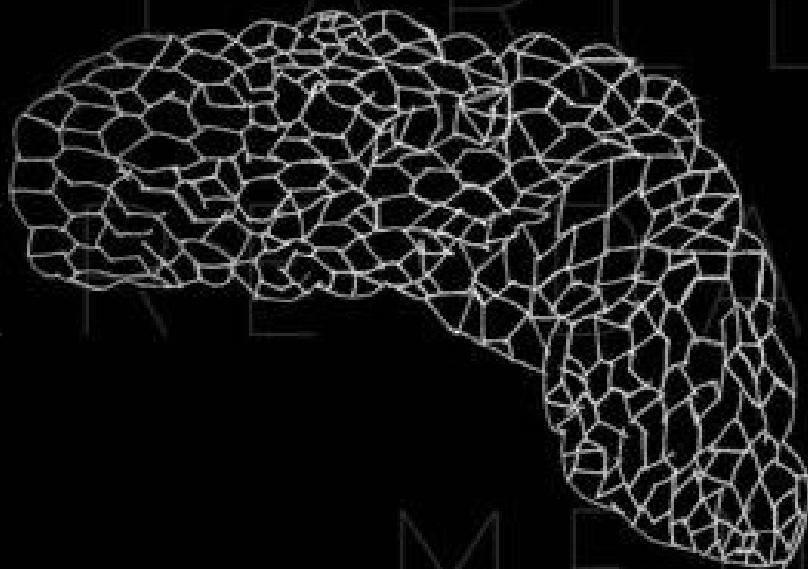


Conceição Freitas

CÁRCERE DA PRÓPRIA MENTE

ensaios de uma bipolar



*Dedico este livro às quatro grandes mulheres da minha vida,
minha mãe Alcinete e minhas filhas Giulia, Lygia e Anna.*

PREFÁCIO

Cárcere da própria mente é um livro escrito com a perspicácia que só quem conhece Conceição Freitas mais intimamente sabe que ela tem. Nesta obra, ela faz um mergulho profundo em sua própria mente e traz à tona um período de sua vida onde realidade e falsas percepções se confundiram em nuances que só foram passíveis de análise lógica, muito tempo depois.

Todo esse conflito interno é exposto de forma singular por Conceição, sem medos, sem vergonha, de forma bastante honesta, contribuindo para que nós, leigos no conhecimento da Bipolaridade, possamos adentrar nesse universo de uma forma bastante realista e passarmos a compreender um pouco das dificuldades de quem convive com tal doença. O texto não contém lamentações, ao contrário, traz a esperança de que possamos estar mais preparados para auxiliar as pessoas próximas, ou, pelo menos, para nos compadecermos diante de suas aflições.

Nos ensaios apresentados, a autora nos leva a profundas reflexões, de várias ordens, sobretudo quando abordam o sentido de nossa existência, as contradições humanas e suas fragilidades. São textos densos, porém claros e desafiadores. Eles encerram suas angústias, nem sempre expostas diretamente. Apresentam-se como flashes de lucidez em meio ao turbilhão em que sua mente se transforma, quando os conflitos afloram.

À medida que lemos e nos envolvemos com a história, podemos sentir as angústias vividas pela personagem/autora, em muitos momentos, como durante suas internações em centros psiquiátricos, onde se submetia a tratamento para controle da ansiedade extrema, ou da depressão profunda em que mergulhava.

Conceição relata a busca do equilíbrio emocional com propriedade possível apenas por quem a viveu, mas não o faz como sofredora, ao contrário, a leitura nos revela uma mulher forte e corajosa, cuja compreensão é um grande desafio. Durante a leitura nos deparamos com momentos da mais absoluta inércia e momentos de aceleração igualmente intensos, marcando o percurso que ela faz em busca de si mesma.

Sigamos com ela nesta viagem...

Maria Luiza Perondini Garofolo de Almeida
Jerônimo de Almeida Neto

PRIMEIRA PARTE: AS CRISES DE MANIA E DEPRESSÃO

Capítulo I - A Crise de Mania em 1995

No quarto do hospital, mexendo apenas a cabeça, devido à anestesia, eu contemplava o branco do teto e mal dava conta do quanto o que acabara de se passar me afetara mentalmente. No dia anterior, quando rompera a bolsa d'água que envolvia os dois bebês que estavam em meu útero eu avisara calmamente meu marido, tomara banho e me trocara com serenidade antes de ir para o hospital. Uma vez neste, após dar entrada, eu iniciara o trabalho de parto por volta das vinte e uma horas e aguardara até as seis do dia seguinte para que nascessem de parto normal as crianças que eu gerara por trinta e oito e trinta e nove semanas.

A primeira criança encaixara o rosto e não o topo da cabeça. O médico que me acompanhara durante a noite só veio a percebê-lo quando eu já estava com oito e meio centímetros de dilatação e contrações suficientes para dar a luz às crianças.

O fato daquele bebê não estar sozinho impossibilitou o parto fórceps e a alternativa fora um parto cesárea, que ocorreu imediatamente. Foi um parto complicado, pois tive uma convulsão após tirarem a primeira criança.

Felizmente, os bebês nasceram muito bem e superaram todas as expectativas dos meus familiares, além das expectativas do médico que me acompanhou no pré-natal e colocara-me quase três meses de licença médica, pois “os bebês estavam muito pequeninos”. Quanto a mim e, em especial, ao meu marido os bebês eram o que eram. Não tínhamos expectativas quanto ao tamanho ou peso (de minha parte simplesmente porque ignorava tal assunto).

Por ter passado uma gestação extremamente tranquila, tendo iniciado o pré-natal aos três meses de gestação, eu fizera apenas dois exames de

ultrassonografia: o primeiro a cerca de vinte e cinco semanas de gestação, aquele no qual ficamos sabendo que esperávamos duas e não uma criança e o segundo quatro dias antes do parto, quando se iniciara a dilatação. Minha maior expectativa, que girava em torno do sexo das crianças, ficara impossibilitado nos dois exames.

Por uma série de motivos eu e meu marido que éramos leigos quanto à medicina neonatal tínhamos certeza de que tudo estava bem com nossos filhos. Eu que não tinha praticamente experiência nenhuma com crianças recém-nascidas e já estava completamente ambientada com aqueles bebês ali dentro do meu útero desfrutava da mais completa paz de espírito e fora para o hospital quando rompeu a bolsa d'água porque durante o curso de orientação para o parto do qual eu e meu marido participamos durante a gestação informaram que aquele seria o momento.

Sinceramente, eu me identificava completamente com aqueles dois seres humanos de bom gosto que adoravam ouvir Carl Off e Milton Nascimento e não estava muito preocupada com o parto, embora naturalmente estivesse ansiosa pelo momento que se aproximava. Os bebês ali no útero eram seres tranquilos, ficavam horas no banho ouvindo minhas histórias e todos os meus questionamentos possíveis sobre a vida e as questões desta. Silenciavam enquanto eu lia as fantásticas histórias que apareciam por aquela época na revista Nova Escola, me acompanhavam a todos os lugares e só me interrompiam quando necessitavam de alimentação. Tinham sonos tranquilos, em especial o bebê que ficava do lado direito do útero. Assim, estavam comigo dia e noite, vibrando com a cortina que costuramos para o quarto, o guarda-roupa novo, os carrinhos gêmeos para bebês, os sapatinhos diferentes, os macacões que chegavam, as mamadeiras e a coleção de nomes que desfilavam para lá e para cá. Enfim, nós três estávamos bem quando a hora mais difícil de minha vida chegou, a do parto. No hospital os bebês partiram. Simultaneamente, parece que foi ontem ou faz toda uma eternidade.

1º Ensaio – Não Haverá Amanhã

Todo fim encerra em si uma morte. O fim do dia, o fim da noite, o fim do momento em que se está com aquele que se afasta para ir ao trabalho, o fim do ano, o fim do texto, o fim do livro.

Este desligamento, mesmo que momentâneo, trás para o indivíduo alguns tipos de conflito, que em maior ou menor grau motivam ações conscientes e inconscientes do ser humano. Esses momentos de desligamento e conflito podem ser agradáveis, mas na imensa maioria das vezes trazem uma sensação de incompletude e perda.

Essa perda tem significados simbólicos e pode se inserir no arcabouço ideológico do indivíduo e ir contribuindo para uma sensação constante de perda e derrota. É comum ouvir alguém dizer que “perdeu” o dia, o dia perdido, o dia morto, aquele que se foi e onde “nada” aconteceu. Esse discurso pode chegar a uma amplitude maior: “Perdi” anos da minha vida casada com aquela pessoa ou naquele emprego ou criando meus filhos. Se a pessoa perdeu todos esses anos de vida então não os viveu, morreu todos esses anos, um pouco a cada dia.

A morte onde o vivo não goza deste sabor de estar vivo, de escolha, de enfrentamento das consequências das suas escolhas, da busca da vida além das pequenas mortes, pois que estas são diárias e constantes, são as mortes mais características das sociedades contemporâneas e, não há dúvida, são as piores.

Essa morte em que não se vive porque se deixa de viver para “cuidar” do outro é morte por transferência, pois se concede ao outro uma vida que era sua. É desnecessário grifar que é um comportamento doentio.

Como a morte é considerada por nossa sociedade algo ruim então nós a negamos. Na nossa ignorância não compreendemos que a morte em si é cíclica. É necessária, faz parte do ciclo da vida. Morre o dia para que chegue a noite e morre a noite para o nascer do novo dia. Se estiver vivo não estou

morto e quando eu morrer não poderei mais negar nada, inclusive esse texto. Logo, a morte é que efetiva as coisas, a vida nega. Se for dia eu vejo que é dia, eu sei que é dia, eu o vivo bem ou mal e quando chegar a noite o dia morrerá e foi o único dia com a data de hoje e ele se efetivará, é noite e não poderei mais negar a existência de um dia que se foi. Agora viverei a noite.

No mês de maio de 2015 minhas filhas completaram vinte anos. Lembrome do momento em que elas nasceram e é como se eu pudesse viver todos os sentimentos daquela hora. Sequer fecho os olhos e posso ver aqueles bebês esbranquiçados que me foram apresentados. Apresentação rápida, pois que durante o parto tive um estágio de convulsão e não passara bem. Uma das crianças, aquela que me foi apresentada primeira, era a maior e menos pesada, tinha 48 centímetros e pesava 2,800 Kg. Apresentaram-na com uma pulseirinha que a identificava como 1ª gemelar. Era uma menina. Segundos depois me apresentaram a segunda criança. Nascera com 46 centímetros e 3,020 Kg. A pulseirinha no braço a identificava como 2ª gemelar. Também era menina. No meu braço colocaram pulseiras com os mesmos números que havia nas pulseiras delas.

Nunca tive dúvidas de que fossem filhas minhas e de meu marido. Não há como negá-lo. São fisicamente parecidas conosco e tão espirituosas quanto, desde que nasceram. Apesar da semelhança conosco elas sempre foram completamente distintas entre si. Por vezes não as identificam como irmãs, quiçá gêmeas. A maior nasceu com muito cabelo, era cumprida e a pele toda enrugada, o rostinho inchado, os olhos enormes. Embora fosse uma criança carismática a considerei feia. A outra, menorzinha, era careca, com uma testa grande e saliente, gordinha, era bonitinha, mas quando o tempo foi passando lhe saiu uns carocinhos no rosto e também a considerei feia.

Quando saí do hospital em maio de 1995 as crianças que eu levava comigo dentro de um cestinho não eram as mesmas que entraram comigo três dias antes no útero. Havia um estranhamento, eu não as reconhecia como minhas. Na

verdade, a partir daquele momento eu nunca mais soube o que era meu ou não e algumas vezes nem o que eu era ou não. Aquelas crianças pequenas, que respiravam sozinhas, sentiam fome, choravam, foram me deixando desesperada. Se durante a maior parte da gestação eu passara por um momento mágico, no qual me voltei para dentro de mim, depois dela foi como se eu tivesse ficado lá em algum lugar daquela viagem, em algum canto do hospital.

Simplesmente, não passei do parto e aos poucos comecei um processo de aceleração do pensamento. Meu cérebro começou a desenvolver uma série de questões para as quais eu não conseguia respostas e que foram provocando momentos de extrema angústia.

Ao longo de três meses foi aumentando em mim uma revolta muito grande pelas condições em que eu me encontrava e aquelas pelas quais tivera passado durante o parto. Embora vivesse com minha mãe, minha irmã e meu marido, me sentia completamente só para lidar com uma situação totalmente nova em minha vida: aquela de dar conta de duas crianças. Eu que já lidara com classes e mais classes de alunos das mais diversas idades parava diante das minhas duas filhas e não sabia o que fazer. Se até aquele momento eu não conhecera algo que realmente tivesse sido um limite, ali estavam dois.

Sentia-me na obrigação de alimentá-las, dar banho, trocar, verificar a temperatura, mudar as roupas, acompanhá-las durante o dia e durante a noite. Logo nos primeiros dias comecei a desenvolver pensamentos onde desconfiava da veracidade das pessoas que visitavam as crianças e a mim. Começaram a colocar limites às minhas atividades, davam opiniões, falavam que as crianças eram lindas, ora traziam presentes iguais, ora traziam presentes diferentes, vinham aos montes, todos os dias e todas as horas. Alguns eram amigos, outros nem tanto. Até as outras crianças queriam ver se minhas filhas eram parecidas ou diferentes. Uns diziam que eram parecidas, outras afirmavam que eram diferentes. Gostavam dos nomes que escolhemos, mas a maioria não conseguia falar “Giulia e Lygia”. Uns falavam “Gilia e Lugia”. Comecei a ficar perturbada. Cada dia mais. Aquilo parecia não ter fim. Parecia um circo. Por fim, as visitas

das pessoas foram diminuindo.

Nesse período minha mente já me incomodava muito e, algumas vezes, parecia que eu falava para mim mesma, tentando me acalmar e retomar o centro.

A casa de minha mãe, na qual morávamos, ficava no fundo do quintal e os portões da frente tinham mais de dois metros de altura. Não escutávamos a rua e passei a desligar o interfone porque me sentia incomodada com a presença das pessoas.

Certo dia, um grupo de colegas da escola na qual eu trabalhava veio me visitar e trazer uma quantidade enorme de presentes que todos da escola estavam me enviando. Quando chegaram a casa e encontraram o interfone desligado uma delas subiu na árvore para nos chamar. Esse fato, o de subirem na árvore que eu plantara, me perturbou muito e durante minha primeira crise de mania, que vim a enfrentar logo em seguida, quando minhas filhas tinham menos de quatro meses, foi motivo de muito transtorno. Desenvolvi uma série de simbolismos para aquele ato, que representou ainda mais o quanto a presença de todos invadiam a casa de minha mãe, a minha cabeça, além de que, ao segurarem minhas filhas, afetavam a minha privacidade e minha própria vida. Parecia-me que, na medida em que olhavam aquelas crianças desprotegidas, suas fotos, suas roupinhas, o modo como eu estava cuidando delas, pudessem entrar em meu cérebro, julgando meus atos.

Aos poucos fui ficando mais e mais ansiosa, fui diminuindo minhas horas de sono, a minha alimentação, falando mais e mais e me tornando agitada. Surgiram momentos de confusão, eu não sabia mais quem era a “Gilia” e quem era a “Lugia”. Não queria mais os presentes iguais e passei a não aceitá-los. Mais tarde eu cheguei a devolver alguns e doar outros. Quando ia ao mercado eu comprava somente duplas de produtos: duas caixas de sabão em pó, quatro pacotes de papel higiênico, oito sabonetes, e assim por diante.

Por fim, não conseguia me concentrar mais nas atividades, muito menos nas crianças. Comecei a imaginar que havia algum complô contra mim, a desconfiar das intenções de meu marido, de sua inteligência, sensibilidade e me

irritar com a ideia que ele criara de que eu não estava bem e precisava de um psiquiatra. Na verdade, essa conclusão tivera sido minha.

Minha mãe e irmã começaram a ficar estranhas e até as crianças pareciam zombar da minha capacidade de discernimento. Uma, a careca, dormia às vinte e duas horas e acordava às seis. A outra, a cabeluda, dormia por volta da meia noite e acordava às oito horas. De tal sorte que eu dormia da meia noite as seis, o que é básico para a maioria dos seres humanos, mas não para um que está amamentando uma dupla.

Aos poucos a cabeluda foi se adaptando à mamadeira, a careca nem tanto.

Todas essas questões “difícilimas” foram criando em minha mente um processo de enclausuramento, uma espécie de jogo de gato e rato, onde o gato e o rato estavam dentro do meu cérebro. Fui desenvolvendo uma lógica maluca e perdendo algumas noções básicas de sobrevivência, entre elas as de me alimentar e descansar.

No dia anterior àquele no qual completei vinte e sete anos eu já estava num período desenfreado de euforia e não conseguia mais me controlar. Esse processo que se desencadeara no parto evoluía mais e mais a cada mês porque o fato de eu estar amamentando fazia com que a prolactina, hormônio responsável pela produção do leite materno e aumento da sensibilidade, elevasse essa falta de ritmo. Uma vez durante o aleitamento, porque tive o ciclo menstrual interrompido, surgiu em mim uma série de desnorreamentos.

O mundo à minha frente e em especial aqueles dois pares de olhos, que por fim eu não identificava mais quais eram de quem, começaram a perder o sentido e todo o conhecimento que eu adquirira até então começou a deixar de significar, pois não davam conta daquilo que é mais natural a uma mulher, ser mãe.

Capítulo II – As Internações Psiquiátricas em 1995

Minhas ações, desde que minhas filhas nasceram, em maio de 1995,

vinham num ritmo acelerado. Num determinado momento, cerca de três meses após o nascimento delas, eu não conseguia mais controlar meu pensamento. Naquele momento eu não tinha ideia do que se passava, pois só viria a descobri-lo seis anos depois, após a crise de 2001, quando reiniciei o tratamento para o que vim saber chama-se Transtorno Afetivo Bipolar, nome atual da doença conhecida até os anos 1980 como Psicose Maníaca Depressiva, um distúrbio do pensamento que pode causar uma oscilação do humor, para mania ou depressão.

Essa aceleração do pensamento impossibilitava a percepção de minha realidade. Passei a desejar não morar mais com minha mãe e queria que meu marido providenciasse um apartamento. Porém, queria que isso acontecesse de um minuto para o outro, sem me dar conta de nossas circunstâncias. Nada mais me parecia estar correto, tudo era motivo para irritação e contrariedade. Além de meu marido e minha mãe, também a presença e as cobranças de minha irmã me deixavam irritada. Passei a desejar abandonar a casa de minha mãe, bem como gostaria de abandonar o próprio corpo, numa angústia acelerada.

A certa altura comecei a falar de forma desnorreada e numa noite fui parar no pronto atendimento de uma unidade médica particular. Cheguei lá e disse ao médico que desejava matar minhas duas filhas e me suicidar, pois não suportava mais viver rodeada por tantas pessoas incapazes. O médico passou um calmante e recomendou a consulta a um psiquiatra.

Fui sozinha consultar uma psiquiatra. No momento da consulta eu estava revoltada com as circunstâncias em que vinha vivendo e considerava que meu marido era responsável pela insatisfação que assolava meus pensamentos e sentimentos. Disse à psiquiatra em tom extremamente acelerado as dificuldades que vinha enfrentando e que se fosse necessário que eu desejava uma internação psiquiátrica. A médica respondeu-me que não poderia me internar sem o consentimento de meu marido ou de minha mãe. Isso me irritou mais ainda, pois na minha agitação eu não percebia nenhuma lógica em pedir ajuda exatamente às pessoas que mais me importunavam, que eram as pessoas próximas.

Deixei o consultório e rumei para casa com ferocidade. Cheguei a casa agredindo verbalmente meu marido e dizendo que não voltaria ao psiquiatra, que aquela ideia fora absurda.

