se no tempo até a gestação do planeta, até a dimensão infinita do Universo, até os extraterrestres, até esperar a chegada misteriosa da nave Mãe, e sucessivos maravilhosos delírios, indescritíveis infelizmente, puros de outras dimensões ou do cérebro ou da alma a se deslocar, sentir o lá do Universo, ir às ilhas das fantasias e de uma sexualidade indomável, irrefreável, a vagar em ruas, vielas, becos, bocas, a encontrar parceiros. O “surto” de 1986, 2º. semestre, deflagrado em plena Universidade, rapidamente foi contido, e até superei os péssimos tratos no manicômio. Superei é modo de falar, está comigo. Fundo, no meu inconsciente. Voltei às aulas em 1987, cursando todos os dois semestres regularmente e com ótimos rendimentos escolares. Iniciei os ensaios de “A Cantora Careca” já com muito crédito, porque em 1985 minha peça estreou com 1.500 pessoas na plateia e tornou-se um dos maiores sucessos do teatro na Universidade. Com esta fama, investi furioso na montagem da peça “A Cantora Careca”, de quem recebi uma carta do autor. Em 1988 vivi outro tremendo sucesso, mais refinado e muito cômico, a plateia veio abaixo. Estava indo muito bem no meu curso de Letras. Ao sair de férias em julho, e já de férias em nossos lares, a eterna volta ao lar, eu e meus amigos fomos a São Paulo participar da Bienal Nestlé de Literatura, da qual éramos assíduos, e ficamos instalados no pequeno apartamento de um meu amissíssimo professor universitário, morador no Rio, Mestre e Doutor, Pós Doc, Titular e que, infelizmente, já faleceu, em plena função e produção singular na academia. E lá surtei bonitinho: resolvemos ir a um famoso padre parapsicólogo atuante na Igreja da Consolação, fomos eu e um que era ligado às questões esotéricas, chegamos muito cedo porque o padre era muito

procurado, havia neste tempo uma corrida à Magia, e lá estávamos nós. Meu amigo entrou primeiro e cinco minutos depois, voltava meio indignado. Eu entrei e fiquei um tempo enorme, o Padre usou um pêndulo, uma pedra, me ensinou respiração e questões sobre o sono, falou de poderes sobrenaturais, e não prestou: saí de lá mais mágico do que nunca, mais acima do chão do que nunca, acrescentando que reencontrei um antigo "caso", um bailarino que morava num kit num andar muito alto e que fazia ginástica simplesmente do lado de fora da varanda, deixando-me completamente fora de órbita, e se este cara cai, o que vou dizer? Mas ele não caiu, fizemos um sexo delicioso, e saí na manhã seguinte a sobrevoar São Paulo como uma pomba branca saída das mãos do Papa, seguindo veloz pelos céus do Vaticano. Daí desencadeou-se mais uma fase de euforia, na velocidade "da luz", e meus amigos voltaram pra Universidade sem mim. Desta vez foi uma longa ausência, do segundo semestre de 1988 a 1991, tempo em que colaram grau os dois amigos, ficando em mim a sensação do fracasso e da perda, em tratamento profundo, retorno ao trabalho local, tendo inclusive conseguido uma vaga como Chefe do Departamento do Pessoal numa empresa de carros, vendas e prestação de serviços. Em 1989 eu fui convidado pelo dono da empresa em que trabalhava para gerenciar todas as filiais do Grupo e, diante deste "sucesso" que despertou ciúme e inveja em colegas e até no gerente da nossa filial, fui inesperadamente e surpreendentemente demitido pelo gerente alemão nazista que guardava esta vaga de gerente geral do RH pro seu filho. Ele armou uma armadilha para criar uma situação de demissão súbita e sumária. Saí de lá enlouquecido, babando de raiva. Pegando um vale, subi para São Paulo sem aviso prévio a minha mãe, o dono da empresa me recebeu e friamente me disse que o tal gerente era seu amigo de infância e não tinha como ficar do meu lado – e assim a demissão e o sonho de ampliar meu trabalho e melhorar muito meu salário, desmoronou em queda livre. Sensação de rasteira, de bote de cobras venenosas, estopim para uma das mais perigosas crises que vivi, pois dali, em vez de ir para casa e dar a triste notícia da minha demissão, eu perambulei pelas ruas de São Paulo e suas noites, e já exausto, embarquei na Rodoviária do Tietê para a Cidade Maravilhosa do Rio de Janeiro, levado não sei por que busca, apenas por uma estranha sensação de fuga, o pensamento a toque de caixa, para muito além de qualquer interpretação ou explicação. Apenas fui.

33

O episódio do Rio de Janeiro, em que para a família e os amigos eu figurava como desaparecido, durou perto de uns dez dias (da saída “em surto” do escritório de São Paulo da empresa em que eu me empregara primeiro para fazer o levantamento do patrimônio, e depois como Chefe do Departamento do Pessoal) passou para as histórias da família como um dos mais difíceis momentos para todos: cheguei sem eira nem beira à rodoviária do Rio, e ali, mal desci – era de madrugada – já fui assaltado, me bateram até me deixar caído e desapareceram para sempre da minha frente, marginais covardes de um tempo sem sol. Não é de hoje a história da marginalidade e da bandidagem em nosso país, em todos os níveis. Os dias no Rio, sem memória e sem porquê, transcorreram fora do eixo e à mercê das horas e das situações. Comia quando conseguia, andava, andava, andava, pegava ônibus sem pagar, desafiava a noite, os seus perigos e queria chegar ao Cazuza, dizia-me seu namorado, o meu menino encantado! Uns dias depois e acordando na praia de Copacabana, avistando um orelhão milagrosamente lembrei-me do telefone do serviço em que minha irmã, gerente de uma grande Construtora, trabalhava e disquei, minha irmã levou um susto: - Pelo amor de Deus, onde você está? A resposta saiu leve e tranquila: - Estou em Copacabana, tudo bem? Ainda em um semi-surto, vamos dizer assim, mesclando períodos de alguma lucidez com desvarios e delírios, começou aí uma força tarefa para o resgate, que levou dias, até ser concluído com sucesso. Desde o primeiro telefonema eu continuei a manter um contado diário com minha irmã e uma amiga comum, mas eu telefonava de lugares muito diferentes e também muito distantes, num tempo em que só existia o telefone. Minha irmã me orientava para ir até o aeroporto, e lá comprar uma passagem de avião até São Paulo. E lá fui eu sujo, fedido, verdadeiro molambo no guichê, mas ao contrário de solicitar uma passagem para a ponte aérea, eu simplesmente contratei os serviços de um jatinho particular com destino só de ida para nada mais, nada menos, do que Roma. Precisava urgentemente falar com o Papa. Dei o telefone da minha irmã para o atendente, que já me olhava totalmente suspeito, e minha irmã quase caiu da cadeira com a ligação, suspendendo totalmente o contrato, explicando que eu era doente e estava desaparecido, e

pedindo a ele que me fizesse embarcar num voo para São Paulo, que ela me encontraria lá, mas nada foi fácil assim... Porque me senti imediatamente perseguido pela segurança do Aeroporto e tratei de sair dali rapidinho. Os contatos voltaram à etapa zero. À noite deste dia de estripulias, houve um violento temporal, raios e ventos fortes, estrondos assustadores e, em meio à tempestade, com medo e sem rumo, andei pelas ruas desertas e acabei num quartel de bombeiros. Não sei como nem porque foram com a minha cara e ouviram minha história. Consegui dizer que estava desaparecido, e um segundo milagre aconteceu, veio à memória o telefone da casa do meu irmão. No corpo de bombeiros, tomei banho, deram-me comida, eu estava desesperadamente faminto, e passei a noite em claro fazendo todos os pobres bombeiros cantarem comigo noite adentro. Lembro muito de estar numa noite num lugar onde havia muita gente, como numa festa que está bombando, e do meio daquele povo desconhecido, um menino de uns dez anos me perguntou se eu estava com fome, eu disse: “Muita fome” e ele saiu e voltou logo depois com um lanche. E novamente desapareceu em meio à multidão. Finalmente minha irmã, meu primo e um amigo conseguiram chegar ao Rio e me trazer de volta pra casa. Embora saiba que tenha passado pelo Amarelinho, pela galeria Alasca, pela casa de show Circo Voador em que sempre se apresentava, passei muito longe do meu namorado, o Cazuza, que flertava comigo com suas músicas poéticas e contundentes, com seu despudorado e invencível deboche, cantando um mundo em que “o mundo não para”.

