



UMA MENTE INQUIETA

Kay Redfield Jamison

*“Um extraordinário relato sobre a doença
maníaco-depressiva. Belo, humano e rico em
informações médicas... às vezes poético, outras vezes
direto, sempre despudoradamente honesto.”*

The New York Times Book Review

Martins Fontes

Extraordinário testemunho pessoal de Kay Redfield Jamison, autoridade internacional em doença maníaco-depressiva e uma das poucas mulheres catedráticas de medicina em universidades norte-americanas. É a revelação da sua própria luta, desde a adolescência, com a doença e de como a doença moldou sua vida.

Com linguagem vigorosa, direta e franca, com humor e simplicidade, ela nos leva a penetrar no território fascinante e perigoso dessa forma de loucura – um universo no qual um pólo pode ser a terra sombria e sedutora dominada pelo que Byron chamou de “melancólica estrela da imaginação”, e o outro, um deserto de depressão e, com triste freqüência, morte.

Kay Jamison sofreu seu primeiro ataque da doença maníaco-depressiva aos dezessete anos. Neste livro poderemos acompanhar sua guerra contra a doença durante a faculdade, a pós-graduação, durante um apaixonado caso de amor e o desespero da perda, ao longo de episódios de violência, surtos de loucura e a tentativa de suicídio. Vivenciamos seu medo de renunciar às animações

(continua na segunda orelha)

inebriantes e à sua crença firmemente enraizada de que deveria enfrentar a doença sem medicação – medo que a leva a oferecer resistência ao lítio, a droga que acabaria por salvar sua vida. Finalmente, ela relata o lento e doloroso controle da sua doença através do conhecimento, da coragem, da medicação, da autodisciplina e do poder do amor.

São memórias comoventes e estimulantes de uma mulher cuja feroz determinação de conhecer o inimigo, de usar os dons de seu intelecto para exercer influência no mundo, a levou a se tornar antes dos quarenta anos uma autoridade mundial sobre a doença maníaco-depressiva e cujo trabalho ajudou a salvar inúmeras vidas.

CAPA

Foto

Tom Wolff

Projeto gráfico: Alexandre Martins Fontes

UMA MENTE INQUIETA

UMA MENTE INQUIETA

Memórias de loucura e instabilidade de humor

Kay Redfield Jamison

TRADUÇÃO
WALDÉA BARCELLOS

Martins Fontes

São Paulo 2004

Esta obra foi publicada originalmente em inglês com o título AN UNQUIET MIND por Alfred A. Knopf. N. York, em 1995. Copyright © 1995, by Kay Redfield Jamison. Esta tradução foi publicada em acordo com Alfred A. Knopf, Inc. Copyright © 1996, Livraria Martins Fontes Editora Ltda. São Paulo, para a presente edição.

1ª edição

julho de 1996

6ª tiragem

janeiro de 2004

Tradução

WALDÉA BARCELLOS

Revisão técnica e da tradução

Claudia Berliner

Consultores técnicos

*Dr. Frederico Navas Demetrio e Dra. Hupseld Moreno.
do Grupo de Estudo de Doenças Afetivas (GRUDA) do Instituto
de Psiquiatria do H C FMUSP*

Revisão gráfica

Luzia Aparecida dos Santos

Produção gráfica

Geraldo Alves

Paginação/Fotolitos

Studio 3 Desenvolvimento Editorial

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Jamison, Kay Redfield

Uma mente inquieta : memórias de loucura e instabilidade de humor / Kay Redfield Jamison; tradução Waldéa Barcellos. – São Paulo; Martins Fontes, 1996.

ISBN 85-336-0525-0

1. Jamison, Kay R. - Saúde mental 2. Professoras universitárias - Estados Unidos - Biografia 3. Psicoses maníaco-depressivas - Pacientes - Estados Unidos - Biografia 1. Título.

96-26S7

CDD-616.8950092

Índices para catálogo sistemático:

I. Maníacos-depressivos : Biografia 616.8950092

Todos os direitos desta edição para o Brasil reservados à

Livraria Martins Fontes Editora Ltda.

Rua Conselheiro Ramalho, 330/340 01325-000 São Paulo SP Brasil

Tel. (11) 32413677 Fax (11) 3105.6867

e-mail: info@martinsfontes.com.br http://www.martinsfontes.com.br

*Para minha mãe,
Dell Temple Jamison*

*Que me deu a vida não uma,
mas inúmeras vezes*

*Às vezes duvido se
uma vida calma e tranqüila
teria sido conveniente para mim — e no entanto
às vezes anseio por isso.*

- BYRON

Índice

Prólogo

Primeira Parte

O FANTÁSTICO AZUL AO LONGE

Segunda Parte

UMA LOUCURA NÃO TÃO DELICADA

Terceira Parte

ESSE REMÉDIO, O AMOR

Quarta Parte

UMA MENTE INQUIETA

Epílogo

Agradecimentos

Quem é Kay Jamison?