Minha agitação já estava em tal grau de aceleração que a própria psiquiatra entrou em contato com o convênio de meu marido e descobriu onde ele trabalhava no dia seguinte àquele no qual estive no consultório e lhe falou sobre a urgência da intervenção medicamentosa. Porém, eu me negava a fazer uso de medicamentos. Antes, queria uma internação psiquiátrica.

Naquele momento, embora ela tenha receitado alguns psicotrópicos eu me neguei a fazer uso deles. Não a reconhecia como minha médica e não queria fazer uso de nenhuma medicação embora observasse que meu estado de humor se alterava drasticamente.

2º Ensaio – Máscaras

Posto que tudo é efêmero e distancia-se de si mesmo na medida em que o tempo urge, não há nada nem ninguém cuja imagem se possa prever. Nos transformamos a cada minuto e por mais que sejamos em essência o mesmo ser que nasceu há tantos anos e traz em si uma identidade única, nada somos se ignorado a subjetividade em transição.

Algumas vezes nos assustamos ao nos depararmos e questionarmos nossas ações. E isso se dá porque não conseguimos mensurar com prontidão o quanto de nós está sendo realmente colocado em xeque e o quanto ficou sem desvelar.

E assim, passíveis de imprecisões, desvios e mensurações parciais, nos desesperamos diante da imagem dúbia que sobre nós se possa criar. Orgulhosos que somos, embora saibamos da particularidade de cada olhar, buscamos algo que justifique aos nossos próprios olhos as crenças e ideais que trazemos talhados em nossa bandeira.

Uma vez em crise, perturbados pela não convicção dos princípios pelos

quais saímos às ruas todos os dias, nos voltamos para nós mesmos, que somos sem dúvida aqueles que mais exigem de nós, e clamamos uma explicação para nossos atos insanos. Explicação qualquer, que seja passível de não nos envergonhar e desnudar o quanto frágil é nosso ser.

Covardes, mais uma vez remendamos a máscara que cobre nosso rosto e escondemos a nossos próprios olhos o verdadeiro Eu. Crentes que estamos de nossa farsa, não percebemos sob a máscara a pele apática pela ausência de sol.

Já ia para quatro meses do nascimento de minhas filhas e o pensamento acelerava cada vez mais. Meu marido tentou uma nova intervenção junto à psiquiatra que eu consultara um mês antes. Neste dia eu me encontrava completamente perturbada. Antes de sair de casa peguei uma série de certificados dos cursos que eu fizera ao longo de minha vida e um álbum de fotografias de minhas filhas. Pretendia justificar a psiquiatra minha capacidade. Porém, ao chegarmos ao consultório eu não quis entrar nele junto com o George e sua irmã. Sai correndo pelos arredores, pois não queria ficar perto de meu marido.

Não quis voltar para casa com o George e saí de carro junto com sua irmã. Deixei-a mais tarde e saí sozinha dirigindo e vagando pela cidade à procura de ajuda. Fiz compras, passei pela casa de uma amiga e não conseguia mais voltar para casa, pois não suportava mais a ideia de ficar próxima de pessoas que não me compreendiam. Passei a noite vagando à procura de um local para dormir. Meus pensamentos não paravam um segundo e quanto mais o tempo passava mais eu ficava agitada. Parei em motéis até conseguir ficar um período de tempo em um deles. Mas, tomava decisões de forma instantânea e logo queria dar cabo delas, sem esperar o momento propício.

De madrugada decidi ir até a USP (Universidade de São Paulo) procurar por uma professora que me dera aulas dois anos antes. Ansiava que alguém pudesse atestar minha capacidade. Não percebia que a perturbação mental que

estava enfrentando nada tinha a ver com minha capacidade cognitiva e sim era fruto de um distúrbio do pensamento.

Ainda era de madrugada quando cheguei à USP. Apenas seguranças se encontravam nos prédios. Fazia frio e entrei em um destes prédios para ir ao banheiro e esperar que amanhecesse e alguém pudesse me atender. Mas, minha ansiedade era tão grande que eu não conseguia esperar minutos sequer. Descobri onde era a sala da professora que eu procurava e deixei em sua porta todos os certificados numa pasta. Consegui o telefone da secretária daquela sala e sai a vagar pela cidade. Passei o dia assim. Durante alguns períodos ligava para uma vizinha de minha mãe, pois estávamos sem telefone em casa. Falava um pouco, mas logo desligava, pois não queria voltar para casa.

A cada hora meu estado de agitação aumentava mais. De um dos motéis onde fiquei liguei para a USP para saber se a professora poderia me atender. Queria a todo custo falar com alguém que pudesse me ajudar. A secretária da professora já havia conseguido o telefone da escola na qual eu trabalhava e entrara em contato com a diretora, que por sua vez ligou para meu marido.

As pessoas com quem eu falava percebiam o quanto minha agitação era grande e ficavam preocupadas querendo me ajudar. Todavia a ajuda que eu queria era que alguém comprovasse minha capacidade intelectual. Como a professora não podia falar comigo fiquei muito irritada e desliguei o telefone na cara da secretária. A recepcionista do motel onde eu me encontrava ficou preocupada e após eu sair da sala entrou em contato com a secretária, rediscando o número que ficara gravado na memória do telefone. Através dela passaram minha localização para meu marido. Eu me encontrava na região de Santo Amaro, bairro muito distante da casa na qual eu morava naquela época, ambos em São Paulo.

Porém, quando chegaram ao local eu já saíra para outro. Parei e fiz mais compras, comprei muitos brinquedos. Minha sensação de agitação aumentava mais e mais. Por fim, do último motel no qual fiquei, liguei para minha vizinha e pedi para que a recepcionista desse a localização para que viessem ao meu

encontro. Já fazia mais de vinte e quatro horas que eu estava andando sem parar, começara a segunda noite e eu não parara um único minuto. A cada instante acelerava ainda mais minha fala e agitação. Pedia comida nos motéis onde ficava, mas não conseguia comer. No último, lancei mão de um monte de folhas e escrevi várias coisas. Já era madrugada quando meu marido chegou junto com um de meus cunhados.

Meu transtorno estava avançado e meu marido me levou direto para o atendimento psiquiátrico do Hospital do Servidor Público Estadual. Eu estava incomodada com a roupa que usava, pois era clara e estava suja. Coloquei-a do avesso. Após rápido atendimento médico foi recomendada uma internação psiquiátrica. Como não havia vagas no próprio hospital fui encaminhada para uma unidade que prestava serviços em São Bernardo do Campo, município próximo a São Paulo. Enquanto a ambulância atravessava a cidade, eu não parei um minuto de falar com meu marido e cunhado. Sentia ira. Não suportava o pensamento e odiava meu marido por ele não me compreender.

Quando chegamos ao centro psiquiátrico o médico deixou que eu relatasse meu conflito. Assegurou-me que minhas ideias tinham nexos, mas que eu precisava de internação para que pudesse retomar a ordem de meus pensamentos. Disse-me que ali no centro psiquiátrico encontraria pessoas em estágios melhores em relação àquele no qual estava e que, em contrapartida, encontraria outras aquém das circunstâncias na qual eu me encontrava e disse que eu teria que aprender a lidar com aquele momento em minha vida.

De repente eu me encontrara ali, cercada por pessoas que pareciam personagens de uma peça de teatro. No primeiro instante eu imaginei que era uma brincadeira do George. Que dali a alguns minutos alguém me chamaria e me tiraria daquele lugar, que eu não ficaria ali internada. Porém, no decorrer da tarde fui percebendo que aquele grupo de mulheres que me rodeavam tinham mesmo distúrbios psiquiátricos, que não era nenhuma brincadeira.

Estavam ali por motivos diferentes. Uma era alcoólatra, outras estavam agitadas e agressivas como eu, algumas estavam em seus mundos próprios, dopadas pela

medicação psiquiátrica.

No início da noite o psiquiatra que me atendera pela manhã veio me trazer a medicação, pois eu resistira à tarde inteira em tomá-la. Quando o médico chegou me encontrava acuada em uma das camas de um dos quartos. Além do médico, algumas pacientes estavam ao redor da cama quando fui levada a ceder ao cansaço e tomar o remédio que me era dado.

Quando não vinha mais ao caso resistir, pois minhas ideias confundiam-se umas às outras, tomei a medicação que o médico me apresentava. Após tomá-la fui adormecendo aos poucos, perdendo os sentidos, num sono profundo que durou cerca de vinte e quatro horas.

Quando acordei já era noite de domingo. Uma parcela das pacientes estava na sala assistindo televisão. Algumas andavam de um lado para outro o tempo inteiro. Eu estava meio atordoada, mas imaginei que já deviam ter trazido algumas coisas para mim. Fui até a enfermaria e descobri uma sacola de roupas e um cadeado. Deram-me um armário e orientações. Não me recordo se pude tomar banho neste dia, nem sequer se jantei. Os horários eram muito rígidos e percebi logo que teria que entrar no ritmo. Às vinte e duas horas davam a medicação para todas as internas, desligavam a televisão e apagavam as luzes, de forma que deveríamos ir para a cama.

O banho era pela manhã, antes do café. Água morna para fria. Para compensar a cevada servida no café era muito quente. Entrávamos na fila para pegar a bandeja, a cevada e o pão. Depois nos dirigíamos para um amplo refeitório, cheio de mesas enfileiradas. Parecia-me o refeitório da escola onde fiz o primeiro grau. Adaptei-me rápido às normas lógicas daquele centro de recuperação psiquiátrica.

O mais interessante naquele local era sua área externa, com bosque de eucaliptos, horta e sala de terapia ocupacional. Durante os dias úteis da semana tínhamos acesso a estes locais.

O quarto no qual eu ficava tinha mais quatro camas. Uma delas era ocupada pela Dona Dirce, uma professora aposentada que ficava o dia inteiro na

cama. Num dos dias da semana fizeram um mutirão para que ela saísse e fosse tomar banho. Era uma senhora obesa, com seus sessenta ou setenta anos. Estava totalmente envolta em seu mundo próprio, mas ouvia com atenção àqueles que se aproximavam. Por vezes ficou a me ouvir ler trechos do livro de filosofia que eu trazia comigo.

A segunda cama era ocupada por uma senhora que ficava o tempo inteiro deitada, reclamando de dores no corpo.

As outras duas camas estavam vazias.

Eu me sentia muito pequena dentro daquele enorme quarto, cujas janelas eram extremamente altas. Estava frio, muito frio. Era sábado e não havia psicoterapia ou saída ao pátio externo. Essa é uma das piores coisas nesses locais de internação, no final de semana as atividades diminuem consideravelmente e a sensação de se estar preso é proporcionalmente maior.

Foram apenas onze dias na primeira internação, mas pareceu um longo tempo. Na verdade, ali eu iniciei uma longa viagem da qual às vezes tenho dúvida se retornei. Após esses onze dias de internação meu marido interveio e se responsabilizou pela minha saída. Com certeza não foi uma atitude propícia essa de me tirar de lá antes de minha recuperação.

3º Ensaio – Rostos

Eram loucos todos os homens e insanos seus atos. Pairavam sob o mais mórbido cotidiano e disso faziam suas realidades. E todos, segunda uma série de julgamentos, viviam suas vidas respeitando leis que não lhes diziam respeito, pois temiam o tribunal criado pelos insanos e assim negavam ações que por ventura não fizessem parte do rol das leis criadas. Infelizes e taciturnos eram todos aqueles que simultaneamente desejavam mudanças e temiam represálias.

Aprisionados pelo desejo e pela insatisfação do prazer, mulheres e homens se dignificavam a seguir normas ditadas por superiores “ausentes”,

pois que era em suas mentes que as ordens germinavam e ecoavam as duras penas a que eram submetidos.

E, na contramão da história, andavam de cabeça baixa todos aqueles que por amor e paixão à vida se negavam a andar nos trilhos construídos no passado e que levavam a um único caminho.

Rebeldes, alguns se lançavam de edificações e abriam mão da própria vida, não sabendo que todos os outros faziam o mesmo sem terem coragem de se lançar e abrir mão do corpo inútil que carrega mentes vazias e rostos sem identidade.

Após a saída de minha primeira internação meu marido procurou novamente a psiquiatra que conhecemos através de seu convênio médico. Ela introduziu uma quantidade enorme de medicação, entre eles o Haloperidol. Tal medicação foi causando uma impregnação terrível. Cerca de vinte dias após minha saída do hospital eu não conseguia mais andar. Minhas mãos foram ficando roxas e minhas pernas simplesmente não respondiam mais.

Levada novamente ao Hospital do Servidor Público Estadual uma nova internação foi sugerida, para desimpregnação. Fiquei internada no próprio hospital, na ala de psiquiatria.

Esse período de internação foi muito sofrível. Eu já me encontrava mais consciente e o distanciamento de minhas filhas me traziam muita tristeza. Foram eternos onze dias. A alimentação era horrível, pois vinha acomodada dentro de bandejas descartáveis de alumínio. Não havia área externa nenhuma e a única sala de convivência era pequena. Todos os quartos, bem como essa pequena sala, tinham grades e só saíamos à área externa no horário de visitas, acompanhados por nossos familiares.

Da janela do quarto no qual fiquei internada eu podia ver um clube no qual pessoas entravam e saíam o tempo todo, em especial nos finais de semana. Aquela realidade ali na minha frente parecia tão distante, quando consideradas as grades que me separavam dela. Pareciam eternos, infundáveis momentos de

angústia.

Outra angústia se dava no período da manhã quando para pegar sol nos braços eu os colocava para fora das grades na sala de convivência. Já extremamente consciente aqueles dias pareciam eternos e aquele ato me trazia a sensação nítida de uma prisão. Por mais que eu soubesse serem necessárias grades para nossa própria segurança, para evitar que alguém saltasse, minha angústia era enorme e me deixou grandes marcas simbólicas da prisão por onde passei.

Durante a internação a desimpregnação foi se dando e logo eu estava andando normalmente de novo. Diagnosticada minha doença (embora eu não tenha tomado ciência nesta época) foi introduzida a dieta com Carbonato de Lítio. É um ótimo controlador do humor, embora apresente uma série de efeitos colaterais.

Muitos fatos me marcaram nas internações psiquiátricas de 1995. Com certeza, o maior delas foi o distanciamento de minhas filhas. Durante a primeira internação, em setembro, numa das tardes em que eu me encontrava internada pedi à psicóloga que trouxessem as minhas filhas para eu poder amamentá-las. Não tinha consciência de que tomando a medicação que me fora dada eu não poderia mais amamentar, pois eram psicotrópicos fortíssimos e teriam efeito sobre o leite materno.

Embora eu não tivesse condições de amamentar mais, minhas filhas me foram trazidas, o que demonstra o respeito da instituição com o paciente. Pude vê-las por alguns instantes e me explicaram que eu não poderia mais amamentá-las, mas queriam que eu soubesse que elas estavam bem.

Durante a segunda internação as trouxeram também para me visitarem. Eu já estava deprimida e chorei muito.

Embora me lembre bem dos momentos de internação e da intensidade com que os vivi é difícil relatá-los. A miscelânea de pessoas com quem convivi esses cerca de vinte e dois dias me proporcionou uma vivência ímpar em minha vida.

Além de pessoas como a Dona Dirce, que já citei e que esteve presente na minha primeira internação, houve a Dona Margarida, também neste período, e a Anna Thaís durante a segunda internação.

A dona Margarida era uma senhorinha muito pequenina, magra e baixa, cuja família “esqueceu” no centro psiquiátrico ou por não ter família que a reclamasse ela “se esqueceu” no centro psiquiátrico. Dona de uma lucidez muito grande se colocava a auxiliar os pacientes em estágio mais grave. Na tarde na qual fui internada ela ficou a me rodear na tentativa de me auxiliar. À noite, quando o médico veio com a medicação ela se colocou ao lado de minha cama, junto a mais umas duas pacientes, a rezar e pedir que eu tomasse o remédio.

Lembro-me bem de sua fisionomia, franzina, a andar de um lado para outro na tentativa de organizar e auxiliar as enfermeiras. Ela intervinha junto a nós para que ajudássemos a dona Dirce a sair da cama, tomar banho e almoçar na mesa.

A dona Dirce era uma intelectual. Professora aposentada negava-se a reagir às intervenções que lhe faziam. Literalmente, abandonara à vida. Sua obesidade mórbida não era tão mórbida quanto sua rejeição cotidiana. Porém, detinha uma atenção muito grande àqueles que se aproximavam. Nutri por ela uma grande afeição, chegando a uma relação de amizade. Eu lia para ela, quanto podia, meu livro de filosofia nos momentos em que passamos juntas e ela me falou, no limite de seu distanciamento, de suas aulas de inglês.

Além da dona Dirce e da dona Margarida outra paciente me chamou a atenção durante essa primeira internação. Não me recordo o nome dela, mas lembro-me de suas afirmações quanto à própria vida.

Era alcoólatra. Relatou como agia, entregando-se à bebida de forma compulsiva até chegar a um estágio de total falta de lucidez. Disse-me que tinha consciência de seu vício e, uma vez fora do centro psiquiátrico, faria o mesmo que antes de vir parar nele, ou seja, voltaria a beber até chegar novamente a um estágio de loucura de forma que sua mãe a internaria novamente e novo

tratamento para desintoxicação fosse iniciado.

Durante a segunda internação conheci a Anna Thaís. Como se diz em certos lugares ela era “uma figura” e entrou no centro psiquiátrico usando roupas pretas e uma forte maquiagem. Não sei ao certo a que tribo ela pertencia, mas tinha uma visão revolucionária do mundo no qual vivia. Menina de classe média alta, via a riqueza como um mal. Era distante dos pais e do irmão e trazia consigo uma ideologia cuja vida deveria ser vivida com pouco dinheiro e muito prazer. Desde a mais tenra idade drogava-se, o que começara a fazer com os primos. Segundo ela, naquela época da internação “uns caretas”, pois haviam deixado o vício.

Anna Thaís experimentara todos os tipos de drogas, de maconha a LSD e estava ali para desintoxicar-se. Presenciei momentos no qual os enfermeiros injetaram glicose na veia de seu braço para limpeza do sangue.

Passamos horas a conversar. Uma noite fizemos uma sessão de piadas. Neste dia eu usava uma blusa amarela de frio e brinquei que eu era uma girafa. Rimos muito. Foram os melhores momentos de minhas internações.

Outro momento a ser relatado foi uma apresentação que montaram com os pacientes durante a segunda internação. Nela toquei minha flauta transversal. Havia tanto para mim, como para os demais pacientes, abertura para que fizéssemos daquele espaço de internação, na medida do possível, um espaço agradável e todo nosso. Pedi para que levassem fotos, livros e a flauta, além, é lógico, de todo um aparato de higiene e roupas.

O acompanhamento psiquiátrico e a introdução do Carbonato de Lítio controlaram a aceleração e proporcionaram a entrada em uma crise de depressão. Deixei o centro psiquiátrico nessas circunstâncias.

Naquela época tudo era cinza e eu tinha a impressão de não enxergar mais que trinta ou quarenta por cento daquilo que se apresentava à minha frente. Foi com certeza o período mais característico da minha primeira crise de depressão. Não sentia ódio, não sentia dor, simplesmente não sentia nada. Acabara de sair

da minha segunda internação psiquiátrica e me redimira diante da vida.

Uma vez por mês tinha que me apresentar na psiquiatria do Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo. Quase que somente nestas ocasiões saía de casa e quando o fazia limitava-me a cumprir apenas o trajeto tácito de ida e volta. Por algum tempo minhas asas (o carro) foram cortadas e tinha que aceitar que meu marido me levasse até o hospital e após a consulta eu voltasse de transporte público. Sabíamos que era mais seguro até que o meu organismo reagisse melhor à medicação. Eu não resistia a nada, simplesmente porque não havia mais nada que pudessem me tirar desde a minha primeira internação quando além da roupa só fiquei com um livro de filosofia.