34

Um MANUAL PRÁTICO DO BIPOLAR é um livro que vinha querendo escrever e que nunca consegui. Espero conseguir agora, porque é um livro que remói meu pensamento, meus sentimentos, meus sentidos, minhas sensações e cuja narrativa envolve situações, exposições e pessoas próximas ou distantes, mas que pertencem a este fenômeno em que, felizmente, há luz no final do túnel. Isto é, no meu caso e nesta história que venho trazendo em ondas à praia das minhas impressões, generalizações, contextualizações, a sair em fibras dos meus nervos flambados à flor da pele, e que nem todos tiveram a mesma sorte que eu, com a decidida importância da família, dos amigos, dos colegas, e de todos os lugares em que estive e passei arrastando comigo águas nem sempre cristalinas, enxurrada de águas turvas e escuras, barrentas como as ressacas. Depois que se ia a euforia, eu mergulhava em profunda depressão, em que levava meses para voltar à tona, tomando remédios muito fortes, com todos seus efeitos colaterais, em enormes crises de choro, com muito sono sem sonhos, derrubado pelos soníferos e suportando, só Deus sabe como, as perdas em todos os sentidos. É mais na fase da depressão, com terrível falta de sentido para continuar vivendo, que os bipolares se suicidam. Por outros motivos também, como por exemplo, errando na dosagem dos remédios de faixa preta, vermelha, ou mesmo sem faixas. Com a angústia da ausência de força para vencer a dor indolor e horrível da depressão, o peito dolorido, a impregnação que “paralisa” o pensar, o sentimento de estar à margem da vida, isolado, negativo, financeiramente dependente, o afastamento de pessoas queridas, a desconfiança de todos à volta, então, para não recorrer à prática suicida que é na verdade uma saída fácil, eu me agarrei primeiramente ao amor generoso e infinito de minha doce mãe. Finquei pé nas pessoas ao meu redor, às quais serei sempre grato. A minha vida de artista. Minha cumplicidade sem reservas pelo amor à vida, algo sempre a ser avistado por mim. A fé herdada por todos nós da família de nossa Mãe. Qualquer ato produzido para mim, ganhar um disco de Gal ou Cazuza, uma visita com chocolates, os dias em casa, com as horas pingando no conta-gotas, as pequenas primeiras saídas, os dias de licença dos hospitais, já passei aniversário internado, e internado já

passei Ano-novo, contar o dia a dia nas internações tão diversas umas das outras não me parece justo neste MANUAL PRÁTICO em que intento chegar aos bipolares e todos que em torno deles gravitam como um passageiro deste trem lotado, e já somos muitos, infelizmente. Porém é sempre bom lembrar o lado iluminado, das mentes inquietas, das mentes brilhantes, das figuras quase sempre muito carismáticas que somos, dos talentos que vêm com a doença – o cérebro privilegiado para muitas coisas que nos dão destaque – no meu caso a arte e a cultura, primeiro, e a educação depois. Quero abraçar você e dizer com convicção que na roda viva podemos, sim, sair da crise e dar a volta por cima; sair não inteiro, mas colado nos pedaços que, dependendo ainda de nós, poderemos receber água e receber a rosa da felicidade, de novo e sempre, não importa quantas quedas, porque nos levantaremos a cada uma das caídas, mais fortes, mais guerreiros, mais verdadeiros e, ouso dizer, mais irresistíveis.

35

NÃO QUERO NEM POSSO NEM DEVO fazer uma apologia da bipolaridade, a doença dos gênios, a doença dos Magos, a doença do século, nada disso. Como leigo – sem formação médica ou psicológica acadêmicas – e exclusivamente a partir da minha vivência com o transtorno que neste ano de 2021 completará 43 anos, em agosto próximo, eu quero, na verdade, compartilhar esta experiência como soma e que se multiplique com a crítica e a contribuição de quem sinta, como eu, esta necessidade em dividir o tema a favor de um entendimento maior, mais significativo e mais aproximado de um equilíbrio não com uma cura, quem sabe se tenha num futuro próximo? Mas, que pelo menos consigamos estar entre os outros a favor da vida e com paixão, porque, sinceramente, o preço pago é muito alto. E ninguém merece. Em 1985 saíram os resultados dos exames vestibulares e passamos os dois. Principalmente pela questão financeira, escolhemos a – Universidade Federal para estudar uma graduação. Não é luxo algum acreditar que nestas doenças mentais tão diversas e tão próximas somos os sabotadores de nós mesmos, a aceleração do cérebro e a pluralidade do talento, no meu caso totalmente ligado à arte e à cultura, com uma guinada quase que desesperada pela graduação em Letras. O que teria sido de mim sem isto?! Não sei, não quero discutir aqui caminho pisado, caminho percorrido – mas jogar minha âncora lá na frente. Em busca de um sonho sempre fortalecido não como tábua da salvação, mas como tábua das marés cujas ondas sobem e descem e criam suas ressacas. A crise deflagrada em pleno campus movimentou o mesmo em todos os sentidos: todo semestre pelo menos um aluno “pirava o cabeção” e a bola da vez era minha agora. Eu, à época, participava - fora os estudos que a princípio deveriam ser o mote da minha estada na Universidade - do grupo de teatro que eu fundei e do qual fui seu diretor artístico, também editava o jornal de arte e cultura, criei um coral, produzia o show de um grande músico da Região, participava ativamente do Centro Acadêmico e do Diretório Central dos Estudantes. Lancei um livro como nos velhos moldes da poesia marginal e nem percebi que estava atolado da cabeça aos pés e na boca do surto: nestes mesmos dias de grande adrenalina e alta ansiedade estreava com grande estardalhaço na mídia de Santos e região meu texto “TEM CUPIM

NA TORRE DA IGREJA”, com estreia no complexo cultural. Embarquei surtado para a estreia, mas para mim não houve estreia alguma, eu estava em outras ondas, internado no Pronto Socorro Psiquiátrico, em fase mania, e põe mania nisso, pois ali eu só queria conversar com um velhinho que eu tinha total convicção que era Carlos Drummond de Andrade.