A cientista Kay Redfield Jamison, Professora Associada de Psiquiatria da "The Johns Hopkins University of Medicine", é figura de destaque em nosso meio. Co-autora, junto com o Dr. Frederick K. Goodwin, de um dos melhores textos técnicos sobre os Transtornos Afetivos ("Manic Depressive Illness", 1990), seu nome é referência indispensável para o médico dedicado aos pacientes com alterações do humor.

O ser humano Kay Jamison estamos começando a conhecer. *Uma mente inquieta*, disponível agora em português, relata esta experiência única: de como uma profissional de saúde, que se dedica à pesquisa e ao tratamento de uma doença mental, lida com essa mesma doença como paciente. Os preconceitos, as dificuldades, as alegrias e as tristezas dessa pessoa brilhante certamente vão arejar nossos conceitos sobre doença mental, especialmente sobre Transtornos Afetivos.

Conhecidos também como transtornos do humor e antigamente chamados "Psicose Maníaco-Depressiva" (ou simplesmente "PMD"), eles afetam uma parcela significativa da população. O Transtorno Bipolar do Humor afeta cerca de um milhão e meio de pessoas somente no Brasil. Esses pacientes, seus familiares e também os seus psiquiatras, psicólogos e demais profissionais dedicados à saúde mental terão neste livro de Kay Jamison um alento e um alerta. Conhecerão o sucesso de uma profissional que venceu e conquistou renome justamente na área de seu transtorno psíquico. E estarão atentos para as potencialidades do ser humano, mesmo quando sua mente inquieta parece que vai dominá-lo.

Dr. Frederico Navas Demetrio
Médico Psiquiatra
Coordenador Executivo do GRUDA-Grupo
de Estudos de Doenças Afetivas do Instituto
de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP

UMA MENTE INQUIETA

Prólogo

Quando são duas da manhã e se está maníaco, mesmo o centro médico da UCLA tem um certo atrativo. O hospital — geralmente um aglomerado frio de prédios desinteressantes — tornou-se para mim, naquela madrugada de outono há quase vinte anos, um foco do meu sistema nervoso perfeitamente sintonizado, em intenso estado de alerta. Com as vibrissas ardendo, as antenas empinadas, os olhos se adiantando velozes, facetados como os de uma mosca, eu absorvia tudo ao meu redor. Eu estava correndo. Não simplesmente correndo, mas correndo com velocidade e fúria, como um relâmpago a atravessar, de um lado para o outro, o estacionamento do hospital, procurando gastar uma energia ilimitada, irrequieta, maníaca. Eu corria rápido, mas lentamente enlouquecia.

O homem com quem eu estava, um colega da faculdade de medicina, havia parado de correr uma hora antes e estava exausto, dizia ele com impaciência. Isso para uma mente mais sã não teria sido surpresa: a distinção normal entre noite e dia há muito havia desaparecido para nós dois, e as intermináveis horas de scotch, brigas barulhentas e risadaria descontrolada mostravam seus danos óbvios, se não finais. Deveríamos estar dormindo ou trabalhando, redigindo não perecendo, lendo revistas especializadas, preenchendo tabelas ou elaborando entediante gráficos científicos que ninguém leria.

De repente, um carro de polícia parou. Mesmo no meu estado mental de lucidez menos do que total, percebi que o policial estava com a mão na arma quando desceu do carro.

— O que é que vocês estão fazendo correndo pelo

estacionamento numa hora dessas? — perguntou ele.

Pergunta não sem sua lógica. As poucas ilhotas de bom-senso que me restavam conectaram-se umas às outras o tempo suficiente para eu concluir que essa situação específica ia ser difícil de explicar. Felizmente meu colega estava raciocinando muito melhor do que eu e conseguiu ir buscar uma resposta numa parte profundamente intuitiva do seu próprio inconsciente e do inconsciente coletivo.

— Nós dois ensinamos no departamento de psiquiatria. O policial olhou para nós, sorriu, voltou para sua radiopatrulha e foi embora.

O fato de sermos professores de psiquiatria explicava tudo.

Um mês após ter assinado o contrato que me nomeava para professora-assistente de psiquiatria na Universidade da Califórnia, Los Angeles, eu estava a meio caminho da loucura. Era 1974, e eu estava com vinte e oito anos. Em três meses, eu estava maníaca a ponto de não me reconhecer e apenas começava minha longa e custosa guerra particular com um medicamento que, depois de alguns anos, eu recomendaria com firmeza a outros. Minha doença, bem como minhas batalhas com a droga que acabaria por salvar minha vida e restaurar minha sanidade, vinha se formando há anos.