Exatamente porque meu marido me levara naquele dia, antes de ir para o trabalho, cheguei muito cedo, junto com o sol. Quase não havia luz, o sol apenas se pronunciava e ao esquentar aquele princípio de manhã aquecia algum orvalho que por ventura molhara o asfalto durante a noite. Essa rara névoa se embaralhava junto àquele pouco do que podia enxergar e me ocultava ainda mais o que eu podia ver.

No percurso entre o carro e o consultório eu passava pela entrada do hospital e por um ponto de ônibus. Neles haviam pessoas, eu podia ver seus vultos e sentia que naturalmente desviavam de mim. Não conseguia definir muito bem seus rostos e, como tudo o que me rodeava, suas roupas eram quase que sem cor.

Andava com certo vagar.

Metros depois do ponto de ônibus uma pequena rua de paralelepípedos dava passagem entre a rua principal e o centro de atendimento psiquiátrico. Outrora esta pequena rua servira de passagem aos carros e moradores daquele conjunto residencial. Este conjunto, por sua vez fora agregado ao hospital em algum momento. Inúmeras vezes tentei ver a cor daquelas paredes e das flores. Procurei em vão crianças brincando e “cadeiras nas calçadas”. Mas, embora ainda tivesse um aspecto de moradia, era apenas um centro de atendimento psiquiátrico.

Era minha segunda consulta após ter saído da internação e apesar de não ter grandes sentimentos ou algum entusiasmo eu estava decidida a não aceitar o médico que me atendera na consulta anterior, pois ele fora ligeiramente estúpido com a paciente que atendeu antes de mim.

À espera que o guichê se abrisse minha ansiedade era incomensurável e tentava em vão imaginar como justificaria o pedido.

Durante uma crise de depressão nos parece difícil argumentar sobre o que queremos, exatamente porque este querer não tem vivacidade suficiente. Em depressão o contato com outras pessoas é uma coisa lamuriosa. Sentimo-nos meio toupeiras e respostas negativas soam como os sons da morte... Nããã.

Por sorte, não recebi uma resposta negativa. Quando fiz meu pedido a funcionária pegou meu cartão e procurou outro nome, outro médico. Não me disse nada, apenas confirmou com outra funcionária se realmente surgira uma vaga com a Dra. Maria do Carmo. No que a outra respondeu afirmativamente ela me devolveu o cartão com o nome da nova médica que me acompanharia.

Sentei e esperei. Nestes últimos anos aprendi ao pé da letra o significado da palavra paciente.

A sala de espera ficava no que antes deveria ter sido uma sala de estar. Ali improvisaram também o guichê de atendimento junto ao que deveria ter sido uma cozinha e sala de jantar. Alguns consultórios ficavam no piso superior no que outrora seriam quartos. Tudo muito improvisado. Não sei se essa impessoalidade do lugar me trazia sensações melhores ou piores do que seria ou teria sido a psiquiatria no passado e do que eu ainda poderia presenciar futuramente.

Sentava e esperava o mais absorta possível, o mais longe que eu pudesse ficar, seja pensando no passado ou criando um futuro e nunca naquele presente horrível no qual eu estava. Na verdade eu não acreditava estar ali, embora todas as questões científicas de tempo e espaço pudessem me provar aquilo. Não aceitava aquele tempo e por meses me negava aceitar que poderia estar doente.

Por fim, no meio dessas reflexões que me ausentavam daquele lugar fui

chamada de volta a ele. Era a médica. Atender-me-ia na parte superior da casa. Eu ainda não havia estado lá, pois a consulta anterior havia sido em uma sala na parte térrea.

Após ganhar a escada e atravessar uma porta encontrei o quarto vazio, habitado apenas por um pequeno armário do lado direito, uma mesa junto à parede oposta à porta e uma cadeira à frente desta mesa. Eram móveis antigos, de madeira escura. O chão também era escuro. Um quarto grande iluminado por uma janela aberta. Não sei se haviam paredes, não as vi.

A médica era uma mulher pequena perdida em um avental enorme. Estava escondida atrás da mesa e me perguntou, embora tivesse meu prontuário à sua mão, sobre o porquê da minha consulta. Respondi o que perguntava, pois imaginei que devia ser uma praxe médica, em especial dos psiquiatras, confirmarem a versão do paciente. A mesma história, ainda tão fresca em minha memória, repetida numa das tantas vezes ao longo destes últimos anos.

Enquanto ela ouvia ia fazendo anotações. Como o avental era proporcionalmente maior que o corpo, o fino braço dançava por entre a manga. Os olhos abandonavam os óculos e por sobre eles se comprimiam como que no desejo de ouvir além das minhas palavras. Eram olhos instigantes e, por todo um ano e meio que seguiram meu tratamento, davam-me a impressão de que me desnudavam. Eles me pareciam fortes e graciosos. Aqueles olhos, embora pudessem se equivocar, acreditavam no que faziam. Eles alentaram meu regresso para casa.

O sol estava forte.

4º Ensaio - Os Três Mundos

O indivíduo constrói sua história e apropria-se dela de acordo com suas necessidades. A intervenção do outro é pequena. Se o indivíduo não sair de si mesmo e for em busca de algo não há quem o atinja. Há um mundo interior no qual todos vivem e onde são sanadas as necessidades primordiais. Chamo a

ele de primeiro mundo, a este mundo interior. É neste que se dá uma série de conflitos, onde se elaboram as perguntas, o desejo de resposta e o prazer em encontrá-las.

É para responder à maioria das questões elaboradas que o indivíduo sai de si e entra naquilo que chamo de segundo mundo. É o mundo das relações imediatas, aquilo com que temos contato no cotidiano: as pessoas, a relação de trabalho, enfim, o que nosso campo de visão permite. Respostas e necessidades mais imediatas podem ser alcançadas nele.

Todavia, esse mundo imediato externo é dirigido por uma série de fatores que estão além do alcance dos indivíduos. São contratos sociais, morais, éticos que justificam a vida em sociedade e que enquadram os indivíduos. Estão colocados além da barreira de tempo e espaço. São relações complexas e engendram respostas fundamentais. Fazem parte do que chamo de terceiro mundo e por não estarem ao alcance do senso comum podem inviabilizar respostas básicas ao indivíduo e conseqüentemente alterar a qualidade de vida deste.

Há duas questões sobre as quais podemos refletir para justificarmos alguns processos de angústia que atinge as pessoas: uma delas é a de que o mundo imediato (segundo) toma muito tempo do indivíduo devido à sua burocratização e a segunda é a de que quando o indivíduo encontra suas respostas primordiais volta ao primeiro mundo e sente-se satisfeito.

O tempo parou para mim, meu dinamismo e vivacidade transformaram-se em apatia. Apenas meses depois voltei para sala de aula, quando minhas filhas tinham pouco mais que oito meses. Encontrava-me profundamente deprimida e perturbada, mas não queria recorrer a licenças médicas. Minha ideia de perfeição e competência, bem como de moral e ética não me permitiam esse tipo de saída. Durante cinco meses me torturei numa sala de aula junto a crianças de seis para sete anos. Eu as olhava, mas muitas vezes não as via. Diante de meus olhos estavam sempre os olhos e os rostos de minhas duas filhas. Era delas que eu

queria dar conta, de mais nada.

Por mim teria abandonado a escola logo no início do ano, mas meu marido me convenceu de que não era bom fazê-lo de forma precipitada, que tal ato poderia trazer um sentimento grande de perda. Ele me pediu que eu o fizesse apenas quando estive mais segura, pois que se o fizesse sem ter certeza e num momento de angústia não teria forças para voltar mais tarde, quando estivesse melhor. Teria sempre a sensação de derrota. Por ele concordei em esperar até o recesso do meio do ano. Tive muita sorte. Exatamente naquele ano o governo do estado de São Paulo, para o qual eu trabalhava, lançou um pedido de demissão voluntária na época do recesso do meio do ano de 1996. Não tive dúvidas, me inscrevi na primeira semana, pedindo minha exoneração em troca do abono oferecido aos funcionários que o fizessem. E então, durante quase três anos, me dediquei unicamente à convivência com minhas duas filhas e comigo mesma. Foram longos dias de reflexão.

Não me distanciei apenas de minha profissão, mas do mundo como um todo.

Minha família sempre foi muito presente em minha vida, em especial naquele momento. Apesar do esforço deles eu me sentia sozinha para aprender uma série de coisas novas em minha vida. Eu ficava horas sentada diante da janela de meu quarto, na casa de minha mãe, olhando para as grades que me separavam do quintal e refletindo sobre o que tinha acontecido. Por mais que eu soubesse que o caso era olhar para frente, pelo que estava por vir, existia uma necessidade enorme de tentar rever o passado, de refazê-lo, de compreendê-lo.

Necessidades básicas passaram a me parecer difíceis, como dirigir, escrever, sair sozinha de casa, distanciar-me de minhas filhas. Naquele momento me parecia eterna minha condição de mãe e esposa. Não me sentia mais capaz de retomar as aulas ou simplesmente de voltar a fazer algo fora de casa, como estudar, por exemplo.

Quando minhas filhas iam completar dois anos nos mudamos para uma

pequena casa em Diadema, município no qual meu marido trabalhava, próximo a São Paulo.

Foi uma experiência muito agradável, morarmos somente nós quatro. Tive que dar conta de cozinhar e arrumar à casa sozinha. Dar conta das meninas me parecia uma coisa nova. Como o Lítio me trouxesse sonolência, no período da tarde eu as colocava próximas a mim, num tapete no chão do quintal, rodeado de brinquedos. Ali ficávamos horas entre uma cochilada e outra.

Infelizmente, em outubro daquele ano, numa tarde na qual fomos fazer compras, romperam a janela sem grades de nosso quarto e levaram uma série de coisas, CDs, vídeo e minha flauta transversal. A maior perda, porém foi a de minha sensação de segurança. Já não me sentia segura naquela casa, pois tinha certeza de que iam voltar e à procura de outra casa também não via mais segurança em nenhuma. Voltamos então para casa de minha mãe, até que o apartamento que estávamos pagando ficasse pronto.

Naquele período de tempo não me importava muito com o fazer. Parecia-me que o fazer estava limitado a cuidar das crianças. Fui muito feliz nesse período de tempo embora minha apatia e depressão fossem profundas.

Em 1998 comecei a desejar maior liberdade e certa tarde conclui que deveria colocar minhas filhas numa escolinha, pois já que eu não conseguia viver sem elas, elas poderiam viver sem mim e assim eu poderia fazer alguma coisa de diferente.

Matriculei-as numa escolinha particular e me matriculei num curso de canto e coral. Assim, levava as meninas para a escola e ia uma vez por semana para o curso que eu frequentava.

Aos poucos, ao longo do ano, fui me sentindo mais capaz, recuperando minha sensação de segurança. Para mim, muitas coisas ainda eram muito difíceis. As reações do Lítio me deixavam ligeiramente apática em relação ao meu redor. Lembro-me bem que muitas quartas-feiras desejava ficar em casa e não ir ao curso e parecia-me um caminho enorme entre o ponto de ônibus e o local onde o curso acontecia. Tinha uma ligeira subida e eu ia galgando degrau

por degrau da rua na hora da ida, como uma longa etapa a ser vencida. Na volta estava mais animada, por conta do curso ser muito agradável, e a descida me parecia bem sublime.

Com o decorrer do tempo meu humor foi equilibrando e a quantidade de Lítio foi se tornando menor.

A certa altura passei a utilizar apenas um comprimido para equilibrar meu humor. Neste momento voltei a ter vontade de trabalhar, retomar as atividades em alguma escola.

Minhas filhas iam fazer quatro anos quando voltei a dar aulas em março de 1999. Neste ano e no ano seguinte eu fazia uso de pouco remédio psiquiátrico. O acompanhamento médico se dava por uma profissional da Prefeitura Municipal de São Paulo, que pertencia a um programa de saúde desta prefeitura.

Na Mudança de mandato, do ano 2000 para 2001, tal programa foi extinto e com ele a psiquiatra que me acompanhava até então deixou a prefeitura e me encaminhou para uma psiquiatra numa Unidade de Saúde próxima.

Logo na primeira consulta a psiquiatra que passou a me atender suspendeu minha medicação. Fiquei imensamente feliz por me ver livre do compromisso com o medicamento e comentei com ela sobre meu desejo de ter outro filho. Ela me sugeriu que não era adequado, que o problema poderia voltar a acontecer, que o interessante seria me dedicar aos estudos, fazendo uma pós-graduação, pois que meu número de filhos já era o adequado.

Falou que o problema poderia voltar, mas não falou que o problema psiquiátrico que tenho vai me acompanhar por toda a vida. Suspendeu minha medicação quando nunca poderia fazê-lo.

Nunca, naqueles cinco anos de tratamento psiquiátrico alguém me dissera que eu tinha uma doença hereditária e incurável. Um transtorno do humor que necessita acompanhamento medicamentoso e terapêutico por toda a vida na imensa maioria dos casos. Uma doença que tem controle, mas para qual ainda não há cura. Como um diabético precisa de insulina um doente com transtorno

afetivo bipolar necessita de um controlador do humor e, durante as crises, necessita de calmantes ou antidepressivos.

A atitude da psiquiatra trouxe consequências terríveis seis meses depois.

Capítulo III – A Crise de Mania em 2001

Era meado de julho de 2001 e aproximava-se meu trigésimo terceiro aniversário. Estávamos em Sete Lagoas, estado de Minas Gerais, onde a família de meu marido se reunia pela segunda vez num encontro depois que deixaram a casa dos pais. Ao todo formávamos um grupo de quarenta e duas pessoas, sendo eu, meu marido, nossas duas filhas, nove irmãos dele, seus cunhados, sobrinhos, alguns tios e primos e seu pai. Era a última noite do encontro e eu estava ansiosa para retornar à São Paulo e retomar minha vida cotidiana. Embora estivesse extremamente eufórica e os pensamentos começassem a escapar dentro de uma ligeira confusão não percebi que estava entrando numa crise de mania. Naquele momento não associei tais sensações àquelas que sentira seis anos antes.

A madrugada ia se findando e, depois de organizar meticulosamente nossa bagagem, não suportava mais ficar dentro do chalé esperando que o dia nascesse. Apesar de ter desenvolvido atividades aquele dia inteiro, bem como nos anteriores, não me sentia cansada. Havia em mim uma energia enorme e toda uma gama de conhecimentos desfilava em minha mente, de tal sorte que desenvolvia planos mirabolantes para quando o período de férias acabasse e retornasse a lecionar. Naquele dia havíamos visitado a gruta de Maquiné, numa cidade vizinha a Sete Lagoas. Eu estava maravilhada e imaginava a possibilidade de voltando a São Paulo visitar a Caverna do Diabo e organizar um estudo do meio com minha turma de 7^a série. As ideias vinham a minha cabeça com tal agilidade que, embora fantásticas, faziam me sentir bem e completamente passível de execução. Os pensamentos fluíam intensamente e eu não sentia necessidade de colocar limite a nenhum deles.

Tinha a sensação de que gostaria de abandonar o corpo, que me limitava, e

deixar a mente ir embora. Desejava que isso acontecesse logo, rápido e não suportava mais a minha companhia, quiçá a daquelas pessoas para mim tão distantes naquele momento. Os familiares de meu marido me pareciam pessoas limitadas em seus mundos particulares.

Ainda estava escuro quando resolvi esperar no quintal do clube que o dia amanhecesse e eu pudesse terminar alguns ajustes do encontro, entrar no carro e rumar para casa a fim de dar cabo de meus planos.

Como a tudo o que vivi, em especial durante minhas crises maníacas, queria ver ao nascimento do sol, saboreá-lo como se fosse o único. Devaneava filosoficamente imaginando que nunca mais ele seria o mesmo e que no outro dia já seria outro, pois que “ninguém pisa o mesmo rio duas vezes”. Pensava sobre o quanto aquela oportunidade era única e que não se repetiria. Sentia angústia de não ter tirado uma foto com todos que ali estavam, com todos os irmãos de meu marido e ele, todos os netos de meu sogro naquele momento, inclusive minhas duas filhas. Dialeticamente desejava me livrar daquele momento e ao mesmo tempo eternizá-lo. Nessa teia de pensamentos me lembrei que também minha família não possuía uma foto com todos os seus membros. Fomos apenas cinco e nunca o fizemos. Neste momento enveredei por um caminho doloroso onde me martirizava por não tê-lo feito. Então, me transformei em lágrimas contemplando aquele sol frio de inverso. Pensei em meu pai e meu irmão, mortos por fatalidades. Senti que estava desamparada num mundo cruel onde as pessoas que têm não dão valor ao que têm e aquelas que não têm perambulam a vida inteira numa busca cruelíssima de ideais inalcançáveis.

Um mês após o retorno a São Paulo meu cérebro acelerava de forma geométrica e a maneira como passei a lidar com as atividades seguiam o mesmo ritmo. Na 6ª feira, 10 de agosto, um aluno da escola na qual eu trabalhava foi assassinado com um tiro na cabeça pelo comerciante cujo bar ele acabara de assaltar. Tomei ciência deste fato no sábado durante uma reunião na escola e onde, naquele momento, estava apresentando à equipe de professores e

funcionários um dos projetos desenvolvidos pela Secretaria Municipal de Educação. Após a reunião, embora tivesse trabalhado a semana inteira e parte da última madrugada num organograma que apresentara na reunião, decidi ir ao enterro.

Por coincidência neste mesmo dia eu tomara ciência da morte de um grande amigo que estudara comigo parte do primeiro grau.

Eventualmente nos encontrávamos e fazia algum tempo que não nos víamos. Quando encontrei sua mãe naquela manhã de sábado e fiquei sabendo da morte tão prematura por um tumor no cérebro entrei num ligeiro estado de transtorno, não quis mais detalhes e justifiquei minha pressa utilizando a reunião como desculpas para não ceder maior atenção ao fato.

Por mais que tentasse já não conseguia mais me controlar e não parava um minuto sequer. As ideias não davam espaço a um período de descanso naquele longo dia de agosto. Após a reunião, já no cemitério, enquanto ficamos esperando o corpo do aluno chegar para o enterro fui andar por entre os corredores de ossuários e viajar nas abstrações mais complexas sobre a relação da vida e da morte. Aproveitei a máquina fotográfica, que não me lembro porque motivo estava à mão, e fiz várias fotos no cemitério. Pensava em introduzi-las em minhas aulas, de comentar através delas o quanto se paga por cada escolha. Fotografei de árvores que lembravam uma floresta, passando pela humilde capela onde o corpo foi velado por ralos quinze minutos, amigos e parentes do menino e só parei no momento em que o caixão desceu com o corpo quando um sol dúbio se escondia após as dezessete horas daquela tarde de inverno. Só não cometi a infâmia de fotografar o rosto do morto porque uma colega de trabalho que me acompanhava não deixou. Por essa eu não teria me perdoado.

Naquela noite as combinações de fatos já não cabiam em meu cérebro e em função da agitação e da crise de choro que entrava madrugada adentro meu marido resolveu me levar ao Hospital do Servidor Público Municipal de São Paulo.

Durante a consulta, o médico receitou um calmante, administrado no

próprio hospital, e me disse que “a morte faz parte da vida” e que eu venceria o impacto daquele momento. relatei a ele as complicações pós-parto, as internações em centros psiquiátricos e o uso do Carbonato de Lítio durante certo período. Ele me forneceu uma guia para que procurasse um especialista na área de psiquiatria.

Ligeiramente ciente de minhas condições iniciei pela segunda vez em minha vida a organização de tudo o que eu poderia precisar durante uma internação psiquiátrica. A partir daquele momento pude perceber que mais uma vez eu não sabia se continuaria ou não vivendo com minhas filhas ou se teria que me “ausentar” e quais poderiam ser minhas possibilidades de reconstruir novamente minha identidade.