36

Hoje a “equipe” familiar é bastante treinada para os chamados de salvamento imediato, todas as unidades estão sempre de alertas ligados e, ainda assim, como num encantamento, a doença desliza, dribla e mete gol, colocando mais uma vez tudo em jogo. Quantas vezes isto pode se repetir? Com a palavra os profissionais. Neste MANUAL PRÁTICO DO BIPOLAR eu quero estar muito próximo dos portadores e não aliviar suas dores, mas deixar escancaradamente uma porta aberta, uma janela aberta e um sinal de luz no final do túnel, que poderão ser muitos túneis no decorrer dos tempos, mas que no meu caso, esta LUZ sem nenhum medo de errar, acendeu-se com minha imersão na arte e na cultura, com minha realização nesta “varanda gourmet” da minha vida e tendo, em tudo que eu faço, a palavra como doce irmã, a palavra escrita, falada e cantada, e por isto a ela me rendo: a ti, palavra! Primeiro a literatura, depois o teatro, então a música e para ajustar tudo ao pé da letra, o jornalismo cultural. A língua estrangeira, minha secreta pátria francesa. A palavra é meu grande caso de amor. Com ela flertei, namorei, noivei e assinei um eterno enquanto dure contrato de casamento. O CANAL é dever e direito do bipolar e da humanidade: desesperadamente, que seja, precisamos descobrir a que viemos, para ficar mais fácil a jornada para onde vamos. NÃO SOU GURU mas levo na minha bolsa de Canguru toda uma bagagem que alimenta e dá frutos, nada melhor que a metáfora nestas horas: quem semeia colhe, e quem colhe escolhe como será seu pomar, por que todo fruto é sagrado, todo altar é sagrado e toda vida é sagrada – pois nascemos todos, sem nenhuma exceção, da vagina e com o destino selado nas palmas das mãos, o primeiro tapa na bundinha do nenê gera o primeiro choro anunciador da Vida e estabelece um plano de existência. Aí a terra está pronta para começar a semear, seja uma pequena horta ou um grande cafezal, pois o sonho de cada um varia na mesma proporção em que este viajante se coloque como Sujeito ou objeto de sua estadia. Nos anos mágicos e rebeldes da época de ouro da Universidade – em que éramos cada um para cada um o próprio ouro – de volta ao eterno retorno a esta cidade, o meu rompimento definitivo com a Universidade dá-se na páscoa de 1994 – e esta data é muito simbólica para mim. Páscoa eu entendo como renascimento. Vida paixão, morte e

ressurreição. É preciso morrer para volver à tona, e quantas vezes em vida não morremos? Das cinzas ressurgimos, e os que se prestam a este serviço da existência ganham coragem, força, depuração dos talentos e liberdade para voos maiores e mais altos num céu sem limites: no limite e no limiar de cada um.

37

Vendi todos os meus livros e fiz um caixa para vir passar a Páscoa de 94 com minha mãe, meus irmãos e minha menininha. Tempo em que nem telefone fixo tinha em casa. De um orelhão liguei a cobrar para uma amiga de São Paulo, que me intimou ir a Sampa, pois tinha um convite para me fazer! De casamento, será? Brinquei comigo mesmo. Fui. Lá o convite era irrecusável, ela, com uma amiga, ia inaugurar um teatro e eu tinha trabalho como assessor de imprensa e promoter do bar. Nem voltei para a Universidade para buscar meus trapos, meus tratos, para mais uma das dezenas de despedidas, o cordão umbilical da mãe universidade finalmente se cortaria, definitivamente e para sempre. Pois que ali, daquele convite, já me arrumei e teria um horário assim, das 12 às 18h no escritório do teatro, fazendo a assessoria de imprensa, e a partir das 18h até fechar o bar, como promoter. Trabalhando com a palavra e no amado meio artístico-cultural, pareceu-me um passaporte para a felicidade ampla, geral e irrestrita: O teatro funcionava de segunda e terça com peças de teatro, e de quarta a domingo com shows musicais. Ali estavam, ainda no anonimato, Chico César, Zeca Baleiro, Rita Ribeiro, Mônica Salmaso, Regina Machado, e circulavam os famosos Marisa Orth, Cláudia Raia, Edson Celulari, a todo instante um nome consagrado baixava ali no nosso terreiro e uma energia fantástica arrolava a todos, e então não parecia que eu estava no lugar ideal?! Para minha digníssima bipolaridade, não! Ano de Copa do Mundo, aos poucos, desde a minha “estreia” no teatro, uma leve e subjetiva depressão começou a se alimentar mais das coisas negativas do que das positivas e fui armando meu novo poço. Isto foi crescendo a uma velocidade de cruzeiro em que eu me sentia incompetente no cargo de assessor de imprensa, que eu considera inconveniente morar com as meninas e não conseguir alugar pelo menos uma quitenete. Ainda fui morar num quitenete com um ator obeso e produtor teatral executivo, que passava a madrugada fazendo ligações para saber número de sapatos, tamanho de roupas, etc. e tal, para o trabalho dele, e em virtude de seus desesperados regimes para emagrecer, eu não podia ter nada na geladeira que o transtornasse. Todo mundo muito louco, mas só eu tomava remédio. Todo mundo muito artista, mas só eu longe dos palcos, embora escrevendo o que era possível e o que me

vinha, principalmente poemas e algumas canções em parceria. Mas quando a euforia mundial da Copa 94 terminou, eu já estava tomado pela angústia, pelo medo, pela covardia – tenho que admitir! – em enfrentar o dragão, e mesmo no meu nicho, vivenciando as mais incríveis situações, pois pelo meu trabalho de assessor tinha que viver nas redações dos jornais, das revistas, das emissoras de TV, pendurado no telefone, no fax, nos releases, falando por exemplo com João Nogueira, conhecendo pessoas muito especiais e muito talentosas, também, e ainda assim, vivendo tudo de bom, tudo do melhor, o autoboicote fez presença em mim, mais uma vez. E só sabia rezar na cartilha de retorno, o eterno retorno e cantar desafinado com Roberto Carlos, “eu voltei agora pra ficar/ porque aqui é o meu lugar...”. E se querem mesmo saber, eu entendi menos ainda. O rapaz que me trouxe quis retornar a Sampa imediatamente e eu não sabia se ria ou se chorava, enquanto minha mãe preparava alguma coisa para eu matar a minha fome. Estamos em junho de 1994. Um tempo vivo, e muito vivo em mim, porque na memória está nossa caixa preta, e é pela memória que existimos, aprendemos, aguçamos os sentidos, acolhemos os sentimentos, separamos o joio do trigo, afinamos nossas vidas e refinamos nossos sais. Nos dias em que trabalhei no teatro, poucos dias, mas intensos, num tempo de guerra, num tempo sem sol para mim. Quero que entendam como a doença se manifesta e age nas engrenagens das sinapses e curto-circuito da química cerebral, pois eu estava onde eu sempre quis estar, em São Paulo, minha terra natal e a maior cidade do país em todos os aspectos, fazia um trabalho que tinha domínio, escrever e divulgar, estava no meu mundo, entre artistas, conhecendo muita gente interessante, com meus grandes amigos comigo, junto comigo, com todo um SIM do Universo e meu universo simplesmente disse NÃO. Subliminarmente e nas entrelinhas leia-se: MEDO! Um puta medo de ser feliz. Ser um vitorioso. De conquistar meu lugar ao sol. De receber e dar o que espero ainda da vida – embora hoje já em outras condições, porque na viagem do tempo há muitas estações espaciais, a nave que me cabe esteve como naquele iconográfico seriado Perdidos no Espaço, totalmente desgovernada e ao bel prazer num disco-voador. Em breves palavras: eu vi o arco-íris, segui o seu caminho, encontrei o pote de ouro e despejei o ouro no ralo. “Cante sua aldeia, e cantarás o mundo. Cante o mundo e cantarás sua aldeia”.