Desde minhas lembranças mais remotas, eu era propensa a inconstâncias de humor de uma forma assustadora, embora freqüentemente maravilhosa. Criança de emoções intensas, volúvel quando menina, a princípio gravemente deprimida na adolescência, e depois presa sem trégua aos ciclos da doença maníaco-depressiva na época em que comecei minha vida profissional, tornei-me por necessidade e por inclinação intelectual uma estudiosa das alternâncias do humor. É o único meio que conheço para compreender, na verdade para aceitar, a doença que tenho. Também é o único meio que conheço para tentar exercer alguma influência nas vidas de outros que também sofrem de transtornos do humor. A doença que, em algumas ocasiões, quase me matou acaba matando dezenas de milhares de pessoas a cada ano. A maioria é jovem; a maioria morre sem necessidade; e muitos

estão entre os membros mais talentosos e criativos que nós, enquanto sociedade, temos.

Os chineses acreditam que, antes que se possa vencer uma fera, primeiro é preciso embelezá-la. De algum modo estranho, tentei agir assim com a doença maníaco-depressiva. Ela foi um inimigo e companheiro fascinante, embora fatal. Considerei-a sedutoramente complicada, uma destilação do que há de melhor na nossa natureza e do que há de mais perigoso. Para poder enfrentá-la, precisei antes conhecê-la em todos os seus tons e disfarces infinitos, compreender seus poderes reais e imaginados. Como minha doença de início parecia ser simplesmente uma extensão de mim mesma, ou seja, dos meus entusiasmos, energias e humores naturalmente inconstantes, talvez eu tenha sido complacente demais com ela. E, como eu era da opinião de que deveria ser capaz de lidar sozinha com a violência cada vez maior das minhas oscilações de humor, durante os dez primeiros anos não procurei nenhum tipo de tratamento. Mesmo depois de minha condição se tornar uma emergência médica, eu ainda oferecia resistência intermitente à medicação que tanto minha formação quanto o conhecimento de pesquisas clínicas me diziam ser a única forma racional de lidar com a doença que eu tinha.

Minhas manias, pelo menos nas suas apresentações iniciais e brandas, eram estados absolutamente inebriantes que proporcionavam intenso prazer pessoal, uma fluidez incomparável de pensamentos e uma energia contínua que permitia a transposição de novas idéias para trabalhos acadêmicos e projetos. A medicação não só interrompia esses períodos velozes, de vôos altos; ela também trazia consigo efeitos colaterais aparentemente intoleráveis. Demorei demais para perceber que anos e relacionamentos perdidos não podem ser recuperados, que o mal que se faz a si mesmo e aos outros nem sempre pode ser corrigido e que libertar-se do controle imposto pela medicação perde seu significado quando as únicas alternativas são a morte e a insanidade.

A guerra que travei comigo mesma não é rara. O principal problema clínico no tratamento da doença maníaco-depressiva não está na inexistência

de medicação eficaz — ela existe — mas na tão freqüente recusa dos pacientes a tomá-la. E o que ainda é pior, em decorrência da falta de informação, de falhas na atenção médica, do estigma ou do medo de conseqüências em termos pessoais e profissionais, eles simplesmente não procuram tratamento. A doença maniaco-depressiva deforma o estado de humor e os pensamentos, estimula comportamentos aterradores, destrói a base do pensamento racional e, com enorme freqüência, solapa o desejo e a vontade de viver. É uma doença biológica nas suas origens, mas que dá a impressão de ser psicológica na vivência que se tem dela; uma doença sem par no fato de proporcionar vantagens e prazer e que, no entanto, traz como conseqüência um sofrimento quase insuportável e, não raramente, o suicídio.

Tive a felicidade de não ter morrido dessa doença, de ter recebido o melhor atendimento médico disponível e de ter os amigos, os colegas e a família que tenho. Por esse motivo, eu por meu lado procurei, da melhor maneira possível, usar minhas próprias experiências da doença para embasar minhas atividades de pesquisa, ensino, prática clínica e trabalho de divulgação e conscientização. Por meio da escrita e do ensino, tive a esperança de convencer meus colegas de profissão do núcleo paradoxal dessa doença imprevisível que pode tanto matar quanto criar; e, ao lado de muitos outros, procurei mudar as atitudes do público com relação às enfermidades psiquiátricas em geral e à doença maniaco-depressiva em particular. Foi difícil às vezes entrelaçar a disciplina científica do meu campo intelectual com as realidades mais irresistíveis das minhas próprias experiências emocionais. E, no entanto, foi a partir desse vínculo entre a emoção crua e o olhar mais distanciado da ciência clínica que tenho a impressão de ter conquistado a liberdade de viver o tipo de vida que quero, bem como as vivências humanas necessárias para tentar exercer influência na conscientização do público e na prática médica.