Já na segunda-feira pedi ao diretor da escola na qual trabalhava que me cedesse algum tempo. relatei a ele o histórico do período pós-parto, algumas das complicações que trouxera durante anos e que até então eu imaginava que tivessem ficado no passado. Fui o mais sincera que pude e disse que não sabia ao certo da natureza de tal disfunção mental e que só me restaria enfrentar suas consequências. Não escondi dele nem de mim que estivesse apavorada com os possíveis desdobramentos de uma doença mental naquele momento de minha vida.

Por pura ignorância e uma agenda repleta de compromissos me dispus a procurar uma psiquiatra na sexta-feira daquela semana, quando estivesse fora da escola fazendo uns agendamentos para um estudo do meio no Horto Florestal. Lembrava-me da psiquiatra que me atendera entre 1996 e 1997 no Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo e que tinha um consultório próximo à estação Barra Funda do Metrô. Não lembrava seu nome, mas foi classificada como a primeira a ser consultada.

Eu estivera no consultório particular desta médica apenas uma vez, mas estivera no prédio onde seu consultório ficava quatro ou cinco vezes para consultar uma psicanalista por indicação da médica.

Traída por minha mente que ia se desnudando em público, na quarta-feira

sentia meus pensamentos pulando para fora de um cérebro que palpitava como o próprio coração, em sístole e diástole. Muito mais sístole do que diástole. Não querendo assumir a culpa por tal disfunção procurei um culpado possível e por força das circunstâncias elegi uma de minhas coordenadoras pedagógicas como alguém a quem poderia classificar como incompetente. Fui até a sala dos professores e, enquanto procurava o meu, joguei no chão todos os livros onde os grupos de professores escreviam sobre seus projetos. Ansiava por aquele livro de anotações como se nele estivesse talhada minha condição de continuar vivendo. Enquanto jogava os livros dos outros no chão resmungava sobre aquela frase ridícula colocada sobre eles: “cantinho dos professores”. Simplesmente, porque não cabia mais nada em minha cabeça resolvi falar algumas “verdades”, estas que pensamos e engolimos em seguida. Não conseguia engolir mais nada. Estava muito brava e agressiva. Saí da sala dos professores, fui ao meu armário, encontrei nele o livro que queria, mas não retornei para pegar aqueles que jogara no chão. Bati a porta do armário e não disse a ninguém que o livro estava lá. Como quem não fez nada de mais me dirigi para a sala de informática.

Naquela aula para professores trabalhávamos com o que posteriormente trabalharíamos com os alunos. Ao chegar à sala o professor coordenador da aula fez alguma referência à minha agitação. Então comecei a berrar que ninguém mais ia me dizer o que era certo ou errado e que eu estava cansada de saber o que era certo e o que era errado e que se algum imbecil tentasse fazê-lo eu mesmo ia mostrar o que era errado e o que era certo.

Nesse interim o auxiliar de direção veio com toda sua paz de espírito apelar para o meu bom senso e tentar me acalmar. Como o meu bom senso acabara comecei a gritar que ninguém mais ia me perturbar, afirmei que eu estava calma e que era aula de informática e na aula de informática eu fazia aula de informática e que se estivesse na hora de escrever nos livros os resumos do que nós líamos então eu o faria e nenhum imbecil iria me atrapalhar porque eu estava cansada de saber que naquela hora era aula de informática e eu estava ali para a aula e se alguém me contrariasse eu iria quebrar todos aqueles

computadores e bati com bastante força em um deles enquanto pedi para que parassem de encher a minha paciência. Diante de tais afirmações tão óbvias, tanto o coordenador da sala de informática como o auxiliar de direção, concordaram com meu discurso inflamado e além de tudo concordaram que se então eu estava “calma” que sentasse diante do computador e começasse o trabalho daquela tarde.

Naturalmente percebi que todos à minha volta estavam notando que havia alguma coisa de errado em meu comportamento. De qualquer forma me permitiram que terminasse as atividades da aula de informática e depois ministrasse as duas últimas aulas que eu tinha naquele período e comunicaram que após seu término eu comparecesse à sala da direção.

Às dezenove horas, quando terminei minhas atividades, fui até a porta da sala da direção, mas a encontrei fechada. Numa lógica maluca na qual nosso cérebro passa a funcionar durante os momentos de mania, pensei que se estava fechada deveria continuar assim e que demais a mais chegara minha hora de ir para casa e se era a hora de ir para casa então não havia mais porque ficar ali. Peguei minhas coisas e quando saía encontrei a coordenadora a qual me referi, que ao passar por mim fingiu não me ver. Achei um tanto melhor porque se ela falasse qualquer coisa que fosse, com certeza teria uma boa resposta. Agradeço que tenha se compadecido, seja lá por qual motivo.

Em casa passei a madrugada escrevendo uma carta para meus alunos. Pensava em me ausentar por um período e queria justificá-lo.

Meu pensamento galopava e minhas ações queriam dar conta de um monte de coisas as quais adiara até aquele momento. Perdi a capacidade de mensuração do tempo e meu marido que acordara durante a madrugada tentava me convencer da necessidade de consultarmos um psiquiatra. Embora não discordasse dessa urgência havia outras que para mim tinham uma necessidade incomensurável de solução. Como ele não conseguia acompanhar minha linha de raciocínio classifiquei-o logo na relação dos imbecis com os quais eu era forçada a viver. Ele por sua vez, o imbecil que eu escolhera para viver comigo, era o maior de

todos, mas havia muitos outros, eram muitos. Na ânsia desesperada de me convencer ele foi se perdendo em subterfúgios que a ele eram lógicos, mas não a mim.

Num determinado ponto comecei a questionar o que ele estava fazendo em casa se era hora de estar no trabalho e na quinta-feira era minha folga e não dele. Por fim, decidi que não era mais possível ir a uma consulta psiquiátrica, pois haviam outros compromissos, em especial uma palestra na Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo.

A certa altura também minha mãe se juntou ao meu marido. Naquele momento eu já tinha presságios de perturbação, não queria mais diálogo com os dois, simplesmente os considerava incapazes de me compreender. Exatamente eles, que eram as duas pessoas mais próximas de mim eram as que mais me incomodavam, como que se pudessem perturbar minha ordem mental. Quando minha mãe veio me dizer que eu estava bem a agredi. Sabia que não estava bem, não queria ninguém mentindo. Minha irmã que se demonstrou um pouco mais sensata fez o que eu faria em situação semelhante: olhou, constatou, julgou, não disse nada e foi para sua oficina desenvolver seu trabalho.

O tempo passava e turbilhões de ideias iam se apresentando, cada vez mais de forma fantástica. A certa altura, meu marido saiu à procura de uma psiquiatra que me acompanhara durante um período e cujo consultório ficava num bairro próximo à nossa casa. Eu, que começara a tomar decisões como quem troca de camisa, resolvi me separar de meu marido. Não queria mais aquele ser que naquele momento me parecia medíocre para minha convivência diária. Lancei mão do telefone e disse à mãe dele, a mil quilômetros de distância, que o estava devolvendo e pedi para que ela falasse com ele para que me deixasse em paz. Alguns compromissos importantes me esperavam e eu não tinha mais tempo a perder.

Em minha cabeça o mundo estava virando uma festa, aliás, diga-se de passagem, era meu aniversário. Neste instante, além das minhas duas filhas que felizmente estavam alheias a tudo ou quase tudo, surgiu uma amiga com quem

eu iria à USP para uma palestra muito especial que eu não sabia sobre o que, mas era muito especial mesmo e segundo meu julgamento me parecia imprescindível.

Apesar de estar ligeiramente perturbada e agressiva, pois já quebrara o espelho do guarda-roupa com os pés, concordaram em me deixar sair com minha amiga. Por precaução abasteci uma pasta com alguns livros básicos necessários à sobrevivência em qualquer centro psiquiátrico. A primeira internação ficara um pouco monótona com o sempre mesmo livro de filosofia.

De qualquer forma eu pensava que os livros serviriam também para atestar algum conhecimento que por ventura em algum momento dúbio eu não pudesse provar. Sou uma ferrenha Cientista Social onde para tudo primeiro tem que existir uma explicação lógica, científica, de preferência comprovada e comentada por mais de um veículo de informação.

Por algum motivo, muito provavelmente porque todos sabiam que eu não estava bem, o encontro com o grupo que iria à USP foi transferido da escola para um shopping. Quando chegamos nele, mais especificamente na praça de alimentação, meu marido estava em uma das mesas com o Júlio, diretor da escola na qual eu trabalhava, o auxiliar de direção desta e uma coordenadora pedagógica de outra escola.

Minha agitação já estava a altos graus e em segundos entrei em estado de cólera pelo fato do George estar ali e como sabia que meus argumentos não poderiam ser fracos, tirei alguns livros da bolsa, de Antônio Joaquim Severino e Ziraldo, passando por Maria Victória Benevides, e disse no tom mais ameaçador que pude que discutiria sobre qualquer um deles, falaria sobre qualquer assunto, mas se alguém me forçasse a falar ou ficar com aquele “imbecil” do meu marido que deveras nem sequer era mais meu marido, então eu iria fazer um escândalo enorme e quebrar tudo à minha frente até que me amarrassem e me internassem.

Felizmente, não foi necessário fazê-lo. Sempre tive muita sorte, mais sorte que a maioria das pessoas que conheci ao longo desses anos, seja pessoalmente, nos centros psiquiátricos, nos consultórios ou nos livros que relatam a vida de

doentes mentais.

Por sorte, nasci num outro tempo e encontrei muitas pessoas dispostas a tentar compreender uma linguagem única, a de um louco que está enlouquecendo e clama sua sanidade mental.

Cederam ao meu clamor e negociaram comigo que primeiro eu iria a uma consulta psiquiátrica, acompanhada pelos meus amigos e depois daríamos andamento aos demais compromissos.

A caminho do consultório no auge de minha crise maníaca meu cérebro parecia que ia arrebentar. Podia sentir o sangue correr por entre suas veias e se entupir em canais onde algo parecia impedir as sinapses. Eu viajava no banco traseiro do carro do Júlio, diretor da escola, enquanto ele e a Tânia ocupavam os bancos dianteiros. Estavam me levando a um consultório que eu sabia localizar-se na Barra Funda, em alguma rua transversal à Avenida Francisco Matarazzo.

Foram minutos intermináveis e não sei se já os vivi todos ainda hoje. A cada palavra que falavam desencadeava-se uma série de novas ideias, uma imensidão de novas possibilidades. Ideias que iam sendo abortadas e que neste ruir traziam consigo uma angústia enorme e, como que por não consegui-las encaminhar, me travavam a mente e me tiravam a respiração, como se fizessem ruir a própria vida. Acredito que meus amigos ali juntos à minha dor pudessem imaginar meu sofrimento e, então, travavam diálogos alados, onde pairasse pouco ou nenhuma informação e que, assim, me alentassem durante o percurso. Não sei bem como chegamos àquele lugar visitado quatro anos antes, mas era lá mesmo o lugar.

Não precisei falar muito para que a psiquiatra à minha frente pudesse perceber o estágio de agitação em que eu me encontrava. Imagino que para ela o diagnóstico foi imediato, assim como foi o tratamento.

No divã de um dos consultórios, pude ver um rosto conhecido que sorria para mim enquanto explicava a necessidade da injeção com calmante. Eu me encontrava exaurida e estava ciente de que não viria ao caso resistir.

A fina agulha penetrou o músculo do braço direito e, aos poucos, as ideias

foram descontinuando, o ritmo do pensamento desacelerou e uma sensação agradável foi se instalando no organismo enquanto o efeito do Haldol Decanoato foi desligando cada fio daquele emaranhado em curto-circuito.

Sem dúvida, fora um aniversário empolgante.

5º Ensaio – Uma Cabeça Nua

Do auto de sua loucura o mundo não existia à sua frente. Nada era realmente significativo e sua cabeça pensava tão lógico como um relógio digital. As emoções eram ausentes e a inquietação aprofundava-se por entre as entranhas de sua alma.

Ficava ali quieto, sentindo a cabeça pulsar num ritmo lento e constante. Não queria sair de si. Não queria nenhum contato com o mundo e por isso mesmo ficava ali dentro da cabeça doentia que pulsava ritmicamente.

O mundo não importava, nada que era externo o atingia. Seu único contato com o mundo eram os olhos que o impeliam a enxergar. Mas, se enxergava não via. Porque ver depende de valorar e ele não dava valor a mais nada, não existia o ver.

A noção de tempo não respeita a lógica implícita pelo tempo real, dividido em horas, minutos e segundos.

Por vezes, é como se todo o planeta conspirasse a seu redor. Na verdade essa conspiração estava na sua cabeça, num mundo interior, perturbado, que o levava a procura interminável de um culpado por tudo. Alguém que montou essa conspiração. Não conseguia pensar em nada sem fazer associações com esse complô contra sua integridade mental. Desconfiava de toda e qualquer pessoa, em especial das mais próximas.

Uma mente fechada em uma lógica própria.

Por ironia imaginava que todos sabiam o que ele estava pensando. É como se sua cabeça estivesse “pelada” e o outro pudesse ver lá dentro o pensamento.

Essa perturbação do pensamento fazia com que tivesse a necessidade de em certas ocasiões ficar se explicando, dando satisfações sobre suas ações mais simples, sobre detalhes desnecessários. Então, considerava o outro responsável por seus pensamentos e ações, pois o outro estava ali dentro da sua lógica.

Essa transferência de seus desejos para o outro tanto quanto as aspirações deste para consigo lhe davam uma sensação de dever e essa sensação o incomodava enormemente. Então, mantinha, o quanto podia, contatos superficiais. Não queria ver o outro, não queria responsabilizar-se por ele.

Uma voz interna lhe repetia constantemente: “Tu és eternamente responsável por aquilo que cativas”.

Desta forma não queria contato com o mundo e criou um mundo dentro de si.

Capítulo IV – O Encontro com o real

Apesar da crise de agosto de 2001 ter afetado profundamente meu cérebro fiquei apenas uma semana afastada da sala de aula neste mês, pois estava em estágio probatório na Prefeitura de São Paulo e tinha muito medo de perder meu emprego.

Minha chefia, que era maravilhosa, assim como meus amigos da escola e de fora dela me ajudaram a enfrentar a crise, bem como minha família.

Muitas vezes entrava na sala de aula e não sabia exatamente o que fazer. Lembro-me muito de um dia em que, na primeira aula, sentei e fiquei parada a aula inteira olhando, sem movimento, para a classe. Eles conversavam e brincavam em suas carteiras. A maioria não se importou com meu estado de apatia. Quando bateu o sinal e eles levantaram para ir embora um deles comentou: “Nossa, a professora Conceição não deu nada hoje”. Foi a única expressão depois de 45 minutos de aula sem nenhuma reação da minha parte.

Nas aulas seguintes reagi e continuei o trabalho. Logicamente, esse

segundo semestre de 2001 foi bem difícil de ser enfrentado.

Em novembro, tirei uma licença médica e resolvi ir ao interior do estado de São Paulo, próximo à cidade de Presidente Prudente, conhecer a história de meu avô materno, pois tinha ciência de que ele frequentara centros psiquiátricos.

Conversei muito com minha avó e tios. Segundo eles meu avô fora um homem sereno e bom, mas quando a loucura o atingia ficava muito falante, agitado, como se um espírito o tomasse. Fazia muitas compras e andava sem parar. Tinha todas as características da doença Psicose Maníaca Depressiva.

Por vezes fora amarrado e levado para centros psiquiátricos. Quando retornava dessas internações ficava muito quieto e acuado.

Quando voltou da última internação psiquiátrica, no início de 1969, depois de quatro anos no Franco da Rocha, eu tinha seis meses de vida e era sua única neta.

Minha mãe me levou para visitá-lo. Ele me pegou no colo, ergueu perto de uma janela e me contemplou muito enquanto chorava.

No dia seguinte àquele no qual chegamos minha mãe saiu com minha avó e foram à cidade resolver alguns problemas do sítio. Este ficava nas redondezas de Martinópolis, região de Presidente Prudente, oeste paulista.

Meu avô, já bastante alterado pela doença, pegou uma corda, foi para um galpão e se enforcou. Um de meus tios o encontrou já morto.

Foi uma aflição geral. Minha avó e seus sete filhos tiveram que enfrentar aquele que talvez tenha sido o pior momento de suas vidas.

Minha mãe nunca gostou de falar muito de tal ocorrido. Uma de minhas tias me contou que ela, que era a filha mais velha, e minha avó gritaram aos prantos durante toda a noite na qual o corpo foi velado.

A doença de meu avô é a mesma que tenho. Só mudou a classificação, de Psicose Maníaca Depressiva para Transtorno Afetivo Bipolar.

Por sorte, apesar da doença ser hereditária, por enquanto eu sou a única na família que apresentou o quadro bipolar. Há quadros de ligeira depressão na família, unipolar, mas brandos. Ninguém de meus tios ou primos, desde que eu

tenha ciência, precisou de intervenção medicamentosa ou terapêutica de forma mais severa. Minhas filhas gêmeas fizeram acompanhamento terapêutico e uma delas, a Lygia, medicamentoso.

Meu avô não foi uma exceção à regra. O suicídio era e é comum no caso de crises muito agudas de depressão e mesmo de mania.

No livro *Uma Mente Inquieta*, de Key Redfield Jamison, ela faz um relato dos vários casos de suicidas em sua família e o quanto a incidência da doença bipolar afetou a ela e a seus familiares.

Tomar ciência do livro *Uma Mente Inquieta*, bem como do filme *Mr. Jones* mudou minha forma de ver à doença. O livro é um relato autobiográfico de uma psiquiatra norte americana que tem a doença e o filme é uma ficção que retrata um doente bipolar. Ambos me fizeram ver que eu poderia voltar ao equilíbrio a partir de acompanhamento medicamentoso e terapêutico.

Desde a crise de 2001 eu passei a ser acompanhada pela Dra. Maria do Carmo Dias dos Santos Batista, uma psiquiatra que também é psicanalista da Escola Brasileira de Psicanálise. É a mesma médica que me atendera no Hospital do Servidor Público Estadual nos idos de 1996/ 97.

Para controlar minha crise em 2001 ela me atendeu em seu consultório particular todos os dias de uma semana, fazendo uso de medicamentos e um sério diálogo sobre meus valores e expectativas.

Nesse segundo semestre de 2001 eu reiniciei o tratamento com Lítio. Esse medicamento apresenta uma série de reações adversas, entre eles sonolência, efeito colateral que muito me incomoda. Outro efeito desagradável é uma ligeira apatia provocada por esse controlador do humor.

Por cerca de um ano eu fiquei sob o tratamento com Lítio e outras drogas calmantes e antidepressivas.

Durante o ano de 2002 enfrentei uma longa jornada em licenças médicas, tanto no primeiro como no segundo semestre. Foi quando me apropriei da doença e, em tratamento psicanalítico, comecei a me apropriar da minha singularidade.

No final de 2002 o Lítio foi substituído pela Carbamazepina, outro controlador do humor.

O período de adaptação, cerca de três meses, foi extremamente sofrível. A Carbamazepina me causava um mal estar muito grande. Parecia uma espécie de zumbido constante dentro do cérebro.

Foi mais um longo período de adaptação e reflexão.

6º Ensaio – Ciência, Arte e Religião

Mais um dia vivido e para mim é uma vitória findá-lo “viva”.

Dramática tal afirmação! Uma hipérbole poética de quem não tem mais o que fazer. Porém, para mim é a expressão do prazer de mesmo “só” continuar a “brigar” pela vida e pelo direito de a viver à minha maneira.

Há momentos difíceis em que temo perder o desejo de continuar. Muitas vezes paro por horas e horas, minutos e minutos, segundos a fio, na dúvida de dar mais um passo. E então, vejo pares de olhos que me fitam e esperam de mim “alguma direção”.