38

Espiritualidade, espiritismo, candomblé, umbanda, mesa branca, quimbanda, planos espirituais, festas de Santo, giras, trabalhos, saúde amor trabalho e prosperidade, guias, velas, preto velho, marinheiro, baiano, cigano, boiadeiro, exu, erê, ogã, cantoria, atabaques, copo com água, baralho, orações, visões sobrenaturais, você vê coisas? Você ouve coisas? Remédios para conter a alucinação, a iluminação: tenho muito medo, doutor, medo de não ter mais medo nenhum e me atirar... No poço? Não, no mundo entre os mundos, ir fundo nos mundos, hare krishna, hare rama, em nome do Pai, em nome do Filho, em nome do Espírito Santo, amém! Pareceu-me uma pessoa centrada! Mas como é isto, o que é ser centrado morando num planeta solto no universo e com a certeza de que a morte é certa para todos, graças a Deus! Banhos de pétalas de rosas brancas, vermelhas, banhos de sal grosso, banhos de ervas, cada cabeça sua coroa, Jesus em breve vai voltar, o Anjo Perfeito de Masaharu Taniguchi, batizados, ninguém é o dono da verdade, Glória a Deus nas alturas e paz na terra aos homens de boa fé, tudo é relativo aos costumes do lugar, Terra: o bosque do Universo, enfim, enfim, me ajudem querubins e serafins, como diante de roleta russa religiosa ou ateia nos colocamos diante das nossas vidas a buscar um altar? Tupã, Baco, Buda, Oxalá, de que estrela nós viemos? Para que estrela nós voltaremos? Na fase mania os caminhos se cruzam, respostas com perguntas sem respostas, eu sempre fazia uma analogia, você pode escolher a rádio AM e a rádio FM e, em qualquer das escolhas, procurar a rádio que lhe dê o que procura e, ainda assim, uma revoada de pássaros sobrevoa seus quereres, a religião acaba sendo conforto, mas também, quando exercida com fanatismo, pode desabar suas estruturas nada leves sobre você. Nos caminhos cruzados e nas encruzilhadas da fase mania dispende-se uma enorme energia porque o cérebro “fabrica” toda uma dimensão que só você vive naquele momento e, ao mesmo tempo, de difícil compreensão para o resto dos pobres mortais. Feito um deus pagão, você desafia os seus próximos, a sua natureza e, ainda muito mais perigoso, você desafia a sua própria vida. “Loucura pouca é bobagem” canta sua canção Rita Lee Jones. Isto é um fato que sempre me intrigou: eu, desde os 18 anos tomando drogas lícitas para conter a minha loucura e a moçada de todas as

idades chapando o caneco com todo tipo de droga, da cheirosa maconha, ao brilho da cocaína (farinha), aos ácidos, aos chás de cogumelos buscando uma loucura transcendental e legítimos foras da lei numa equação que ainda não assimilei, não compreendi e não questionei – mas apenas observei e observo. Psicos do mundo todo, uni-vos! Aqui não é divã de analista, muito menos consultório de psiquiatra, nem ainda gira, festa, sessão, culto, este é um espaço que me dou de presente e dou a você também, para nos reconhecermos como amigos da mesma estrada, que vem de longe e para longe vai, como um Caminho de Santiago e suas revelações. A sexualidade, a religião, a família, o trabalho, em conjunto ou até mesmo separados, criam um caldo borbulhante e misterioso, como num caldeirão de uma bruxa, que mexido e remexido dá-se a beber como num cálice sagrado e, então, a cada um o efeito se efetuará e se instalará acima dos conceitos, das éticas, dos sabores, das visões, como um fio de água que conduz a eletricidade e produz um choque – é um choque assim de origem diversa e plural que desperta o gigante adormecido, o vulcão que então entra em erupção e vomita suas lavas em fogo vivo sobre tudo e todos, e como em Pompeia, faz de humanos seres de pedra. Veloz como um vendaval, varre tudo a sua frente, tempestade de granizo sobre telhado de vidro – há um fluxo e refluxo que sobe e desce na consciência sem trégua, sem folga, espantosamente acelerado, você já não consegue mais dormir, nem ficar acordado, tudo de repente pode acabar num colapso nervoso como o que tive numa das várias internações, em que fui enrolado em vários grossos cobertores molhado de água quente, com risco de vida o que não aconteceu graças a rápida ação médica e a competência dos enfermeiros: eu poderia ter morrido ali.

“Com o avanço das medicações no tratamento da doença, diminuiu bastante o tempo que era despendido em hospitalização do paciente; assim sendo, foi delegado à FAMÍLIA o papel de ‘CUIDADOR’. Para que este papel seja adequadamente desenvolvido, a família necessita ser esclarecida sobre a sintomatologia da doença, o uso correto da tomada de medicações prescritas pelo médico, a manutenção de rotinas diárias como horários para alimentação, sono e atividades de trabalho e/ou estudo, e o que desencadeia sintomas por meio de relacionamentos nocivos, já mencionados. A participação da família no tratamento do portador do transtorno afetivo bipolar é um fator importante na prevenção de recaídas e, consequentemente, no incremento da qualidade de vida para o portador e para a própria família como um todo”[5]. Na luta antimanicomial dos nossos dias, o corretamente político é o tratamento caseiro, a família no papel humanitário de tratar de seu parente adoecido numa doença hoje bem mais conhecida, com remédios, terapias, etc. Mas é também uma discussão polêmica quando se coloca a questão da família se transformar, ela também, num manicômio, pois sem uma formação profissional, supostamente existente nas clínicas e hospitais, nem sempre os familiares conseguem lidar vinte e quatro horas com um paciente vítima do transtorno. No auge de um processo mania é praticamente impossível apenas a família dar conta de reverter o quadro, então aí é inevitável a hospitalização, até por segurança do paciente, que sem crítica se expõe a toda sorte de perigo, como já fartamente colocado em vários momentos deste Manual. Agora eu considero bem “punk” os primeiros dias de internação, é tudo muito confuso, a gente não sabe de imediato onde está, principalmente quando chega em camisa-de-força e tendo despendido todo um super esforço mental e até físico no processo inicial da internação, muitas vezes acontecido com golpes como a gravata, realizados por enfermeiros musculosos mais parecidos com atletas de fisiculturismo. Um jogo de dados, com todos os seus lados ainda a serem discutidos em busca de uma saída, porque também depende das condições culturais e educacionais dos componentes da família para o cuidado dentro das necessidades que o transtorno exige.

[5] https://www.abrata.org.br/site2018/wp-content/uploads/2018/01/TRANSTORNOAFETIVOBIPOLAR.pdf

40

“A psicoterapia familiar é indicada para que portadores e familiares consigam identificar, em suas relações cotidianas, atitudes e comportamentos que possam predispor ao desencadeamento dos sintomas. As atividades de orientação psicoeducacional, por sua vez, concorrem de forma significativa para difundir e compartilhar informações sobre a doença e seu tratamento entre portadores, familiares e amigos para, fundamentalmente, alimentar a esperança de um momento presente e futuro mais promissores a todos os envolvidos”[6]. Naturalmente, para um grande número de famílias, isto é uma utopia. As psicoterapias não são baratas e nem os planos de saúde as cobrem inteiramente. Menos ainda são disponibilizadas pela saúde pública, ou quando isto acontece, é um serviço ainda precário. Eu, por várias vezes, iniciei-me nos processos de análise e psicoterapia, nunca, entretanto, até ter uma alta. Eu sempre me dei alta forçada, por um motivo ou por outro, quando o bicho estava pegando, eu saía fora: porque a terapia pega leve no comecinho, mas vai lhe encostando na parede lentamente, até pegar pesado e lhe por frente a frente consigo mesmo. Mas o motivo maior sempre foi mesmo o financeiro, pois a análise deve ser feita pelo menos duas vezes por semana, e o preço por sessão varia de profissional para profissional. Às vezes o psiquiatra também exerce o papel de psicólogo, porém eu sempre que pude gostei de que cada um cuidasse de sua especialidade. De várias vezes que pude buscar ajuda psicológica, estive em boas mãos, coincidentemente, dois junguianos. Estive no consultório de outra psicóloga num momento em que apresentei sinais de ótima recuperação e tão bem fiquei que a psicóloga não percebeu que eu escorregava para a euforia, mais uma vez. Eu a chamava de fotógrafa, sim, dizia: vamos fazer um “clic” nesta situação, e assim por diante. Também fiz um tratamento esquisitíssimo com um parapsicólogo: houve uma primeira sessão com toda a família, inclusive com a pequena, neste encontro inicial havia junto com o parapsicólogo uma médium, e esta, em transe, regressou até o parto, minha mãe sentia muita dor e sofria muito, a médium e o paranormal iam conduzindo a sessão. Numa das várias internações em que estive, lembro-me perfeitamente de também ter feito regressão até o parto, e eu, ainda em surto, ficava procurando pelos cantos da

clínica “meu filho”, pois num processo alterado de consciência eu tinha me parido – era muito estranho e o aparato clínico acompanhava tudo. Estive no candomblé, na umbanda, na mesa branca, na Seicho-no-ie, na igreja evangélica, nas missas e procissões, tudo minha mãe tentava, pois queria seu filho curado. Ela não se conformava que a doença não tinha cura, porém, pelo menos, que eu ficasse consciente e lúcido.