E eu, que comprei uma bússola, mesmo sem ter certeza de onde fica o Norte, o aponto tenazmente. Busco em meus mestres tais certezas e faço minhas as palavras deles. Não me eximo de compromissos, é claro. Apenas uso a ciência e a arte como garantia de meus atos. Se necessário procuro na religião tais “certezas” para explicitar minhas “convicções”.

Depois, acho graça daqueles que me fitam e perguntam onde ficou a Geografia. Mostro-lhes as letras de músicas, os livros, os impressos, as exposições itinerantes, as fotografias, os projetos de estudos do meio, os desenhos, minha monografia em andamento, a calosidade de minhas palavras. Por fim, devolvo a eles as perguntas que me fazem e torno dúbias suas convicções fundamentadas na burocracia que entrava a escola pública.

Dispensar-lhes algum tempo e entristeço-me por suas limitações. Não os mudarei jamais. Se no outro está sua identidade é apenas a ele que cabe o

desejo de mudança.

No segundo semestre de 2002 eu voltei a lecionar, mas por pouco tempo: três meses.

Em outubro organizei um estudo do meio a Paranapiacaba, uma vila de estilo inglês que fica no extremo de Santo André, próximo da Serra do Mar.

Fomos eu e outra professora.

Chegamos à vila pela manhã, a atravessamos e pegamos o caminho da serra de onde se pode ver o mar.

Era uma subida de 1200 metros num caminho estreito de chão batido. Passávamos por entre árvores, arbustos e pedras. Eu parei no começo da subida, respirei fundo e tive a nítida impressão de que não era possível continuar.

Consultei a professora Alexandra. Ela me respondeu que não sabia o caminho. Fiquei apreensiva. Eu tinha que conseguir. Não sei se por conta da medicação, mas eu me encontrava debilitada. Não suportava mais aquela rotina escolar.

Respirei bem fundo e subi. A vista do mirante é linda. Recompensou o esforço.

Nos dias seguintes eu voltei a abandonar a sala de aula em nova licença médica. Foi nesse período que minha médica trocou o Lítio pela Carbamazepina.

No início de 2003 eu já me adaptara à nova medicação.

Nesta época minhas filhas estudavam na mesma escola na qual eu trabalhava. A Escola Municipal de Ensino Fundamental Cidade de Osaka fica no Parque São Rafael, bairro no qual passei grande parte de minha vida.

Durante o primeiro semestre eu levava minhas filhas para a escola e, alguns dias, ficava na casa de minha mãe esperando meu horário de trabalho. Outros dias ficava direto na escola. No período da tarde minha mãe pegava as crianças para mim e ficava com elas até o início da noite quando eu saía da escola e retornava para meu apartamento.

Num determinado período de 2002 para 2003 as terapias de psicanálise começaram a me incomodar tremendamente. Então resolvi separar as sessões de psicanálise das consultas psiquiátricas.

Procurei um Centro de Atendimento Psicossocial na cidade de Santo André, município no qual resido.

Lembro-me como se fosse hoje. O local onde funciona o CAPS estava passando por reformas e estavam utilizando temporariamente um antigo prédio de uma escola.

Enquanto eu esperava a psicóloga diretora do local me atender pude observar uma senhora de seus trinta e cinco anos lavando a cabeça com sabão em pó num tanque, alguns pacientes jogando sinuca e outros que andavam pelo pátio em busca de sua própria identidade. Aquele ato, de andar em círculos eu já conhecia, pois na minha primeira internação psiquiátrica eu o fizera em demasia. Porém, o ato de alguém lavando a cabeça com sabão em pó me chamou a atenção. Num outro período de tempo, quando pude conversar com a paciente ela me disse que tinha Transtorno Afetivo Bipolar.

A diretora desse CAPS, Regina, me atendeu muito bem e depois de ouvir minha história conseguiu para mim o tratamento com uma psiquiatra.

Durante oito meses eu fiz tratamento nesse CAPS, na Praça Chile, em Santo André.

Foi um tempo de aprendizado. Observar pessoas em seus mundos, em busca de si. Algumas mais conscientes outras nem tanto. Umas faziam hospital dia, outras moravam numa casa próxima ao CAPS, alguns passavam por lá apenas para consultas, como era o meu caso.

7º Ensaio – Amanhã

Por algum motivo que não sabemos o qual os seres humanos criam a necessidade de nomear a tudo e a tudo se adiantar e temer.

Não queria eu ser humana e ter apenas essas palavras para expressar toda a dor que em certos momentos aflora em Minh' alma. Queria antes ser

uma águia ou um cavalo indomado para voar ou galopar sem me preocupar com meus sentimentos e ações futuras. Preocupações estas que abortam meu prazer de viver em dados momentos e tentam ditar de antemão o meu agir.

Não queria temer o amanhã e sofrer hoje a dor que talvez nem venha existir.

No segundo semestre de 2003, ao longo de quatro meses enfrentei outra licença médica e a mais profunda de minhas depressões.

Numa parte deste período, minha mãe passou alguns dias em meu apartamento, pois eu pensava em suicídio. Segurando minha mão, enquanto eu chorava, ela tentava me convencer da beleza da vida e da minha importância nela. Falava de minhas filhas, de meu marido e do quanto me amava e não suportaria um golpe como esse.

Aos poucos fui reagindo. Procurei um curso de pintura em tela. Desenvolvi um único trabalho, dimensionado em três telas pequenas. As três têm a metade lilás e cada uma delas têm a outra metade de uma cor: amarelo, vermelho e azul. São conectadas por uma linha preta, inspirada em um trabalho da Tomie Ohtake. Intitulei o trabalho de Primárias.

Ações como essa, de me entregar à pintura, e à leitura de “As Boas Mulheres da China”, da jornalista Xinran, sugestão da minha psiquiatra e psicanalista, bem como assistir ao filme “Invasões Bárbaras”, do diretor Denis Arcand, também sugestão da Doutora Maria do Carmo, foram me fazendo refletir sobre valores da vida.

Aos poucos, o inverno acabou e a depressão foi dando trégua.

Não suportava essa sobrevida e quando a vida voltava “ao normal” queria todo o meu tempo de volta. Queria andar pelas ruas e ver de novo tudo aquilo que vinha olhando e não vendo há meses ou anos. Visitar lugares que não existiam quando me “ausentei”: livrarias, cafés, feiras de artesanato, e outros que já estavam lá desde a minha juventude, a exemplo da biblioteca do paço municipal de Santo André e seus jardins, tudo tão modificado. Mas, conferi os

livros e alguns datavam edições do tempo em que eu ainda andara por ali, por entre aquelas prateleiras, outros eram mais novos, mas havia também os bem antigos e isso me trouxe uma enorme sensação de segurança. Afinal, nem tudo era só internet.

A biblioteca de Santo André tem uma videoteca e a funcionária me mostrou sua nova localização. Corri meus olhos por fitas coloridas e pude com prazer identificar títulos já tão conhecidos. Era quase como se encontrasse um grande amigo de nove ou dez anos atrás.

Santo André, embora seja uma cidade grande tem alguns tons provincianos.

Às vezes em que volto de uma crise mais profunda de depressão posso perceber o quanto se produz de informação de tempos em tempos. Mas, é incrível como essas novas informações giram em torno daquelas que a humanidade já vem produzindo há séculos e séculos. Não há nada de realmente original que se esteja vendendo nas livrarias ou bancas de jornal. Como diz sempre minha irmã, que trabalha na área da moda: “nada se cria, tudo se copia”. Até as tragédias e guerras são as mesmas que antes, guardadas as devidas proporções ao ataque terrorista que derrubou as torres gêmeas no World Trade Center, em 11 de setembro de 2001.

Uma pessoa ausente de si, maníaca ou deprimida, está ausente de seu juízo de valores. É exatamente esse juízo de valor que diferencia uma pessoa da outra. A sociedade na qual vivemos está impregnada de valores econômicos e estes são de forma grosseira o diferencial das pessoas. Imagine que além de distante de uma consciência geral, essa que nos é dada dia a dia em função da vida na qual vivemos, percamos a consciência imediata, básica, aquela que nos faz sãos.

Com certeza muitas atitudes são tomadas por impulsos. Quando entro em mania adquiero coisas das quais não necessito e por isso me arrependo posteriormente. Não chego a fazer compras mirabolantes como a Key Jamison cita em seu livro, mesmo porque minhas condições financeiras não me permitem.

Uma vez em depressão nada tem significado. O mundo ao meu redor fica literalmente cinza. Foi assim que passei o segundo semestre de 2003.

Certa tarde de sol, no final daquele ano, fui conhecer uma escola perto de minha casa, na divisa de Santo André com São Paulo. Quando cheguei, uma senhora sem me perguntar nada abriu o portão para que eu entrasse. Fiquei encantada com as árvores da entrada, a limpeza do pátio e o murmurar das crianças em sala de aula. A escola chama-se EMEF Altino Arantes. Removi-me para lá a partir do ano seguinte.

Em 2004, uma das primeiras pessoas com quem tive a oportunidade de conversar na escola foi com o Marcos. Eu estava em hora atividade e ele, por estar readaptado, desenvolvia alguma atividade burocrática. Encontramo-nos na sala de estudos e como é natural quando chegam professores novos travamos algum diálogo sobre de que escola eu vinha e em que matéria ministrava aulas. Ele, extremamente simpático, me relatou de princípio o porquê de sua readaptação. Não tive receio em lhe dizer que também tivera internações em centros psiquiátricos e fazia uso da Carbamazepina para controle do Transtorno Afetivo Bipolar, além de um acompanhamento rigoroso com uma psiquiatra e psicanalista. Naquele momento ele me disse que fazia uso da Risperidona, remédio que eu já tomara e com o qual não me adaptara bem. Não fizemos muitas considerações e, embora fossemos professores da mesma matéria e tivéssemos passado por experiências semelhantes no campo da psiquiatria, nunca tivemos diálogos mais aprofundados. Levei para ele alguns textos que meu marido conseguira na internet e um folheto sobre depressão que minha psiquiatra me fornecera. Alguns dias depois ele me trouxe os textos de volta e comentou superficialmente que “se identificara com alguma coisa”, que o folheto sobre depressão fora mais significativo, mas não aparentou nenhum entusiasmo em aprofundar o assunto.

Ao saber que ele fazia apenas o acompanhamento psiquiátrico sugeri que deveria procurar algum tipo de acompanhamento terapêutico. Ele não apresentou aceitar a ideia e eu não quis insistir. Desde 2001 quando me apropriei da doença

bipolar passei a ter certo fanatismo por tudo o que se refere às doenças mentais e recei sufocá-lo com meus excessos. Naturalmente não surgiu mais necessidade de tocar no assunto e, de minha parte, havia tantas pessoas para eu conhecer e tantas possibilidades novas que passamos apenas a nos cumprimentar e, não sei se foi somente impressão minha, mas é como se ao nos encontrarmos colocávamos em xeque nossa capacidade mental. Era como se ao nos olhar soubéssemos um a limitação do outro. Trouxe-lhe alguns comprimidos de Risperidona que eu tinha em casa, mas não passou disso. Nunca aprofundamos o diálogo sobre nossas angústias mentais e os limites que elas nos criavam. Acredito que ele não sentiu em mim alguém que poderia auxiliá-lo em nada. Uma ou outra vez o ouvi falando de seus embaraços com as turmas da escola estadual na qual ele trabalhava no período da manhã. Também nestes momentos me mantive distante, me limitando a dar continuidade às minhas atividades na escola.

Não lhe apresentei o livro da Kay Jamison, nem o filme Mr. Jones, nem mesmo algum da série de textos que tenho e que falam do quanto as drogas psiquiátricas afetam nosso intelecto, reduzem nossa capacidade cognitiva, limitam a capacidade motora, as relações com o afeto, o humor, a autoestima. São drogas que levam meses até nos permitir alguma retomada à vida e anos à vida normal. Infelizmente, não consegui perceber o quanto o Marcos se martirizava e o quanto não aceitava suas limitações, não percebendo que elas eram apenas temporárias.

Não pude ajudá-lo em nada e desde que ele se lançou do oitavo andar do apartamento onde morava criei uma urgência enorme em escrever. Para mim, essa parecia a única maneira de me redimir diante de minhas limitações. Simplesmente, desde o dia 11 de maio de 2004 por algum tempo não consegui me concentrar direito em nenhuma outra atividade. Desejava que esse livro ficasse pronto.

Apesar de uma série de textos a esse respeito e aqui não se estar apresentando nada de novo me nasceu uma grande necessidade de escrever sobre

o quanto o suicídio parece ser o único caminho enquanto estamos frágeis durante alguns períodos em que a doença se faz presente. Deveria se tornar imprescindível que todo paciente com problemas mentais fosse acompanhado constantemente por mais de um especialista em saúde mental. Somente o psiquiatra não é o suficiente. O acompanhamento terapêutico seja qual for deveria ser obrigatório e constante, por toda vida. Caso o Marcos tivesse mais um profissional o acompanhando teria mais uma oportunidade de pensar antes de se lançar do prédio e talvez esse profissional fosse capaz de fazê-lo refletir o quanto era especial com e apesar da doença que o afligia.

O suicídio do Marcos abalou a todos da escola sem exceção. Para mim, seu rosto ficou marcado e como a um mártir respeitei a sua decisão.

Eu estava no auge da minha carreira e precisava seguir. Porém, na noite na qual foi seu enterro eu a passei inteira escrevendo os primeiros capítulos deste livro. Escrevi durante quinze horas consecutivas.

No dia seguinte eu tinha consulta com a Dra. Maria do Carmo e relatei a ela o ocorrido. Naquela noite eu faria uma palestra sobre o trabalho que eu desenvolvia com Geografia e música. Disse-lhe que não estava muito bem e ela administrou no próprio consultório uma dose de calmantes para que eu suportasse desenvolver as atividades previstas. Fiz uma exposição plausível.

Em casa, empolgada pela ideia do livro, fiquei até altas horas no computador.

No dia seguinte, numa aula, comecei a me sentir mal, pois não conseguia fixar a atenção. Então, ciente das minhas limitações, com trechos do livro embaixo do braço, fui à direção pedir ajuda.

Chamaram meu marido e pediram para que eu entrasse em licença médica.

Mais uma vez fui colocada fora da sala de aula. Mas, felizmente, por pouco tempo, vinte e três dias.

Capítulo V – Uma Nova Geração

Ao longo de 2004 eu desenvolvi um trabalho significativo na EMEF Altino Arantes. Foi um ano produtivo em que fiz um estudo do meio ao centro da cidade de São Paulo que nesta época completara 450 anos. No final do ano elaboramos uma exposição de fotos a partir de tal estudo. Neste período de 2004 iniciei minha monografia, A Poética da Música nas Aulas de Geografia, que versa sobre meu trabalho com música na sala de aula. Nele falo sobre atividades desenvolvidas ao longo daquele ano e outras que vim a desenvolver em 2006.

Com exceção do suicídio do Marcos e o início deste livro (Cárcere da Própria Mente), que me alterou por certo período do ano, tive um período de trégua em relação à doença psiquiátrica.

Vinha sendo medicada com Carbamazepina e antidepressivos.

No início de 2005 fui tomada por uma surpresa.

Eu vivia um momento difícil em minha vida. Uma amiga passara por uma cirurgia muito delicada para retirada de um tumor intracraniano e isso me deixara muito impressionada, pois eu já perdera dois outros amigos em situações semelhantes.

A cirurgia da Ana havia se passado na última 3ª feira de abril de 2005 e desde então eu não passava bem, sentia tonturas, mal estar.

Acompanhávamos o andamento do estado cirúrgico via e-mails e tudo corria bem. Porém, meu mal estar não passava. Por fim, comecei a desconfiar que houvesse algo mais que má impressão. Comentei com uma amiga da escola na qual eu trabalhava e que estava grávida que desconfiava de um estágio de gravidez também.

Quando fiz o teste e este deu positivo não tive dúvida. Se fosse menino pensaríamos num nome. Mas, se fosse menina se chamaria Anna para homenagear uma pessoa tão forte que resistiu a uma cirurgia tão delicada.

No dia no qual tomei ciência da gravidez entrei em contato com a minha psiquiatra, que suspendeu parte da medicação. Era sábado e já na segunda-feira fiz uma ultrassonografia para verificar se era realmente uma gestação e, na medida do possível, se tudo corria bem.

Iniciava-se ali um longo período de gestação. Não foi uma escolha fácil dar continuidade a ela.

Fui ficando transtornada.

8º Ensaio – Subjetividade

Somos um corpo e uma mente. Coisas distintas que se confrontam durante toda nossa existência. Essa existência “toda” nos parece muito significativa e o é assim porque trazemos para nós o conhecimento historicamente acumulado e, ao usufruirmos as mais diversas experiências, vamos montando esse mosaico que é a vida de cada um de nós.

Não somos e nem vamos muito além daquilo que o tempo e o espaço nos quais estamos inseridos pode nos possibilitar. Em contrapartida, pagamos um preço por estarmos onde estamos, simplesmente por vivermos, pois a todo o momento somos lembrados e cobrados de nossa subjetividade.

Fazia cerca de um mês que vivenciava a gestação sem a medicação que controlava o humor e o calmante ainda não fazia o efeito adequado. Era final de maio e já havia mais de um mês que minha amiga Ana passara por sua cirurgia.

Telefonei para ela e lhe disse algo que ela já sabia: que eu estava esperando um bebê. Disse-lhe mais, que não o queria e não precisei dizer que não estava nada bem. Ela me pediu para que desse prosseguimento à gestação, que ficaria com a criança independente de como ela fosse, menino ou menina, saudável ou não. Que a buscaria no hospital e a criaria até a fase adulta. Respondeu com segurança e amor a meu apelo. Outras pessoas já haviam dito que ficariam com a criança, minha mãe e minha amiga Márcia. Logicamente não passava pela cabeça de meu marido se desfazer do bebê, era um estágio emblemático de meu cérebro.

Naqueles dias no final de maio tivera tido uma série de ações que demonstravam meu estado maníaco. Estava com ódio de meu marido.

Considerava-o incapaz e “culpado” pelo estágio que eu estava enfrentado.

Na noite anterior havíamos nos desentendido.

Naquele último dia útil de maio fui ao banco, saquei a quantia exata do salário dele e coloquei num envelope onde escrevi: Igreja Universal do Reino de Deus. Passei o envelope para uma das funcionárias de minha irmã e fui até Santo Amaro, de táxi, na central da Igreja Universal. No caminho comprei flores para oferecer.

Quando cheguei procurei uma pessoa responsável e lhe expliquei que estava muito abalada por estar grávida, esperando um bebê que eu não sabia se seria saudável. Ofereci as flores. Ela tocou em minha cabeça e disse para eu ficar tranquila, que aquele era sim um bebê saudável. Saí mais segura de mim.

Na volta, passei na Avenida Ibirapuera e comprei um violino para Lygia. Ela o pedia desde que aprendera a falar. Para mim, como em todo momento maníaco, tudo se tornara urgente.

A questão não é o que faço nestes momentos, mas como faço. Tudo de forma devastadora, acelerada, ansiosa.

Esse início de gestação não foi nada fácil de ser vencido.

Minha irmã devolveu o envelope com o dinheiro a meu marido. Neste período alguns cheques voltaram sem fundo, pois além de sacar todo seu salário eu já havia sacado todo o dinheiro do limite da conta e paguei o taxista com cheques da mesma conta conjunta que mantinha com o George.

Por uma questão de segurança ele tirou meu nome da conta conjunta.

Aos poucos, este estágio de ansiedade foi controlado durante a gestação. Durante a gestação fora suspensa toda a Carbamazepina e, para que eu suportasse a espera, foi introduzido o Haldol, pois segundo avaliação da minha médica era aquele que apresentava menores riscos para o bebê. Próximo ao parto as quantidades de calmante foram sendo reduzidas para que o bebê não fosse submetido a doses que interferissem num bom funcionamento de suas necessidades vitais.

Durante a gestação estivemos, eu e meu marido, várias vezes no hospital

do Servidor Público Municipal de São Paulo, para um acompanhamento a fim de que eu pudesse fazer uma laqueadura na hora do parto. Primeiro passamos por uma assistente social, depois por uma psicóloga e, por último, por um médico responsável por autorizar a cirurgia.

Cada momento um relato, uma nova vivência do mesmo fato. Também assistimos a palestras que falavam sobre planejamento familiar. Os médicos do Servidor só fazem tal intervenção cirúrgica se o casal tiver a certeza da opção que está fazendo.

Para nós a laqueadura era o mais adequado, pois a possibilidade da Anna nascer de parto natural era muito vaga, já que com a ausência total da medicação psiquiátrica vinha aumentando minha aceleração e um parto programado seria menos traumático. Assim, aproveitar-se-ia o momento da cesárea, levando-se também em consideração minha idade (37 anos), e faria-se a laqueadura, uma vez que uma terceira gestação não era desejada .

O obstetra que fazia o acompanhamento tinha sido favorável à intervenção cirúrgica no dia 14 de dezembro. Era 4ª feira e neste dia ele estaria no hospital. Minha psiquiatra também era favorável e fizera um pedido sugerindo tal interferência.

Tínhamos que chegar cedo ao hospital.

Eu estava tranquila.

Na sala de parto tudo correu bem. A anestesista injetou dois ou três litros de soro enquanto comentou que minha tranquilidade era muito positiva. Aos poucos deu para perceber, apesar da anestesia, o corte e os movimentos para puxarem o bebê.

Depois de algum tempo e todo um movimento na sala nasceu um bebê enorme com 4,075 Kg e medindo 50 centímetros. Um bebê branquinho, cabeludo, de rostinho redondo. De tão gordinho, nasceu cansado, necessitou passar a noite no oxigênio da incubadora.

Livre dos laços físicos que me prendiam àquele bebê eu me vi olhando para o teto branco. Dentro do hospital minha forma de falar já se alterara

bastante. Em alguns momentos não conseguia me controlar e começara a falar rapidamente, repetir sequências, me irritar com os pensamentos.

Na primeira noite a cirurgia de cesárea me segurou presa à cama. Mas na segunda noite saí do quarto e atravessei o corredor de ponta a ponta, como quem atravessa seus pensamentos.

Meus pensamentos voltavam a fluir e eu andei de um lado a outro não como quem quisesse escapar fisicamente, mas espiritualmente. Queria sair de mim.

Fora uma longa, longa espera. Foram vários dias, meses a fio. Várias tardes esperara deitada na cama. Não havia o que fazer. Eu não via o que fazer. Para muitos pode parecer comodismo, desesperança, sei lá o quê. Muitas pessoas diriam que iriam passear, arrumar o que fazer, mas eu não tinha ânimo, não tinha motivos.

Simplesmente, tinha que esperar que os dias passassem, que o bebê crescesse bem, tranquilo. De certa forma a medicação contribuía para que eu ficasse um pouco alterada, mais “calma”, mais abobada.

Era um limite a vencer.

Ali, no hospital, após o parto eu havia vencido o limite. Sentia-me livre.

A Anna nasceu numa quarta-feira e vieram nos buscar no sábado. Meu amigo Vilmar e meu afilhado Ian, junto com minhas filhas Giulia e Lygia e minha mãe estavam lá com o George para nos esperar na saída. Estava um sábado lindo. De sol e vento intensos.

Ao contrário da maioria das mães que quer chegar em casa e não ver ninguém nem fazer nada eu queria sair, fazer um monte de coisas. Era aniversário de nossos sobrinhos Janine e Tales e havia uma festa para ir. Eu quis ir. Antes fomos a uma loja de produtos para bebês comprar uma cadeira para automóveis e alguns outros itens os quais eu me negara adquirir antes.

Simplesmente, queria fazer naquele momento tudo o que negligenciara a gestação toda. Não fizera compras de coisas para o bebê durante a gestação. Levava ela toda sob a expectativa de que poderia não dar certo. Porém, quando

me vira com o bebê ali, na minha frente, queria tudo o que não adquirira antes. E, como sempre, de forma eufórica. Fiz uma lista do que faltava para Anna Luiza e pedi para que o George me levasse a uma loja especializada em itens para crianças.

Ele ficou reticente quanto à necessidade de tudo que eu elencara. Percebia meu estágio de euforia e sabia as consequências disto. Novos endividamentos, gastos impulsivos e desnecessários. Fiquei irritada com sua intervenção e uma vez longe da loja, já no carro, bati com violência as chaves na lataria deste, a ponto de provocar um leve abaulamento no local das batidas.

Eu estava irada com o George. Sua existência me irritava. Ele me lembrava de meus limites e isso me transtornava.

Apesar de tudo, os dois primeiros meses da Anna foram transcorridos de forma amena. Ela era um bebê sereno e serenas foram as ocorrências em torno dela.

Capítulo VI – As Internações Psiquiátricas em 2006

Amamentar minhas filhas foi algo que me trouxe muita satisfação. Porém, a amamentação atrelada à disfunção cerebral acelerou o processo de euforia em ambos os momentos, tanto no caso das gêmeas como no caso de minha filha mais nova.

Eu estava me preparando para voltar à sala de aula na semana seguinte ao carnaval de 2006. Fui à escola na qual trabalhava para verificar se após o período de licença maternidade eu poderia fazer jus às minhas férias. Confirmei com a direção da escola que isso era possível. Logo, só voltaria dali a um mês.

Naquele fevereiro o George se encontrava de férias e eu estava aproveitando aquela semana para resolver uma série de problemas. Percebi que meu cérebro estava acelerando, mas acreditava que poderia controlar tal aceleração.

No sábado de carnaval eu fui com uma amiga e nossos filhos ao teatro do

SESC Belenzinho em São Paulo. Era a primeira vez que a Anna Luiza ia ao teatro. Meu pensamento estava ligeiramente acelerado e, em maior grau que das vezes anteriores, acelerava geometricamente.

Além do teatro visitei uma exposição no mesmo SESC e planejava voltar na terça-feira para apreciá-la melhor. Foi um dia marcante em minha vida. O último em que amamentei.

No final da tarde, retornando para casa, eu estava extremamente agressiva com minhas filhas mais velhas. Não me lembro por qual motivo, mas transcorri todo o percurso, após deixar a Aline e a Eduarda em casa, aos berros.

À noite já não conseguia mais me controlar. Discuti com meu marido por algum motivo banal. Meu nível de irritação aumentava tanto quanto a aceleração cerebral.

Telefonei para minha mãe que mora no mesmo condomínio que eu e lhe pedi para que viesse pegar minha filha pequena. As gêmeas estavam na casa da Mayara, uma amiguinha delas.

Eu estava muito agitada, não conseguia parar mais. Acompanhei minha mãe até o prédio no qual ela morava e ia falando que não suportaria outra internação psiquiátrica.

Voltei para casa totalmente alterada. Lancei mão de dez comprimidos de Alprazolam, mas num reflexo considerei que eram muitos e descartei quatro, tomando os restantes. Por fim, dormi.

No domingo amanheci melhor, mas a agitação voltou logo. Liguei para minha amiga Irani e lhe pedi que me acompanhasse ao Hospital do Servidor Público Municipal de São Paulo.

Ela me socorreu prontamente. Liguei para um casal de amigos, a Silvana e o Roberto, onde almoçaríamos naquele dia, e lhes disse que chegaria mais tarde.

A caminho do hospital a aceleração aumentava e o pensamento fluía num movimento que chegava a ser prazeroso. Se fosse possível controlá-lo seria o ideal humano. Pensar com tanta fluidez. Porém, o problema não são os pensamentos em si, mas as ações que esses pensamentos trazem em seu bojo.

Chegando ao hospital eu já decidira que o mais adequado seria uma nova internação psiquiátrica.

Eu estava ansiosa diante do médico. Descrescia com agilidade o que se passava em meu cérebro. Eu viera dirigindo até ali e percebia que não havia mais condições de continuar sem uma internação. O médico alertou para o fato de que assim que pedisse a internação eu não poderia mais sair. Deu-me uma oportunidade para pensar.

Eu e a Irani saímos do hospital e fomos até uma agência bancária. Saquei cem reais. Fomos a uma feira no bairro da Liberdade. Eu queria andar, ver as coisas, comprar. Comprei uma camisa e uma calça de saco de algodão. Roupa que eu não compraria em outro momento. Andando pela feira comprei num impulso um boneco marionete. Agia por impulso. Tudo parecia correr à minha frente. Queria dançar, correr, gritar, sair do corpo numa sensação de euforia. Minha amiga estava preocupada com a internação. Ela queria negociá-la comigo. Eu ficaria na casa dela até melhorar. Não quis negociar. Eu sabia que eu não iria parar quieta por muito tempo em lugar nenhum. Eu precisava ficar em um lugar fechado, onde não pudesse sair.

Almoçamos num restaurante e voltamos para o hospital. Minha euforia aumentava. Dissemos ao médico que o melhor seria a internação mesmo. Minha mãe, do outro lado da linha telefônica, ficou desesperada. Eu havia dito que não suportaria outra internação psiquiátrica. (Falara em suicídio).

Num ato de desespero eu realmente pensara em suicídio. Dissera a ela que se fosse internada novamente que não sairia viva, que me suicidaria. Eu estava desesperada. Meu pensamento saltava. Não tinha noção do que estava dizendo.

Apesar do desespero de minha mãe e da insistência de minha amiga Irani foi respeitado meu pedido e fui encaminhada para o Centro Psiquiátrico Nossa Senhora de Fátima.

Enquanto eu esperava no corredor do hospital que a ambulância viesse me buscar pude travar com um senhor um diálogo sobre as razões da vida. Era um senhor de seus sessenta anos e estava esperando que a senhora que cuidava dele

o viesse buscar, pois saía de casa e sentira-se mal durante o trajeto, vindo parar no hospital. Conversamos por um longo tempo. Ele falava alto, incomodando todo mundo. Pedi para que parasse de incomodar, ele achou graça, começamos a conversar e passamos um longo tempo falando sobre nossas vidas.

A ambulância me levou. Era a segunda vez que eu era transportada por uma ambulância para um centro psiquiátrico. Porém, desta vez, estava bem mais consciente, apesar de toda a agitação.

Quando cheguei ao Nossa Senhora de Fátima fui recebida por uma freira que me encaminhou a uma das alas, me oferecendo uma cama num dos quartos.

Sugeri que eu tomasse um banho e procurasse descansar. Era domingo de carnaval.

9º Ensaio – Loucura

A minha loucura foi sempre uma loucura contida, uma loucura calada, sublimada. Ao certo não sei se depois de minhas crises de mania e enquanto vencia a depressão fui me reencontrando ou encontrando uma nova maneira de ser eu mesma. Passei a ter um desejo incomensurável de ser feliz e a sentir mais e mais cada acontecimento em minha vida. Se antes das crises já fora assim agora era assim e um pouco mais. Para mim, as coisas e em especial as pessoas são novas composições daquilo que foram. Dia a dia respiramos ser um alguém novo e, é claro, totalmente impregnado de um ser que sempre fomos.

Há coisas simples das quais nunca me dei conta. “O pensamento é muito mais rápido que aquilo que escrevo, pois quando escrevo eu seleciono o que quero”. Disseram-me isso hoje, mas para mim nem sempre é assim. Algumas vezes, quando estou tomada de uma força maior que eu mesma, escrevo tudo o que penso. Depois, ao ler, sinto prazer e sei que não faria melhor se tivesse refletido muito, pensado muito antes de fazê-lo.

Escrever é a coisa mais mágica que posso fazer, é melhor que falar ou

cantar. É uma entrega, quase um sonho. Talvez seja ainda melhor que a relação sexual, o gozo. Posso gozar quando escrevo, posso tocar pessoas e coisas que jamais toquei. Toco um mundo que não existe e que é só meu. É claro, em contrapartida, que sempre penso estar escrevendo para alguém e tenho esta necessidade, a da paixão. Escrevo para alguém por quem esteja apaixonada. Alguém que me produza prazer: pode ser um amigo, a minha analista ou a voz da Maria Bethânia na minha cabeça que me move e dá leveza às palavras, as tornam musicais. Ora é a Gal Costa, a Sara Bightman, Beethoven, Carl Off, depende do meu tempo e do meu humor.

Gostaria de pintar. Pintaria telas e telas e as ofereceria ao mundo. Mas, não sei pintar, não sei compor músicas e então escrevo como um louco que fala ao psiquiatra que não é louco e quer se controlar, tentando não abrir a boca e dizer que se recuperou. Quer parar e não consegue e tenta novamente, mas fala e fala e dá ritmo a isso, num movimento frenético de pura loucura. Assim é escrever o que se pensa. Tentar ser mais rápido que o pensamento, que o próprio movimento.

Depois da internação pela qual passei estive no Nossa Senhora de Fátima para pegar documentos e para visitar a mãe de uma amiga. É um local pacato, bem organizado, necessário em algumas ocasiões. Não o vejo com traumas, mas como um espaço onde se aprende a ver limites.

Os limites são bem colocados. O horário para o café da manhã, almoço, café da tarde, jantar são exatos. Todos eles, como estão em um local administrado por irmãs religiosas, são precedidos por orações. As mesas dispostas para quatro pessoas. Dois refeitórios distintos, um para os pacientes que estão na fase mais aguda da doença psiquiátrica e outra ala para pacientes numa fase menos aguda. Na primeira apenas colheres, pratos e copos plásticos, na segunda, garfos e facas de metal, copos de vidro e pratos de louça.

No meio do caminho, entre o refeitório e os quartos, havia uma porta que dava acesso à terapia ocupacional. Era uma sala com muitos materiais e

trabalhos expostos. Várias prateleiras, papéis, linhas, tecidos. Estavam dispostos de forma a instigar.

A princípio me colocaram na ala dos casos menos severos, pois consideraram que meu quadro não era grave. Mas, no decorrer das horas eu demonstrei estar perturbada e a enfermagem considerou que seria melhor me encaminhar para enfermaria dos casos mais severos.

Dentro do centro psiquiátrico os limites são bem demarcados. As portas são o limite, os muros nos separam da realidade externa.

O pátio não era grande nem pequeno. Tinha uma mesa de cimento e bancos. Nele as mulheres andavam de um lado para o outro sem parar. Algumas fumavam muito, fumavam quanto conseguiam. Uma monitora administrava o cigarro. Desta vez não deu certo ter um maço para usar como fator de troca. Numa das noites uma interna me acordou desesperada à procura de um cigarro, pois sabia que eu os tinha. Mas eu não tinha mais cigarros, eles tinham acabado. Na primeira internação eu utilizara os cigarros como um valor de troca.

Havia uma ligação entre o pátio no qual ficávamos e o da ala mais favorecida, onde ficavam as internas que estavam menos afetadas mentalmente. Uns vãos de cimento onde era possível uma interna ver a outra. Quando alguém da ala onde estavam com menos dificuldades psiquiátricas passava pelo vão de cimento as internas que estavam no outro lado do vão ficavam pedindo cigarros.

Passávamos parte do dia no pátio.

Uma tarde, de repente, gritaram meu nome. Era uma visita para mim. Minha amiga Ana viera me visitar no centro psiquiátrico. Eram alguns minutos de “fuga” daquela dinâmica. Fiquei imensamente feliz. Foi tão grande meu entusiasmo que esqueci um caderninho de telefones e os cartões telefônicos na mesa onde estava. Obviamente, pegaram-nos e não devolveram.

No domingo minha mãe, minhas filhas e minha amiga Irani foram me visitar. Minhas filhas pediram para que eu voltasse para casa. Até então eu estava bem lá dentro, mas o pedido de minhas filhas deixou-me perturbada.

No nono dia de internação eu estava bastante agitada. Tomava decisões

instantaneamente, telefonei várias vezes para casa e para minha amiga que era responsável por minha internação. Pedi a ela que fosse interceder por mim, pois eu já estava preparada para sair e queria retornar para casa.

Mais uma vez foi uma decisão precipitada, sem fundamento, sem embasamento, como tantas outras que tomei ao longo de minha vida. Na ânsia de resgatar minha vida afundi mais um pouco o que restava dela.

Minha amiga Irani atendeu meu pedido. Assinou minha alta e me tirou do centro psiquiátrico antes que eu obtivesse alta médica. Eu estava agitada. Mas mesmo assim a convenci de que dirigiria o carro de volta para casa. Novamente uma série de ocorrências denotava que nada corria bem.

Menos de um mês depois minha agitação não diminuía. Uma noite peguei o carro e, depois de falar com meu marido, saí em direção da entrada do condomínio. Ele foi me encontrar. Entreguei o volante e lhe pedi que me levasse para o hospital. Eu estava maníaca novamente.

Chegando ao hospital fui atendida por uma médica que me fez uma série de perguntas. Eu estava extremamente acelerada. Ela não considerou ser interessante retornar ao Nossa Senhora de Fátima. Sugeriu uma internação rápida, de 36 horas, dentro do hospital mesmo.

A ocupação do espaço era feitas por umas cortinas plásticas presas ao teto que circundavam toda a cama. Três camas de um lado, três do outro. Um quarto apenas. Esse era o espaço destinado à psiquiatria no servidor.

O psiquiatra perguntou por que eu saíra antes da alta médica. Eu respondi que minhas filhas haviam me pedido durante a visita médica. Então ele perguntou se uma pessoa com a bacia quebrada, por exemplo, poderia sair do hospital se fosse solicitado pelos familiares. É óbvio que não. Ele estava correto, se eu não estava bem porque saíra antes do tempo?

Desta vez eu ficaria até receber alta.

Mais uma internação. A segunda depois do nascimento da Anna. A quarta em minha vida. Mais uma chance de parar, de conhecer pessoas, histórias, reviver a minha. Um novo espaço.

Numa tarde, a Tânia foi me visitar. Saímos da ala da psiquiatria, fomos tomar sol. Acompanhada permitiam que andássemos pelo hospital. Passamos pela agência do banco dentro do hospital. Fiz com que ela sacasse dez reais. Coloquei no bolso. Não devolvi. Era uma segurança. Não pretendia fugir. Mas, já tinha dez reais.

Nesta ala do centro psiquiátrico, bem como no hospital como um todo, os pacientes ficam de pijama do próprio hospital. Logo, somos identificados à distância. Não vinha ao caso querer sair do hospital.

Nessa segunda internação foram apenas três dias. Nela conheci uma moça que tinha transtorno afetivo bipolar e estava em estágio de mania bem avançado. Uma noite eu comecei a provocá-la e ela disse que ia embora. Começamos a discutir como duas crianças e de repente ela se irritou e atravessou o corredor, saiu e realmente se encaminhou para ir embora do hospital. Obviamente foi detida pela segurança e no outro dia foi encaminhada para um centro psiquiátrico fechado.

Permaneci nesta internação psiquiátrica apenas 36 horas. O estágio agudo de mania já controlado possibilitou o retorno para casa, mesmo estando ligeiramente alterada.

Essas duas internações psiquiátricas deixaram sequelas em minhas filhas mais velhas, que precisaram iniciar um processo psicoterapêutico e, uma delas, psiquiátrico e neurológico. Abaladas pela minha ausência apresentaram a necessidade de intervenção. Durante um ano e meio meu marido as acompanhou junto ao CAPS Infantil de Santo André para sessões de terapia ocupacional. No mesmo período foi detectado que a Lygia necessitava de intervenção medicamentosa em função de um estágio de depressão.

Durante alguns anos ela fez acompanhamento psiquiátrico e durante certo período utilizou a Carbamazepina e o Ácido Valpróico como controladores do humor. Por um tempo utilizou também a Amitriptilina como antidepressivo.