[6] https://www.abrata.org.br/site2018/wp-content/uploads/2018/01/TRANSTORNOAFETIVOBIPOLAR.pdf

41

DE VOLTA PARA CASA em 1994, pós Teatro na minha vida e última vez que morei em São Paulo, embora até hoje sonho em voltar para lá, estava eu licenciado em Letras, o que já era alguma coisa, e desempregado, o que na verdade foi por pouco tempo. Uma parente do meu amigo – novamente nos reencontramos – sabendo de minha volta e já como professor formado de língua portuguesa e suas literaturas, comentou que a Prefeitura estava precisando urgentemente de um professor e não estava encontrando. Fui lá conferir, e após análise dos documentos e entrevista, dia 31 de agosto de 1994 eu me iniciei no magistério, onde fiquei até 01 de dezembro de 2013, quando fui aposentado por invalidez. Soube da aposentadoria pelo meu irmão que, com um amigo, foi me visitar – eu estava nos últimos dias de internação num hospital do interior. Minha mãe tinha feito 85 anos em 03 de setembro e falecido no dia 05 de setembro. Eu, como no velório do meu pai, repeti a cena de alheamento imperceptível e absolutamente surtado. Mas de novo tudo foi num crescendo, eu fiquei desaparecido por uns quatro dias, cidade vizinha, e meus queridos familiares entraram em grande desespero, procurando-me em todos os amigos, em todos os lugares habitués, e até no necrotério. Nada. Eu simplesmente tinha sumido do mapa. Enquanto isto, lá na cidade vizinha, eu vagava como uma alma penada pelas ruas e, enfim, vim a pé, pela praia, até minha casa. Quando a porta abriu, quem abriu foi a minha sobrinha: – Tio!!! Pelo amor de Deus, onde você estava este tempo todo?! Eu estava todo sujo, cheirando mal, mijado, cagado, uma tinta verde escorrendo pela minha perna e pelo pé, um trapo, um morador de rua, um mendigo, extremamente exausto, física e mentalmente. E ainda fora de mim, nas órbitas em torno do real, lua minguante em noite profunda e sem estrelas. Mas, eis situado o Milagre, eles existem e eu acredito nisso, muito, muito mesmo. De que nestas saídas fora de mim, eu nunca fiquei plenamente só e desamparado. Na verdade, dei um grande trabalho ao meu Anjo da Guarda. A Medicina, por ser científica e baseada em exames, rejeita isto: o invisível e espiritual, o esotérico, as forças sobrenaturais junto ao meu esforço de retornar ao ponto de partida. O que me levou ao Rio (1989/1990)? O que me levou a cidade ao lado (2013)? Como eu não sofri nenhum acidental fatal?

Como sobrevivi sem nenhum tostão no bolso? Virando dias e noites, dormindo em qualquer canto, cantando desafinado, a minha lucidez comprometida, vivendo como um molambo ao deus dará, e hoje, quando vejo tanta gente nas marquises, em plena miséria e totalmente comprometida no físico e no mental fico pensando: não era um dos meus? Não estará desaparecido, também? Não terá outra vida que esta vida “fodida” que está levando?

42

Gato tem sete vidas. Bipolar tem 21. Porque se você tirar todos os períodos de crise, todas as internações, todos os dias de recuperação vai dar um número expressivo, só para dar um exemplo, a minha faculdade de Letras, que se gradua em quatro anos, eu levei, de 1985-1994, nove anos para concluir. E as outras paradas na “estação loucura”, em épocas e situações diversas, foram, por um lado, grandes atrasos e, por outro, duelos intensos de capa e espada com a euforia ou com a depressão. Nos períodos estáveis eu trabalhava, estudava, fazia meus agitos de arte e cultura. Houve até longos bons períodos em que eu achava que estaria, enfim, firme e forte para o que desse e viesse (1980-1985). Engraçado que mesmo com toda a convivência com o transtorno, nem eu, nem a família, nem os amigos se “acostumavam” com a presença da doença em mim e, até hoje, todo dia novo é um dia para conviver com a bipolaridade e sentir que os pés estão firmes no chão, bem postos, que posso me dar ao luxo de dar meus voos criativos, e até escrever este MANUAL PRÁTICO DO BIPOLAR. Eu não escrevo sobre outras doenças mentais – e são muitas e variadas – porque não sou um especialista, estudante, curioso, etc. das doenças mentais. Aqui eu estou para dividir com quem tem este diagnóstico de bipolar e com quem vive este transtorno e as pessoas que gravitam em torno desta pessoa como satélites boiando ao redor da Terra, a transmitir sinais de alguma garantia em algum momento da existência do portador. E CADA BIPOLAR É UMA EXPERIÊNCIA TOTALIZADORA E AO MESMO TEMPO INDIVUALIZADA E ÚNICA. Como autor, sendo sujeito do livro e objeto do livro, não é outra minha intenção do que, mesmo com uma super exposição, abraçar e acender uma luz ao final do túnel: se hoje convivo com a doença, com meus remédios, com uma aposentadoria que me impede de trabalhar no meu ofício de professor, e desta condição que acredito, envolva muitos doentes, que o portador busque, dentro de si, dentro de seus interesses, um TALENTO que se faça UM CANAL de expressão a trazer-lhe integração social e uma alegria de viver. Que não pode ser exagerada, contudo sob controle, ou já vão dizer que você está em crise, eufórico. Se por um algum motivo real você estiver muito triste – então já vão dizer que você está em crise, depressivo. Como um

trapezista, você precisa acertar na mosca ou cai em queda fatal.

43

NO PERÍODO ENTRE 31 DE AGOSTO DE 1994 A 30 DE NOVEMBRO DE 2013 que estive funcionário público, vivi os momentos mais diversos, intensos, contraditórios, grotescos, tristes, felizes, velozes, contundentes, sedentos, extraordinários e por aí afora. Classificação geral para ricos e pobres, essa dualidade, este maniqueísmo. Bem ou mal, certo ou errado, eu fui um professor que nunca deixei de repassar aos alunos o conteúdo de forma assimilável e o meu mundo particular de arte e cultura que compartilhei com toda força e garra, vontade e paixão. Se tive que me ausentar várias vezes da sala de aula, não foi senão por ter ido além do meu limite permitido – e também sofri por isso. O professor usou e abusou do artista e agitador cultural. O indivíduo usou e abusou do professor, do artista e agitador cultural. O cidadão esteve em pé o tempo todo que pode, porém também tomou suas rasteiras. O poder não o reconhecia doente, "está blefando", corria a solto o veneno dos inimigos. Porque não podia ser amigo aquele que, ao invés de procurar conhecer os meandros da doença, apontava, julgava, ria e punia. Até na aposentadoria fui punido. Antes dela aconteceu a readaptação. Já acho o vocábulo inadequado, porque precisa uma adaptação para se ter uma readaptação. Foram algumas e cada uma delas mais desastrosa que a outra, deixando-me sem ter a quem recorrer, pois se eu cumpria a minha parte, a outra parte parece que tinha prazer em me desestruturar e voltar à possibilidade de surto, internação, etc. Juridicamente e emocionalmente, o trabalho é uma questão delicada para o portador de transtorno afetivo bipolar. No setor privado, depende dos peritos do INSS. Na verdade, como não existe um exame clínico que determine a doença, ela é analisada pelos peritos com os atestados médicos dos pacientes e o estado geral dos mesmos e seus comportamentos. Isto para o bipolar é um campo de batalha. Fragilizado, o portador vê-se em campo minado, numa guerra fria. E as armas são bem desonestas, o patrão não admite, não entende, não acredita e não sustenta o pedido de trégua – as licenças, as readaptações e, por coroação, a aposentadoria por invalidez – e o empregado bipolar fica com medo, estigmatizado, com mania de perseguição, com medo de sair à rua ou ir a alguma atividade, medo de ser visto, acusado de fraude e poder