Além do atendimento no CAPS providenciamos atendimento psicológico individual para elas durante o período de um ano e meio.

Quanto a mim, segundo minha psicanalista, procurar uma internação psiquiátrica naquelas condições foi a maneira que encontrei de romper com a pequena Anna Luiza. De deixar de amamentá-la e recobrar certa liberdade.

É extremamente conflituoso. Algo que me causava tanto prazer, como o ato de amamentar, trazer consigo um desgaste mental, uma aceleração do pensamento. Porém, não deixo de ver que há um fundo de razão em tal afirmação. Eu estava angustiada, maníaca. Queria deixar o corpo e amamentar me mantinha presa ao bebê, a casa. Internar-me no centro psiquiátrico foi a maneira que encontrei de romper com o mundo.

Capítulo VII – As Crises de Depressão

A depressão, ao contrário do que muitos acreditam é uma doença. Como toda e qualquer outra tem suas particularidades e se desenvolve de forma diferente em cada indivíduo.

Minhas crises de depressão sempre foram proporcionais às crises de mania e sempre vieram depois delas.

A crise de 1995, depois do período em que nasceram as gêmeas, foi a primeira que vivi, a mais longa e profunda delas. Demorou cerca de três anos para que eu voltasse a me sentir realmente melhor e capaz a ponto de voltar a produzir, a trabalhar fora de casa. Não quero com isso menosprezar o trabalho da casa e com as meninas. Mas, me envolvi apenas com essas atividades de julho de 1996 a março de 1999.

Durante quase todo esse período me sentia ligeiramente empalidecida. A vida não tinha muita cor, muito nexo, muita graça.

Sentir-se assim alguns dias ou semanas pode não ser característica de uma depressão. Porém, quando esses sentimentos perduram a ponto de se chegar ao desejo do suicídio, são características de uma doença psiquiátrica.

A depressão é uma doença que necessita ser tratada. A intervenção medicamentosa se faz necessária ao menos no começo do tratamento e a

intervenção terapêutica é necessária ao longo de todo ele.

Essas intervenções são necessárias para abreviar o período de sofrimento, pois até é possível que num determinado momento, depois de semanas ou meses a pessoa acabe se recuperando. Porém, durante esse longo período, o sofrimento que a pessoa vai sentir fará com que ela perca parte de sua vida. Também, pode ser que um período passe mais brando, mas traga ao longo do tempo períodos mais profundos.

Esta é uma doença que atinge o estado do humor da pessoa. Ela pode surgir em vários momentos: a partir da perda de um emprego, da separação conjugal, da morte de alguém, do estresse causado pelo dia a dia, de um período pós-parto ou outro fator relevante.

Seus sintomas são bem característicos e se diferenciam da tristeza, pois esta é passageira, enquanto a depressão é duradoura.

Segundo folheto informativo da Novartis, laboratório de Biociências, um indivíduo na fase depressiva pode:

- Sentir-se desanimado;
- Apresentar modificações do peso;
- Demonstrar dificuldades de expressão da fala;
- Não possuir energia suficiente ou sentir-se muito cansado;
- Movimentar-se muito lentamente;
- Sentir-se agitado ou nervoso;
- Ter a sensação de inutilidade;
- Ter dificuldade de concentração ou de prestar atenção;
- Não ter interesse em atividades de lazer, no trabalho, ou nas atividades da vida;
- Sentir-se estar no final da vida, ideias suicidas.

Caso a pessoa apresente ao menos a metade destes sintomas já é um indicador de que pode estar depressivo. Tais sintomas estão ligados, segundo texto do mesmo laboratório, ao desequilíbrio de substâncias químicas do cérebro, denominadas noradrenalina e serotonina. Portanto, se é um problema

químico o organismo humano levará muito tempo para recompor-se. A intervenção terapêutica seja qual for, e a medicamentosa, seja alopática ou homeopática, vão acelerar o processo de restabelecimento do equilíbrio.

Durante minhas fases de depressão o que mais me marca é a falta de cor que a vida parece ter. Nem mesmo a música chama a minha atenção e até minhas filhas parecem pesos para mim. Meu trabalho não parece ter o significado que tem quando estou bem. Nem mesmo as atividades mais prazerosas, como ir ao teatro ou cinema me fascinam como normalmente o fazem. Quero apenas ficar na cama, dormir, esquecer os problemas e chego a desejar a morte como a única solução para todos os problemas.

10º Ensaio - O Eu e o Outro

Não me dei o direito do suicídio. Embora esse desejo fosse entre todos os outros o mais tentador, destitui-me dele porque o Outro, representado por familiares e amigos, me atribuiu um valor inigualável. Apesar de encerrar-se em mim minha identidade, o meu Eu, era apenas no confronto com o Outro que a reconhecia. Assim, busquei não me valorar por mim mesma, apenas sob a luz de meus olhos, mas levei em consideração o desejo e a expectativa do Outro sobre mim.

Não quis ser cômoda, quis antes não ceder ao desejo inexorável de um minuto que explodiria todo um cérebro danificado.

Procurei me concentrar na ideia de que o desafio estava em prosseguir a vida e enfrentá-la dia a dia, tirando de cada um o melhor que conseguisse.

Acima de todo e qualquer momento de angústia, todos os dias depois que descobri a doença bipolar trabalhei para que aqueles três pares de olhos (que talvez tenham cérebros semelhantes ao meu) e todos os outros a que tenho acesso acreditem, sobretudo, na vida.

Outro período de depressão surgiu tão logo o Carbonato de Lítio foi

reintroduzido em agosto de 2001 e a crise de euforia controlada. Tudo voltou a ser cinza. E, embora tenha me afetado de forma mais branda, a depressão roubou-me mais alguns momentos de minha vida. Por orientação de alguns colegas, não me afastei da sala de aula neste ano e, em certos momentos, não via direito às minhas turmas.

Essa crise de depressão não foi duradoura como a de 1995 a 1999. Neste período de 2001 iniciei um processo de psicanálise e, como já citei, em 2002, apropriei-me da doença psiquiátrica e, vivendo alguns meses em licença, pude estar mais comigo mesma.

Já, o período depressivo que se instaurou após a crise de agosto de 2003 foi a mais intensa de todas as crises vividas por mim.

Mesmo tendo ciência de que a doença causava o estágio depressivo e de que era por isso que eu estava sofrendo eu não conseguia me manter lúcida. Em alguns momentos eu caía em prantos e a maior parte do tempo eu queria ficar na cama.

Durante duas semanas minha mãe esteve em meu apartamento comigo, pois eu não queria continuar mais vivendo e ela e meu marido temiam que eu tentasse o suicídio. Por vezes, eu segurava em suas mãos e chorava muito, pois a única coisa que me passava pela cabeça era o desejo de dar cabo de minha vida. Nessas horas pensava em minhas filhas com apenas oito anos.

Foram tardes de muito sofrimento. Vencidas, a muito custo, com muita análise. Minha psicanalista chegou a me atender num domingo, no meio de uma crise na qual eu não parava de chorar. Além da análise foi necessária intervenção com antidepressivos e antes de chegarmos àquele com o qual me adaptei, a Amitriptilina, alguns foram testados.

Algumas vezes minha médica falou comigo pelo telefone. Minha mãe entrava em desespero por me ver tão deprimida, por eu me negar reagir. As consultas semanais as quais eu era submetida não eram suficientes para me resgatar e me impulsionar de volta à vida. Assim, por vezes, minha mãe recorreu ao telefone e pediu ajuda à Dra. Maria do Carmo.

Lembro-me de uma tarde em que, pelo telefone, ela me sugeriu que fosse passear, que fosse dirigindo até um parque. Minha médica sabe que adoro dirigir, que é algo que está na alma de nossa família. Meu pai e irmão tiveram por profissão serem motoristas e eu tenho fascínio por automóveis desde a mais tenra idade. Acatei sua sugestão e fui até um parque próximo de casa. Suas palavras em certos momentos surgiam como que dotadas de muito encantamento. Procurava fazer tudo o que ela me sugeria, como assistir aos filmes e livros que indicava.

No parque, chorei muito. Tudo me parecia um esforço muito grande. A vida em si não tinha significado para mim. Era uma bela tarde de primavera e eu, na limitação da doença, não conseguia encontrar beleza e razão em tudo o que me cercava. A depressão roubou de mim inúmeras horas. Um tempo que não terei jamais.

Nesse período fui assistir a um filme, por sugestão da psicanalista, *As Invasões Bárbaras*, do diretor Denys Arcand. *As Invasões Bárbaras* é acima e antes de tudo um filme que se debruça sobre as reflexões do viver e suas relações humanas. Embora desde os primeiros momentos fique claro que seu personagem principal está com uma doença terminal, no decorrer do filme os demais personagens tentam se desvencilhar dessa morte iminente e/ou amenizá-la não só no intuito de diminuir o sofrimento daquele que vai morrer, mas na ânsia de justificar a própria incapacidade diante deste paradoxo que é a consciência da morte.

Durante o decorrer da história, em função da morte que se aproxima, cada personagem vai fazendo uma reflexão sobre sua própria trajetória de vida e tentando tirar delas sua importância, revelando seus prazeres.

Como pano de fundo é possível observar, num hospital Canadense, o desejo incomensurável de um filho que abre mão de todos os recursos possíveis para amenizar o sofrimento de seu pai desenganado pela medicina. Pai e filho, distantes até então, enfim, convergem seu tempo no desejo de demonstrar todo amor e admiração recíprocos.

Quem rouba a cena é a personagem que tem como função trazer heroína para amenizar o sofrimento do protagonista e abreviar sua vida. Desde o começo da trama ela se coloca como alguém que não quer se envolver, pois é suscetível de falhas. É uma personagem introduzida no enredo de forma sutil, mas a quem coube às falas e os atos-chaves, a exemplo do momento em que ela se desfaz do impertinente celular do filho do protagonista ou quando ela fala que a vida da qual o protagonista, Rémy Girard, não quer abrir mão é aquela que já morreu, pois ficou no passado e não esta que ele enfrenta agora. Não deixa de chamar a atenção quando se refere à primeira vez em que se experimenta a droga como a mais especial, como a sensação que se buscará todas as outras vezes. E ainda, para finalizar, é ela que introduzirá a quantidade de droga suficiente que levará a uma overdose do protagonista.

Antagônico ou não, esse momento final nos remete a uma sensação de prazer com árvores compridas que se balançam num fundo musical agradável que vai remeter a trechos de filmes já citados durante o enredo. Como todo bom filme, deixa no ar uma série de reticências, a exemplo do encanto do rapaz, filho do protagonista, por essa personagem que afinal não tinha uma presença tão sutil assim e que ocupará a casa, agora vazia, deixada pelo então protagonista falecido.

Colocar-me diante deste personagem que sabia de sua morte, que não tinha como fugir dela e fazer uma reflexão sobre minha própria vida foi um dos momentos em que minha psicanalista me colocou em xeque diante da depressão que me consumia. O filme, uma obra-prima do cinema, vencedor do Oscar de melhor filme estrangeiro de 2003, retratava a situação inversa à minha, que tinha a vida toda pela frente e não queria enfrentar a vida. Não preciso dizer que fiquei muito tocada pela história de Rémy Girard.

Aos poucos, paulatinamente, com ajuda da análise e da Amitriptilina, fui vencendo o estágio depressivo que se instaurou naquele 2003. No final do ano consegui remoção para outra escola. Foi quando venci o estágio depressivo e voltei à atividade em 2004.

Não se vence a depressão como que por um encanto. É um longo processo, de dias, meses, anos. A medicação leva ao menos sete dias para começar a surtir algum efeito positivo. O equilíbrio só vem após duas, três semanas. A segurança em si mesmo após meses ou anos.

11° Ensaio – Dor

Da minha dor não surgem textos vastos que exprimam o quanto sofro. Do meu pesar não consigo tirar fios de palavras que ora embaralhados me sirvam depois para ver o quanto de tristeza havia em mim.

De tudo o que vivo não é de meu sofrimento que surge o que há de melhor. Não consigo sentar aqui e desenhar em parágrafos todo o pesar que vai em Minh' alma.

Se em minha boca não está o sabor do prazer que toma o corpo se torna difícil a tarefa de colocar neste papel em branco os traços da dor que aflora em meu peito uma enorme chaga, tão viva e dolorosa quanto um punhal não o faria.

Ao sentar aqui e tentar exprimir minha dor queria transformar em tranquilidade o peso de minha tristeza. Trazer, enfim, para o exterior toda conjunção de lágrimas que vai em meu interior.

Ambiciono deixar talhado no papel o que em mim clama por exteriorizar-se.

Se puder lançar luminosidade sobre o que aflora essa dor porque não a posso vencer?

Em 2006, após a crise de mania e as internações psiquiátricas consequentemente voltei a me deprimir.

Tive alterações de hipomania e ligeira crise de depressão. Meu estágio de instabilidade do humor me levou à readaptação funcional em 2007, me tirando da sala de aula temporariamente e me colocando em uma atividade paliativa,

onde praticamente não tenho contato com alunos. Desde então desenvolvo atividades com computadores: digitação de títulos de livros, textos, tabelas, conceitos dos alunos.

Não me agrada nem desagrada desenvolver tais atividades. Há dias nos quais estou mais receptiva a elas e me sinto produtiva e outros dias nos quais a monotonia assola minha existência e me sinto débil. Porém, creio que a maioria das pessoas se sente assim em determinado momento nos quais exerce suas funções.

Mesmo em readaptação enfrentei ligeiros momentos de mania, hipomania e depressão, vindo a afastar-me do trabalho em alguns momentos nesses últimos anos.

Em 2006 foi introduzida uma nova droga, o Abilify, cujo princípio ativo é o Aripiprazol. Essa medicação é cara, custando cerca de vinte e cinco reais o comprimido de 15 mg, minha dose diária. Minha médica me orientou para que entrasse com pedido junto à Secretaria de Estado da Saúde para receber a medicação, o que ocorreu por cerca de dez anos, período em que fiz uso dessa medicação.

Simultaneamente foi introduzido o Topiramato. Medicação que tomei até o início de 2011, quando ele começou a inibir minha capacidade cognitiva.

Entre 2009 e 2010 tive ligeiras crises de depressão, consequentemente vindo a me afastar da escola.

A partir de abril daquele ano (2010), em função de uma nova demanda, minha psicanalista passou a ser a psicóloga Daniela de Camargo Barros Affonso, também da Escola Brasileira de Psicanálise, e a Dra. Maria do Carmo continuou a me acompanhar como psiquiatra até o final de 2013, quando passei a ser atendida por outros médicos.

A Daniela, dona de uma personalidade serena, me acompanhou numa jornada de cinco anos. Nela discutimos do cotidiano em minha vida a Freud e Lacan. Foi um novo tempo de possibilidades.

Aos poucos fui aprendendo a caminhar sozinha. Hoje, distante das sessões

de análise, apenas com acompanhamento psiquiátrico, tento me manter sóbria.

Estou com outros medicamentos, a Olanzapina, a Lamotrigina e o Depakene. Ainda tenho efeitos colaterais, como a sonolência, mas distante das crises de mania e depressão mais agudas tenho a sensação de estar produzindo mais.

SEGUNDA PARTE: O COTIDIANO EM MINHA VIDA

Capítulo VIII – Traços de Infância

A imagem mais remota que tenho de mim mesma é a de uma menina de vestido vermelho de inverno com laço nas costas. Eu devia ter quatro ou cinco anos.

Antes disso, uma imagem anterior é a de minha irmã mais nova chegando da maternidade na qual nasceu envolta em um xale clarinho. Desci o quintal correndo na ânsia de vê-la no colo de minha mãe.

Minha infância apesar da discórdia entre meus pais e uma série de problemas financeiros foi muito gratificante. Sempre fui muito alegre e acreditei demais na vida.

Passei quase todo este período na mesma casa. A princípio era uma casa de apenas quarto, cozinha, banheiro e varanda. Embora muito pequena para os padrões atuais, era bonita para época em que foi construída, em 1967.

Nos idos de 1980 ganhou mais um cômodo e dez anos depois foi ampliada em mais três cômodos.

Hoje essa casa serve de instalações para fábrica de roupas de bebê de minha irmã, a Zumm Caramello.

Capítulo IX – Marcas do Passado

Estávamos em dezembro de 1991. Eu trabalhava como professora de Geografia na escola na qual fiz o segundo grau, Américo Brasiliense.

Eu estava muito envolvida com uma exposição de fotos que montara com meu grupo de alunos. Era uma exposição de fotos de grande porte. Tomou cerca de duas semanas para montagem, pois contava com mais de 500 fotografias, na maioria de Santo André.

Eu havia orientado os alunos para que fotografassem o meio ambiente no qual vivemos. Orientei sobre o tamanho das fotografias e selecionei um grupo de alunos que me ajudou a fazer a montagem destas sobre o papel cartão, bem como a colocação de etiquetas com o título das mesmas. Além das fotografias havia textos que falavam sobre o estudo desenvolvido. Foi um trabalho envolvente. Um dos melhores que já fiz. Infelizmente no ano seguinte eu levei todas essas fotos para serem expostas em centros comunitários da prefeitura municipal de Santo André e dadas às condições da minha vida não acompanhei com atenção seu paradeiro. Enfim, quando dei por mim elas haviam sumido. Muitas vezes me martirizei por essa perda. Essa é uma característica minha. Martirizar-me, culpar-me, sentir-me um verme, incapaz, imbecil, toupeira.

Certa sessão de psicanálise minha psicanalista (Dra. Maria do Carmo) me sugeriu em tom sarcástico, que, aliás, às vezes lhe cai bem, que eu fosse até o largo de Pinheiros e comprasse um chicote para me auto flagelar. Vez por outra, quando cometia minhas falhas, brincávamos ao visualizar tal ato de flagelação.

Hoje, quando penso no passado, concluo que naquele período de 1991 bem como nos períodos anteriores eu sempre tivera ímpetos de euforia e momentos depressivos. Mas nada comparado às crises pós-parto em diante.

Nessa época eu sequer sonhava com a doença bipolar. Tinha ciência de que meu avô materno tivera ficado anos em um centro psiquiátrico e tivera se suicidado após sair de uma destas internações. Porém, sabia muito pouco de meu avô até então. Só vim a me interessar por sua história após a crise que me acometeu dez anos depois.

Como vim tomar ciência recentemente, minha maneira de ser, ligeiramente eufórica, já era um prenúncio do Transtorno Afetivo Bipolar.

Isso me deixa ligeiramente confusa, pois não sei até que ponto sou eu

mesma ou sou sombra de uma doença mental que me afeta.

Certa tarde, nos idos daquele ano (1991), eu organizava aquela exposição de fotos quando minha mãe foi me visitar no trabalho. Ela estava impressionada com meu pai, pois este estava doente há dias. Apresentava febre, diarréia e sonolência. Minha mãe, que lia muito, estava desconfiada de que o diagnóstico fosse AIDS.

Logo no mês seguinte ele foi internado e tivemos a confirmação de tal diagnóstico.

Durante a evolução da doença ele passou por mais sete internações. Foram momentos difíceis e até hoje por vezes sonho que ele está vivo lutando contra a doença.

A AIDS, no caso de meu pai, bem como em muitos pacientes daquela época, nos primeiros anos de seu surgimento, matava aos poucos. Não é a AIDS em si que causa o óbito, mas as doenças que surgem por conta da insuficiência causada por ela. No caso, ele só veio a falecer por insuficiência respiratória cerca de um ano e meio depois de constatada a existência da doença.

Durante este período tive uma ou outra crise de choro, o que caracterizo como natural dada às circunstâncias. Foi um tempo de aflição, pois fomos aprendendo a lidar com uma nova fase em nossas vidas. Minha mãe, eu e meus irmãos fomos marcados para sempre com a perda de nosso pai daquela forma tão drástica.

12º Ensaio - Ser

Não há pessoa no mundo que consiga expressar em palavras, sejam faladas ou escritas, aquilo que determina a forma de ser de outra pessoa ou de si mesma. Podemos traçar em linhas gerais o que somos e aquilo que nos aflige, o que desejamos, quais são nossos méritos e deméritos. Mas, há algo de nós que está no fundo dos olhos e que o espelho nos esconde, mesmo que uma pessoa cega possa ver. Há algo de nós que está no tato e no timbre da voz e

não é mensurável e passa despercebido de nossa razão porque é minúsculo, é microscópico, não podemos tocar, nem ouvir. É como quando a água do mar bate na praia e fala e não sabemos o quê apesar de ouvir a voz da onda rebentando na areia. São essas minúcias que nos diferenciam tanto e que nos fazem com que sejamos nós mesmos, nem mais, nem menos.

Esse mundo sensível de nós não está em nosso inconsciente, trancado por fatos do passado. Ele o é assim por que não seria aceito diferente. Criamos papéis nesses teatros da vida e são eles que ocupam-nos o tempo inteiro. Se nos despíssemos de tudo o que criamos então não nos reconheceríamos.

O sistema econômico no qual vivemos providencia papéis para a maioria de nós. Olho-me e me analiso. Sou professora muito mais por uma questão circunstancial do que por amor àquilo que faço. Seria jornalista, advogada, música. Embora eu me procure e me encontre naquilo que faço, pois gosto de trabalhar com pessoas, por vezes me distancio de mim, do meu mundo, dos meus objetivos básicos e me encontro renunciando ao oxigênio que respiro para ajudar a manter esses mecanismos caóticos da educação que auxiliam muito pouco para que as pessoas sejam.

As pessoas têm que ser em si mesmas.

Certa tarde de abril de 1993, meu pai já estava bem doente, me telefonaram na escola na qual eu trabalhava e me avisaram para que eu não fosse para a faculdade, que minha mãe mandava me chamar com certa urgência. Eu já decidira que aquele seria o último dia na Prefeitura Municipal de Santo André. Eu tinha dois cargos nesta época e decidira deixar a turma da tarde.

Tinha preparado uma festinha com meus alunos de cinco anos e chorara muito durante à tarde, pois gostava muito da turma. Mudara a administração da prefeitura e da EMEI e eu não suportava mais a pressão dos dois cargos e da direção daquela EMEI na qual eu trabalhava.

Naquele dia rumei para casa na certeza de que meu pai falecera ou fora internado novamente. Ao chegar próximo à minha casa encontrei um número

enorme de pessoas na frente de nossa casa.

Entrei esperando a notícia. Mas me enganara quanto à pessoa que havia falecido. Meu pai estava em casa chorando e quem falecera fora meu irmão. Tinha se afogado no rio São Francisco, onde estava de passagem por conta de um trabalho que desenvolvia na mesma transportadora na qual meu pai trabalhara.

Ele era o filho do meio, entre eu e nossa irmã mais nova. Morreu aos vinte e três anos. Com certeza foi o maior golpe que meu pai pode receber. Desde então a doença o afligiu de forma ainda mais aguda.

Nos últimos três meses e meio em que meu pai esteve vivo foi emagrecendo dia a dia, mais e mais, até vir a falecer na minha frente e de minha mãe, que molhava sua boca com água num algodão.

Há momentos que ficam em nossa mente, gravados como que em DVDs.

Na minha ignorância e egocentrismo cheguei a comentar com um grande amigo, no sábado, enquanto eles procuravam o corpo de meu irmão, que seria bom que nunca o achassem. Que o rio o levasse para sempre.

No fundo, eu esperava que meu irmão voltasse.

Quando chegou a notícia de que haviam encontrado o corpo transformei-me numa pedra. Aliás, agi assim o tempo inteiro. Sem derramar uma única lágrima. Eu e meu irmão éramos inimigos ferrenhos. Disputávamos a unha à atenção de nosso pai e o espaço da casa. Nunca, durante a fase adolescente, tínhamos sido amigos. Ao saber de sua morte a encarei como mais um obstáculo a transpor.

Como ele faleceu na 6ª feira e o corpo só foi encontrado no sábado, e estando a cerca de 3000 km de distância, o enterro foi no domingo e permitiu que muitos de nossos parentes pudessem se deslocar para acompanhar a cerimônia.

Meus pais, em especial minha mãe que é tão forte e tão frágil ao mesmo tempo, estavam muito abalados. Ele, já num estágio avançado da doença, estava magérrimo, com feridas pelo corpo, mal se mantinha de pé. Ela, que até então

enfrentara à vida com tanta braveza, desmoronou. Nunca a tinha visto tão abalada. Entregou-se a um estado de desespero que necessitou de interferência medicamentosa. Não havia o que a consolasse. Só não chorava mais porque a levamos ao médico e a dopamos. Mesmo assim, manteve-se lúcida a ponto de exigir que se abrisse o caixão para ela se certificar de que haviam trazido o próprio filho.

Eu me mantive petrificada. Fui à casa de uns amigos no sábado à noite. Não me lembro o motivo da visita e disse que meu irmão havia morrido afogado. Eles ficaram bestificados com a tranquilidade com que eu relatava tal fato. No dia seguinte compareceram ao enterro. Esses meus amigos (Guilherme e Simone) se tornaram meus cunhados um ano mais tarde. Meu futuro marido também estava presente ao enterro de meu irmão.

Durante o velório, que foi rápido e onde compareceu muita gente, pois havia amigos de meu pai, da empresa na qual ambos, ele e meu irmão trabalhavam, parentes e muitos amigos de meu irmão, minha futura cunhada tentou me convencer a entrar no cemitério e ver meu irmão morto. Eu me neguei.

Estava ali para amparar meus pais e não para sofrer a perda de meu irmão. Fora dirigindo até o cemitério, levando meus pais e o fazia na volta. Levara minha mãe ao médico no final de semana e estava à disposição dela e de meu pai e nada mais. Os argumentos de minha amiga não me convenceram. Não vi meu irmão morto.

Ela não sabia que eu estivera no cemitério mais cedo para levar alguns tios meus que chegaram do interior do estado. Quando eu chegara no cemitério vi o nome de meu irmão escrito numa lousa, onde indicam a sala do velório. Isso para mim já fora o impacto suficiente. Eu não precisava provar mais nada.

Cerca de dois anos depois, eu estava no sexto ou sétimo mês de gestação minha mãe teve a ideia de passarmos pelo cemitério para visitar o túmulo do meu pai e do meu irmão.

Era um dia bonito. Ao certo não me recordo se tivemos dificuldades para

encontrar o local onde se encontravam as ruas nas quais ficavam seus túmulos. Foram enterrados em ruas diferentes, pois não temos túmulo da família. São túmulos temporários, alugados por um tempo, depois deste (cerca de seis ou sete anos) os ossos são desenterrados e colocados em sacos, num compartimento, em outra parte do cemitério. Lá sua estada é permanente.

Encontramos suas lápides de mármore e seus nomes inscritos. Na do meu irmão vinha alguma coisa do tipo “Ao maluco beleza”, pois adorava Raul Seixas. Além da frase, a data de nascimento e morte.

Em casa, à noite, tive uma das piores crises de choro de toda minha vida. Finalmente vieram as lágrimas. Não tive dúvidas. Chorei.

Não sei, mas para mim as coisas são ou não são. É difícil ter o mais ou menos.

Meu irmão morreu em abril de 1993 e só chorei a morte dele por volta de janeiro de 1995. Logicamente eu a senti desde o princípio à minha maneira e, várias vezes, enquanto morava na casa de minha mãe, acordei tendo a nítida impressão de que ele voltara de viagem. Talvez só tenha deixado “a ficha cair” quase dois anos depois. Aliás, a morte para mim é algo muito emblemática, por sinal meu primeiro ensaio neste livro fala dela e de como meu irmão, ao morrer, para mim tornou-se um herói, pois efetivou tudo o que fizera até então. Inclusive sua paixão pelo Raul Seixas. Talvez, se fosse vivo (e isso seria muito bom, pois com certeza eu teria sobrinhos) ele pudesse negar isso e ser um daqueles quarentões caretas que a tudo põe limites.

Já a morte de meu pai eu chorei várias vezes, antes mesmo dele vir a falecer em agosto de 1993.

13° Ensaio – Sentimentos e Desejos

Há sentimentos e desejos que a alma humana acalenta e, simultaneamente, a razão deturpa a nossos próprios olhos.

Há sensações e prazeres que ficam reservados apenas àqueles que

ousam metaforizar Fernão Capelo Gaivota.

Há muitos pedaços de nós que ficam cravados em nossas gargantas, imobilizados pela dor do choro contido.

Há dores que tomam o corpo todo por conta do amargo da distância.

Há muito de nós que se transforma e se materializa em nós mesmos e há momentos em que estranhamos a identidade diária.

Há momentos dramáticos em que as palavras nos faltam.

E se o que somos em si não for o suficiente não há absolutamente nada que possamos reverter, pois que, por mais intensa que seja nossa paixão, senão pousar sobre nossos olhos outros olhos cúmplices não será possível desnudar a alma.

Meu pai foi morrendo aos poucos e com ele nós fomos juntos. Diga-se de passagem, meu irmão literalmente.

Quando a doença surgiu em 1992 eu abandonei a pós-graduação em Metodologia do Ensino Superior, na Fundação Santo André, e retornei um ano mais tarde. Era a segunda vez que eu me afastava de um curso. A primeira fora aos oito anos por um problema na perna. Porém, era a primeira vez que eu desistia de algo. E não foi só da pós. Abandonei também o curso de francês que eu vinha fazendo há um ano e de espanhol que eu frequentava há um ano e meio.

Meu cérebro demandava espaço. Precisava de um tempo. Naquele ano eu ingressara como professora numa Escola Municipal de Ensino Infantil em Santo André, junto com uma grande amiga minha da faculdade, a Maria Luiza. Simultaneamente, assumira o cargo como professora titular na rede estadual de ensino de São Paulo. Eram dois cargos novos, que demandavam muita energia. Num deles (estadual) eu trabalhava com uma primeira série e no outro (municipal) com uma turma de terceiro estágio da pré-escola.

Um cargo ficava em São Paulo, no Parque São Rafael. O outro, a 20 km de distância, no Jardim Guarará, em Santo André. Ou seja, duas conduções depois. Eu tinha entre 12h30 e 14h00 para me deslocar de um local para o outro.

A certa altura, meu pai e suas internações foram me encurralando.

Lembro-me bem de uma tarde chuvosa em que eu e minha mãe esperávamos no ponto de ônibus depois da visita a meu pai. Era domingo e foi sua segunda internação. Aquela na qual ele ficou cerca de 45 dias e que, na nossa ignorância achássemos seria a derradeira.

Prometi à minha mãe que aprenderia a dirigir. Que faria isso logo e que nunca mais teríamos que ficar no ponto esperando o ônibus. Era maio ou junho. Só vim a dirigir em setembro. Porém, meu pai sobreviveu a essa primeira internação e pude acompanhá-lo a outras seis internações.

Curou-se de uma pneumonia. Saiu do hospital já bastante definhado. Do homem alto e forte que fora não sobrara quase nada depois daquela segunda internação.

Tomava uma medicação controlada. Havia postos de saúde que forneciam tal medicação, específica para pessoas com pneumonia. Ele devia tomar outros medicamentos também em função da AIDS. Nada comparado ao coquetel que temos hoje em dia.

Certo dia, mal começara a dirigir, não encontrava a medicação no posto que conhecia. Indicaram-me um outro e uma amiga se propôs a ir comigo. Fui dirigindo. Eu dirigia sem habilitação, pois reprovara no exame para tirar a Carteira Nacional de Habilitação e, no desespero e urgência, comecei a dirigir sem a mesma.

A Eloide, que como boa parte de meus amigos acreditava mais em mim do que eu mesma, foi me “conduzindo” até o tal posto de saúde, no qual chegamos bem e encontramos o remédio. Na volta, ela ainda me pregou uma peça. Escolheu o caminho mais difícil e me fez passar por uma subida íngreme. Por vezes, até hoje, temo aquela subida. Jamais a daria a um aprendiz. Mas... naquelas circunstâncias, subi.

Outra amiga da época de meu pai, já citada neste livro, a Marta (diretora da escola na qual minhas filhas foram estudar em 2003), foi visitá-lo para falar de uma multi mistura, feita a partir de cascas e sementes de alimentos. Nós a

colocávamos nos alimentos, leite e água. Porém, a doença o debilitava dia a dia.

Na sala de aula eu vivia um tempo mágico. Nem parecia que meu pai estava tão doente. Minhas turmas de primeira série e de pré eram excelentes. Infelizmente, minha tristeza não me permitiu registrar mais vezes seus rostinhos lindos, seus sorrisos alegres, sua satisfação em viver e aprender.

Eu era professora alfabetizadora e resolvi, iluminada pela minha formação com base em Celestin Freinet, criar dois hamsters na escola. O macho era branco e a fêmea era marrom. As crianças colocaram o nome de Leite e Café.

Da primeira gestação da Café morreram todos os filhotes. Os primeiros, porque eles (pais) os comeram, num instinto de proteção, pois nós, os humanos (alunos e professora) colocamos as mãos para medi-los. Os outros, separados dos pais, morreram de frio.

Na segunda gestação a Café não estava bem. Ao invés de procurar um veterinário coloquei-a numa caixa de sapatos (diga-se que a gaiola deles ficava na escola estadual na qual eu trabalhava no período da manhã) e fui para o local do meu trabalho à tarde.

No meio do caminho ela morreu. Transformei-me em lágrimas. Cheguei na escola chorando e não conseguia me controlar. Minhas amigas deveriam ter me mandado de volta para casa. GENTE!!!! Eu tinha um pai com AIDS, morrendo em casa. A morte era algo que me abalava mais que a uma pessoa em um estágio natural.

Mandaram-me para a sala de aula. Fui chorando. Não conseguia me controlar. Minha diretora, a Sônia, tinha muito tato, mas neste dia ela não sabia o que fazer. Fez o que um chefe faz. Foi até a sala e me deu uma ordem: “___ Conceição, pare de chorar!”. Parei.

No dia seguinte chovia fininho. Eu e meus alunos da 1ª série enterramos a Café. Eles choraram muito. Mantive-me forte.

No ano seguinte continuei com a mesma turma da 1ª série. Agora era 2ª. Ao invés de hamsters estávamos mais espertos e resolvi criar peixes num aquário na sala de aula.

Não preciso dizer que foi um desastre. Os alunos dos outros períodos colocavam pão na água: os peixes morriam de tanto comer. Um dia esqueci o aquecedor ligado: os peixes morreram com as altas temperaturas. Algum problema no aquecedor: morreram de frio. A morte passou a ser corriqueira. Não chorávamos mais.

Na EMEI em 1993 peguei uma turminha de cinco anos. Tenho uma foto deles com a professora que foi me substituir quando me afastei em abril daquele ano.

Era de praxe na prefeitura de Santo André, no início das aulas preencherem-se questionários sobre os alunos.

A cada dia, no final do período chamávamos um pai diferente. Por motivos óbvios sempre começávamos por aqueles que nos chamavam mais atenção.

De cara o Thiago chamou minha atenção. Recusava-se a desenvolver algumas atividades e as outras crianças tiravam o sarro dele porque seu cabelo era muito ralo.

Chamei a mãe para preencher a ficha. Queria saber o que se passava com o Thiago. A mãe disse: tinha leucemia.

Desconversei. Disse que para mim ele era igual aos demais. Que dali em diante não tinha mais nada. Que queria que ele fizesse as atividades e ponto. Eu era uma professora linha dura.

Não sei o que a mãe disse ao menino em casa. Sei que ele passou a participar das atividades.

Fui a uma biblioteca pesquisar. A mãe não estava brincando. O menino tinha o tipo mais grave de leucemia, a aguda.

Meu pai adivinhava que era sábado, domingo ou feriado para ficar doente. Só para se ter uma ideia eu não tive uma única falta em 1992 na EMEI apesar dele ter sido internado umas quatro vezes naquele ano.

Em 1993 ele resolveu passar mal numa terça-feira. Achei estranho. O levei correndo para o hospital Heliópolis onde ele fora internado sete vezes. Somente a primeira o convênio cobria a internação. As demais intervenções foram feitas

nesse hospital conveniado com o Serviço Único de Saúde.

Era à tarde e eu perderia minhas aulas com minha turminha de cinco anos. Liguei para a escola e recebi a notícia nua e crua. Minhas amigas iam direto ao ponto. O Thiago morrera. Chorei muito. Eu não estava lá. Talvez tenha sido melhor assim.

Meu pai ainda voltou para casa mais uma vez. Foi quando decidi que deixaria a escola de Santo André. Nunca contei a meu pai tal decisão, pois no mesmo dia meu irmão faleceu e nada importava mais mesmo.

Quando meu pai morreu morriam junto um monte de sonhos... Eu voltara para pós-graduação. Era outra turma até melhor. Mas ficara para trás minha turminha de cinco anos, os peixes, a Café, o Thiago, meu irmão.

Em cima do caixão de meu pai eu chorei a uma hora que me restou. Lembrava-me do dia em que ele me levava para comprar meu vestido de formatura da 8ª série, de quando fazíamos compras juntos, de quando me ensinou a usar os freios do caminhão, da ida à Aparecida do Norte. Eu estava muito fragilizada. Chorei de soluçar tudo o que estava contido.

Último Ensaio

Dos olhos negros e profundos, embebidos por alguma droga lícita, exalava algum desejo de vida. Os mesmos olhos que outrora saboreavam momentos do cotidiano agora jaziam sobre um corpo castigado pelo suor do tempo.

Veza por outra esses olhos ouviam ao longe gritos surdos de alguém que não desejava ficar. Porém, nossos olhos protagonistas estavam emudecidos e não tinham mais pernas para caminhar para longe dali e interpelar aqueles outros olhos.

Assim, longos momentos separavam longos momentos uns dos outros. Nada se alterava e embora não houvesse eternidade era como se o corpo pairasse nela através da inércia.

*Já não era possível mensurar o tempo, os gritos, o corpo, os olhos.
O pensamento fluía e vagava tanto quanto o corpo não podia. Ia de um canto a outro, de tal sorte que não havia possibilidade de ouvi-lo.
O pensamento aos olhos ficou reservado.*

Capítulo X – Presente e Fim

Nos últimos tempos, por vezes esqueço-me de que durante tantos dias estive tão doente. Essa é uma característica nossa, só se apropriar da dor quando ela está iminente. Tão logo ela passa simplesmente ignoramos que um dia a tenhamos sentido. Aliás, essa deve ser a faceta da vida, vivermos o presente sem nunca deixar de mirar o futuro e embasados nos fatos passados, pois daí se tira tanto o desejo do porvir quanto a essência daquilo que foi um dia.

Saborear o presente. Tenho vivido assim, a contemplar essa nova chance de vida. Moro com minhas três filhas, pois em março de 2010 vim, no auge da minha crise de euforia, me separar do George. Não atribuo apenas à doença o divórcio. Simplesmente, acredito que não fomos tão fortes para continuar vivendo juntos. Acabou. Foram dezesseis anos que deram certo e no fim veio o fim.

O fim. O primeiro ensaio deste livro fala sobre a morte, o fim do dia, o fim do texto. E eu não poderia terminar falando de outra coisa senão do começo. Começo com o fim desse texto a negar tudo o que fiz, pois que estou viva e ainda posso fazê-lo.

Minhas filhas gêmeas estão na faculdade. A Giulia faz Arquitetura e Urbanismo e a Lygia faz Medicina. A Anna está no 6º ano do ensino fundamental. Elas são dinâmicas, alegres e muito comprometidas com a vida.

Logo, há livros para serem escritos.