sobreviver ao diagnóstico, o pânico. Comemorações no ano, uma visita de amigo querido. Eu me movimentava cuidadosamente temendo que a queda de uma peça, no jogo, derrubasse todas as outras. Enquanto ansioso, comia demais e aumentava de peso. Ainda mais sem praticar algum exercício, nem mesmo uma caminhada. As primeiras licenças foram verdadeiras camas de gato para mim. Só entrava em licença por não conseguir mais estar em sala de aula, para poder assegurar minha integridade física, moral e social, além de profissional, como também a dos alunos, eu não mais me responsabilizava pelo que pudesse acontecer.

44

NO ANO DA GRAÇA DE 1994, EM 31 DE AGOSTO, estava selado o meu amanhecer num destino que se cumpriria: ano de eleições para Prefeito e vereadores, a legislação federal – regida pela CLT – PROIBIA concursos e contratações de quaisquer espécies, mas toda regra tem exceção e a saída legal para minha contratação como professor PIII para lecionar Língua Portuguesa e suas Literaturas deu-se a partir da criação de uma lei especial para o caráter de emergência, pois a titular da cadeira afastada por grave enfermidade não retornaria às suas aulas, que então ficaram minhas. E AGORA JOSÉ? Eu recém-formado, teria que enfrentar a sala de aula e me garantir financeiramente depois do fiasco em São Paulo. E tudo acontecia muito rápido: rompimento com a Universidade, trabalho no teatro em Sampa. Eu, então, me preparei para o dia da primeira aula, e A PRIMEIRA AULA A GENTE NÃO ESQUECE MAIS, é como o primeiro amor, o primeiro beijo na boca de língua, o primeiro sexo, a primeira injeção, a primeira vez que se vê o mar, o primeiro papel no teatro, a primeira glória – e sem coincidência, mas pura sintonia com as forças que me regem, meu primeiro Santo de devoção, “Senhor, fazei-me instrumento de tua paz...” eu exatamente fiz isto: servi-me de toda a minha experiência com o teatro, como ator, diretor, produtor, autor e professor desde 1975, e com as pernas bambas, a respiração comprometida, a mente com sinapses a mil, elétrico, corajoso apresentei-me na escola e a diretora recebeu-me de braços abertos. Tocou o sinal, os alunos encaminharam-se para as suas salas, eu os segui secretamente enlouquecido, merda para você! Disse-me baixinho, e encenei o papel de professor de uma série que só teve final, e que só terminei este longo ciclo em 1º. de dezembro de 2013, com a morte de minha mãe e minha aposentadoria por invalidez. Português e Matemática têm as maiores cargas de aula, 5 por semana. Eu iniciei com 4 turmas, 20 aulas por semana, recebendo remuneração por 5, totalizando 100 aulas por mês, e as aulas começavam às 15h e iam até 18h, com um intervalo de 15 minutos. ESTA LÍNGUA PORTUGUESA! Última flor do Lácio, inculta e bela, nasceu do Latim vulgar e muito rico em palavras – vocábulos e ortografias -, estrutura gramatical, teoria literária, apresentava-se como um cavalo selvagem que deveria, ou se precisaria domá-lo, “minha

pátria é minha língua...” de inesgotável fonte como veio literário, o conteúdo não era mole, não. O meu conhecimento, verdade seja dita, era mole, sim, molinho, molinho, pois na Universidade eu levei o curso de Letras na flauta, contando apenas com Deus e a Virgem Maria, porque o que eu mais fazia no Campus e na cidade universitária era, principalmente, teatro e literatura, e agitos culturais com o jornalismo cultural. Cheguei a ser colunista de um jornal da cidade, editei meus jornais, etc. Mas agora a hora me cobrava o conhecimento adquirido, e se este conhecimento era frouxo, sem domínio do conteúdo, eu tinha um diploma de licenciado em Letras, Português e Francês. Eu fiz Letras numa época de exatas, fiz francês num tempo de inglês, estudei teoria literária, quando a chamada era para as estruturas de engenharia, fiz-me cego, surdo e mudo para a revolução da informática, e teatro num momento de TV e eu ainda queria vencer na vida... Todavia o primeiro dia como professor é um susto tão grande como o primeiro assalto – o primeiro bandido a gente não esquece.

45

Trabalhei pela CLT – Consolidação das Leis do Trabalho, registro em carteira, FGTS, 13º, férias, até 31 de dezembro de 1994. Depois continuei como “eventual” até prestar concurso para o cargo efetivo do quadro de professores. Passei em 8º. lugar e veio o processo para efetivação: exames médicos e posse. Como fina ironia, a minha médica desde os primeiros momentos de doença mental, também era médica psiquiatra da Medicina do Trabalho, que dava o aval para a admissão do concurso público. Todos os meus exames estavam OK e olha que foi uma bateria deles. Mas eu tive que passar pela doutora para também dar o ok psiquiátrico, e aí disse-me que não poderia esconder ou relevar que eu tinha um diagnóstico de PMD. Porém argumentou com o Chefe da Medicina do Trabalho que eu já vinha lecionando sem problemas, estabilizado, desde 1994. Para meu sossego e alívio obtive o aval. Em 23 de Março de 1998 fui nomeado, e até hoje não sei se rio ou se choro, se foi uma benção ou uma maldição, acima do bem e acima do mal, se teria que se cumprir este meu destino traçado na palma da minha mão. Mas, “je ne regrette rien”, eu não me arrependo de nada, nem do que fiz, nem do que não fiz. As aulas dos primeiros tempos, em que eu estava com todo o gás e todos os fogareiros acesos eram, para mim, “micro espetáculos” nos quais eu tinha uma plateia à frente e precisava entretê-la: a dificuldade com o conteúdo abraçava-se com a facilidade teatral com público, e aí o casamento perfeito. Eu, para com meus alunos, não economizava conhecimentos, arte e cultura geral somavam às aulas, levava os alunos ao teatro, aos sábados, fora da minha grade e sem remuneração, apenas pelo prazer de levá-los a lugares que nunca foram, como galerias de arte, museus, cinema. Eu estava muito feliz como professor daquelas primeiras turmas e atendia a jovens e adultos como curso supletivo, todos ou pelo menos a grande maioria com dificuldades graves de linguagem, todos correndo atrás da bola, para resgatar o tempo perdido, muitos meus amigos e colaboradores no processo complexo da educação. Educação, a que será que se destina?! A rosa do povo. Os tentáculos do polvo. Os frutos do mar, e o mar ali, a poucos metros de mim, o mar imenso, sem fim, Mamãe Yemanjá a fixar ponto na minha cabeça, êpa-baba-Oxalá, saravá todos os Orixás, axé! Quando você

assume sua sexualidade, sua religiosidade, seu ofício, suas doenças, sua classe social, quando você se assume como Sujeito de sua história e não como objeto, você está inserido na gramática da vida, e esta flui, segue, acontece e o situa entre o Céu e a Terra – você não traça mais paralelas, mas você abre janelas, “Windows for Windows” (janelas e mais janelas do seu computador central) e NINGUÉM poderá dizer que eu não fui um bom professor, que eu não tinha domínio do meu conteúdo, que eu neguei fogo das minhas faculdades artístico-culturais, que eu não vivi intensamente a vida cultural e artística da cidade e da região. Apenas tive uma grande inimiga: a minha doença mental, que já estava sendo melhor pesquisada pelo mundo: e se transformou no transtorno afetivo bipolar.

2013-1994: quase vinte anos só de vínculo à Prefeitura e ao meu cargo de Professor PIII, que é uma categoria habilitada a lecionar no ensino fundamental (5ª. a 8ª. Séries) e no ensino médio (1º. ao 3º. Ano) com o conteúdo vasto e às vezes denso, e que apresenta desde questões gramaticais até o universo da Literatura de Portugal e do Brasil. Nesta tentativa insana de dialogar com o tempo, com o espaço, com arte, cultura e educação não posso, em sã consciência, acreditar que estou sendo absolutamente preciso, ainda mais quando se trata de memória e "lembranças, vagas lembranças", porém dentro dos meus limites e da minha pretensão, de confeccionar o figurino com o tecido mais apropriado e fazer os arremates necessários. Os anos de 1994-2018 são para mim recordados com sentimentos preciosos de amor e ódio. Amor às coisas que me fazem bem ao coração e à mente, ódio exatamente pelo avesso do amor, uma costura feita de trapos, remendos e sem acabamento. De como fui tratado pela Prefeitura, suas secretarias e a Medicina do Trabalho. Então me dizem: "esquece, isto faz parte de um passado..." De fato, um passado morto e enterrado. O meu imenso amor à cidade vem primeiro pela Natureza, o mar, este imenso mistério. Depois pelos caminhos cruzados e desenvolvidos aqui com arte, cultura e educação – o meu tripé. Meu núcleo familiar fixo aqui. O reconhecimento ao meu talento como artista, principalmente como dramaturgo (escritor de peças de teatro) aqui e na região. O carinho de amigos, contatos imediatos de primeiro, segundo e terceiro graus. Somos de uns para outros, todos extraterrestres. Bipolar é assim, extrapola, viaja na maionese, funda mundos, naufraga neles e emerge ainda melhor e mais depurado. Não é regra, hein?! Mas, a exceção. Numa inteligência emocional recém descoberta, o cérebro é um todo integrado e sem fronteiras, é um tesouro valioso que, no entanto, desenvolve-se como uma planta que, se bem tratada, regada, ensolarada, ela viceja, cresce, floresce e dá frutos. O cérebro precisa ser alimentado como se carrega uma bateria do celular, a todo o momento. Se o cérebro vem com um "defeito de fabricação", tem que haver uma compensação, uma ordem advinda da desordem, a casa do botão. Ou seja, embora haja a escuridão da doença, uma luz brilha no final do túnel. Mas esta luz só acende se você apertar o

interruptor. Se você não tiver medo do desconhecido e tiver coragem de travar uma luta em meio à tempestade. Se tiver suficiente autoconhecimento e disponibilidade para montar seus exércitos. É uma guerra, isto é claro demais para mim. Você escolhe. Não em ter a doença, mas como administrá-la. Creio que num futuro bem próximo, terá cura. No meu caso particular e diante da abertura do pensamento contemporâneo, em que o estigma e o preconceito estão sendo trocados pela solidariedade e compreensão, a ponto de eu falar e escrever sobre o transtorno bipolar afetivo sem medo de ser apontado na rua como o "louquinho" de plantão, isto, para mim, já é uma cura, já é um novo tempo, já é um sol onde tudo era só escuridão. Loucos são eles, os que nunca experimentaram a loucura – não confundir com os estados alterados por drogas, aí já é outro departamento. A loucura de que falo é quase uma extensão da palavra "epifania"[7]. Uma loucura que abre os portais, que provoca a transcendência, que estabelece ligações e vínculos com a espiritualidade, com a criatividade, com a exploração de vários universos dentro do Uno e do Vário, com a insurreição às regras, às medidas e às limitações em geral, ESTE SER HUMANO PASSA A SER POR DEMAIS PERIGOSO, porque foge ao controle, porque passa por cima dos obstáculos, porque se entrega aos chamados de toda ordem, E POR ISSO TEM QUE SER INTERNADO, MEDICADO, CALADO E APOSENTADO PORQUE NÃO CONHECE NORMAS, E SE CONHECE, É PARA SUBVERTÊ-LAS. Benditos os países desenvolvidos que fazem dos bipolares aliados e bebem da fonte de suas inteligências, sensibilidades e vislumbres, como apresenta o filme UMA MENTE BRILHANTE. A bipolaridade é um assunto mundial, que acontece hoje em todas as partes, seja no menor vilarejo de Minas Gerais, passando por Nova Iorque até Berlim, Pequim, Sarajevo, está presente em todas as classes sociais, em todo regime político, nas sociedades organizadas e, talvez, em muitas sociedades primitivas no Amazonas, na África, nos Andes... Parece pueril e bobagem a frase "Eu só quero ser feliz", mas a felicidade é um banquete, e se uma vez você foi convidado a senti-la, você vai querer de novo a senha para o acesso. Um estado de espírito feliz traz, no bojo, a alegria espiritual, o riso, a gargalhada, o desbunde, é o retorno ao bebê que um dia nós fomos e em que nos amaram, nos cuidaram, nos nutriram e lutaram a todo instante pela nossa integridade e dignidade, ao menos numa visualização "ideal" de nossos pais.

[7] S.f.1.Rel. Aparição ou manifestação divina. 2.Festividade religiosa com que se celebra essa aparição. 3.V. Dia de Reis.

47

NÃO FOI FÁCIL CHEGAR ATÉ AQUI. Abrir a mente, a memória, o coração, o espírito e a alma para falar de um assunto do qual não é fácil comentar, nem mesmo entre os familiares, nem tudo com os amigos, e muito menos com os estranhos. O “Louco”, o 13, os estados alterados, em rotas alteradas, em viagens ou estados da mente, o ficar à margem dos “lúcidos” e sentir sobre si o olhar do mundo, nem sempre um olhar encorajador. Eu que tenho a doença, ao conviver com a mesma e com as pessoas que tanto amo, meus irmãos, às vezes fico impotente e sem saber o que fazer, sem saber onde bater, a quem pedir socorro, embora saiba que, seja no plano astral ou no plano físico, pelo menos no meu caso (e isto é bem subjetivo), nunca fiquei totalmente só e desamparado, seja com o apoio dos amigos, seja com minha incursão e caminhada na espiritualidade, verdadeira investida e perseverança na busca por alívio e paz... Há fases do transtorno de verdadeiro tormento, de desatinadas atitudes, de usar todo potencial do cérebro em situações limites, de viagens as mais diversas. E digo viagens não turísticas ou reais, mas viagens em dias de delírio e construção de mundos fantásticos e absurdos, de uma mente inquieta que parece incansável a trabalhar 24h, 48h, 72h e que, sem desligar, toca nas nervuras e provoca o desequilíbrio familiar, a desconfiança dos amigos, a dúvida religiosa, o medo de tudo e de todos, pode vir junto o pânico, mas eu resolvi não me situar na quantidade e na qualidade, por exemplo, dos delírios, mesmo porque alguns são tão oníricos, como viver um pesadelo de olhos abertos. Acredito que daqui para frente eu seria redundante e cansativo. Eu busquei, de um esboço, ainda impressionista, pintar um quadro mais figurativo, entre uma natureza morta e uma tela de Velásquez, em tons e semitons de cores fortes e quentes. A vida corre mesmo quando não a queremos. Vivo aqui meu transtorno com os medicamentos. No momento não estou com psicólogo e sinto falta. Devo voltar para o divã, pois nunca tive alta e dei três altas forçadas no processo de análise. Na visita de meu irmão e nosso amigo, soube que estava finalmente aposentado por invalidez desde 01 de dezembro de 2013. Pelo menos o ciclo se fechava, pelo menos eu poderia respirar mais aliviado, embora depois eu viria a avaliar que se me mantinha com salário para garantir a sobrevivência,

dava-me uma rasteira invisível e incômoda, sem uma certeza concreta, até hoje, do que eu posso, devo e quero fazer. A legislação municipal subordinada a Constituição Federal não é clara em nenhum aspecto, até com relação às “readaptações”. O coronelismo da cidade trata a questão como pessoal e enganadora. Rechaça a Medicina do Trabalho, investe na punição até com processos obscuros, pois não fui processado à revelia?! Não respeita o direito adquirido, provoca o medo, institui a perseguição. Assim aqui, assim acolá e lá: um modelo perverso, um universo mesquinho e inescrupuloso. Porque, do contrário, haveria pesquisa das causas e das consequências das doenças, haveria investimento na prevenção, mas o poder, ah! O poder... O poder é inebriante, escreve o extrema-direita Carlos Lacerda. O poder é o sexo dos velhos, os podres poderes, como quer o nosso genial Caetano Veloso, e mesmo que o queiramos ignorar, estamos sob suas asas de abutre e somos seu alimento – a carniça. A doença mental em sua história teve significativo avanço, profissionais competentes e corajosos, pesquisas revolucionárias: para cada tratamento, cada diagnóstico, inclusive crônicos, o seu rol, sua investigação e a resposta do paciente, ausente ou não de suas responsabilidades, levantou uma grande onda pela saúde do bipolar e seu transtorno afetivo. O que é um transtorno senão um profundo incômodo, mais que isso: “contrariedade; decepção; desarranjo, desordem; perturbação mental, cujo juízo se turvou. Diz-se daquilo cuja ordem se foi alterada ou perturbada, corromper, desencaminhar, causar desordem”[8]. O doente mental ou entra em euforia e depois cai em depressão, ou já fica num estado deprimido, caso do monopolar – um só polo – mas a depressão é uma sensação horrível sob todos os pontos e aspectos: improdutiva, pessimista, medrosa, pânica, um estado de letargia, uma fuga furiosa da realidade, principalmente no sono, um torpor, uma dor no peito, uma vontade de morrer. O estágio depressivo dura dias, semanas, meses até. Perde-se a autoestima, abandona-se ao deus-dará, nada tem sentido, nada tem valor, é uma melancolia, uma nostalgia, perde-se o apetite ou então se come desesperadamente, não há paciência ou interesse para nada, nem ler, nem ouvir música, nem conversar, “Socorro não estou sentindo nada” canta belíssimo Gal Costa. Eu mergulhei fundo no meu canal, literatura, teatro, música, jornalismo cultural e cultura em geral, com grandes interesses naturais pela psiquiatria e psicologia e, mais recentemente, a instigante e curiosa filosofia clínica são minhas tábuas da salvação, mais que isto, os alicerces do meu cérebro e do meu coração, por nada abro mão deles. Criar

uma obra de arte é estar par a par com o “deuses sois e o haveis esquecido” dos gregos. Eu não me aposentei por invalidez porque quis me valer da minha doença, mas porque com a minha doença eu não consegui mais trabalhar em sala de aula, e mesmo com as readaptações, tudo foi motivo de tirar o time de campo. EU QUERO TERMINAR com uma palavra de otimismo, de luz ao final do túnel: a coragem de viver é inerente ao ser humano. Só vive quem tem amor à vida, quem sente necessidade e urgência de vida, porque é em nosso espaço de tempo limitado (entre nascer e morrer o tempo da vida) que temos uma cumplicidade com a vida, e você pode ter certeza que a vida muitas vezes nada contra a correnteza, é a vida quem o chama para a luta visceral de guerreiro contra o dragão do mal: uma luta de via dupla contra os inimigos exteriores e, principalmente, contra o inimigo interior, que se aloja em você e o faz fechar as janelas do seu eu, quando não as escancara vertendo as lavas de fogo sobre seu coração tão apertadinho, tão sofrido, tão angustiado e muitas vezes já sem fé, se um dia a teve! “Pé quente, cabeça fria”, verso de Caetano Veloso, que segue assim na canção: “saia despreocupado e se alguém se fizer de engraçado, desça o pau” e mais “você pode conquistar o mundo desta vez!”. Não há a menor chance de ter uma receita para a estabilização do humor no bipolar, simplesmente porque cada caso é um caso. Do inconsciente coletivo de Jung e seus arquétipos tira-se um lugar comum, mas que apenas sinaliza os pontos de como influenciamos e somos influenciados numa simbiose estratégica que nos coloca em bolhas de sabão, leves e frágeis bolhas de sabão, que a qualquer toque se desmancham no ar – estou falando metaforicamente porque eu, na verdade, queria dar em você um abraço caloroso, que o fizesse lavar a alma com lágrimas, deixar chorar até que a dor passasse, porque há dor também na bipolaridade, uma dor que se desloca de um ponto visível das dores das doenças não psiquiátricas, para regiões da mente, da alma e do espírito. SE NÃO HÁ CURA, então, pelo menos conviver com o transtorno como aliado e tirar o máximo de seus proveitos: descobrir os talentos e investir neles, porque tudo fica mais fácil QUANDO SE TEM UM CANAL.

[8] Dicionário Aurélio.

Sobre o autor


BENRO

Esse livro DA COR DA DOR é na verdade baseado na vida real, em 1978, pra completar 18 anos, passei todo um processo de doença de meu pai, que acabou em seu falecimento, e que despertou em mim um monstro adormecido a então conhecida como PMD Psicose Maníaco Depressiva, doença mental que provoca estados de depressão ou euforia, ambos podendo chegar a limites fatais. Ainda no ano passado, 2020, tive uma internação, somada a não sei quantas outras nestes 45 anos, e o que sempre me salvou foi minha arte, com literatura, teatro, música e jornalismo cultural. Mesmo com a doença me dando rasteira sempre que baixei a guarda, consegui concluir a graduação no curso de Letras da UFV – Universidade Federal de Viçosa, de Minas Gerais – embora o curso de 4 anos eu tive que fazer em 8 por causa das crises – mas na cidade de Viçosa e em sua belíssima Universidade fui um verdadeiro agitador cultural com montagens de peças de teatro de minha autoria, lançamento de jornais culturais e, claro, dar conta do curso de Letras. Cansado de bater na porta das editoras, comecei a bancar meus livros, e de volta ao lar, reintegrei-me ao movimento cultural da Região e muitas das minhas peças foram montadas com grande sucesso, o maior deles com TEM CUPIM NA TORRE DA IGREJA (1986). Em 2003 cheguei a finalíssima do Mapa Cultural Paulista com meu conto DIA SUJO, em 2004 fui o homenageado do FESCETE – Festival de Cenas do Tescom, pela minha obra dramática. A última montagem foi BODAS DE MIDAS na ong TAM TAM, depois começou a onda do coronavírus e agora estamos todos presos em nossos bunkers, como diziam as profecias e os autores de ficção científica. Espero que seja de algum proveito este depoimento de peito aberto, de coração pulsando, de dar as mãos aos que sofrem com a TAB. Não desistam de nada, principalmente de suas vidas. Um grande e fraterno abraço a todos que me leram, e se quiserem se manifestar, segue o meu e-mail:

bettomassoniartista@gmail.com

Editora FiloCzar

www.editorafiloczar.com.br