Tive minhas dúvidas quanto a escrever um livro que descreve de modo tão explícito minhas próprias crises de mania, depressão e psicose, além da minha dificuldade para admitir a necessidade de medicação contínua. Por motivos óbvios relacionados à obtenção de licença para clinicar e do direito a

fazer parte da equipe de hospitais*, os profissionais relutam em levar ao conhecimento público seus problemas psiquiátricos. Essas preocupações costumam ser justificadas. Não faço a menor idéia de quais possam vir a ser os efeitos que essa minha decisão de debater tais questões com tanta franqueza trará a longo prazo à minha vida pessoal e profissional; mas, não importa quais sejam as conseqüências, é provável que sejam melhores do que se eu mantivesse o silêncio. Estou cansada de me esconder, cansada de energias desperdiçadas e emaranhadas, cansada da hipocrisia e cansada de agir como se eu tivesse algo a esconder. Cada um é o que é, e a desonestidade de se esconder atrás de um diploma, de um título ou de qualquer forma e reunião de palavras ainda é exatamente isso: desonesta. Necessária, talvez, mas desonesta. Continuo a me preocupar com minha decisão de tornar pública minha doença, mas uma das vantagens de vir sofrendo dela há mais de trinta anos está no fato de que pouquíssimas coisas parecem apresentar uma dificuldade insuperável. De uma forma bastante parecida com a travessia da Bay Bridge quando está ocorrendo uma tempestade sobre a Chesapeake, a perspectiva de avançar pode ser apavorante, mas não há nenhuma cogitação de se voltar atrás. Descubro-me como que inevitavelmente encontrando um certo consolo na pergunta essencial de Robert Lowell: *E, no entanto, por que não dizer o que aconteceu?*

* "*Clinical privileges*" e "*hospital privileges*" são exames de habilitação que autorizam o profissional a exercer a profissão, neste caso, clinicar. Essas licenças seguem a legislação de cada Estado e, portanto, têm de ser reconhecidas pelo órgão competente em caso de mudança de residência para outro Estado. (N. da R. T.)

Primeira Parte

*O FANTÁSTICO AZUL
AO LONGE*

Na Direção do Sol

Eu estava parada com a cabeça jogada para trás, uma maria-chiquinha presa entre os dentes, ouvindo o jato lá em cima. O barulho estava alto, mais do que o normal, o que queria dizer que ele estava perto. Minha escola primária ficava próxima à Base Aérea de Andrews, bem na periferia de Washington. Muitos de nós eram filhos de pilotos, e o barulho fazia parte da rotina. O fato de ser rotina não reduzia, porém, o fascínio, e eu instintivamente olhei do pátio para acenar. É claro que eu sabia que o piloto não estava me vendo — eu sempre soube disso — da mesma forma que sabia que, mesmo que estivesse me vendo, a probabilidade era que ele na realidade não fosse meu pai. Mas essa era uma das coisas que a gente fazia, e de qualquer modo eu adorava todo e qualquer pretexto para fixar os olhos no céu. Meu pai, um oficial de carreira da Força Aérea, era antes de mais nada um cientista e apenas em segundo lugar, piloto. Mas ele adorava voar; e, como era meteorologista, tanto sua mente quanto sua alma acabavam ficando no céu. Como meu pai, eu olhava para cima muito mais do que para fora.

Quando eu lhe dizia que a Marinha e o Exército eram tão mais *velhos* do que a Força Aérea, tinham muito mais tradições e lendas, ele costumava responder que isso era verdade, sim, mas que a Força Aérea era o *futuro*. E então ele sempre acrescentava: "E... nós podemos voar." Essa profissão de fé era acompanhada eventualmente de uma entusiástica interpretação do hino da Força Aérea, fragmentos do qual continuam comigo até hoje aninhados, de um modo algo estranho, com trechos de canções de Natal, primeiros poemas e lembranças variadas do livro de orações da igreja anglicana: todos carregados de emoção e significado desde a infância, e todos ainda mantendo

o poder de acelerar a pulsação.

E eu prestava atenção e acreditava. E, quando ouvia as palavras "Lá saímos nós para o fantástico azul ao longe", eu imaginava que "fantástico" e "ao longe" estavam entre as palavras mais maravilhosas que já havia escutado. Da mesma forma, eu sentia o total enlevo da expressão "Subindo alto na direção do sol" e sabia instintivamente que fazia parte dos que amavam a amplidão do céu.

O barulho do jato ficou mais alto, e eu vi que as outras crianças da minha turma de 2ª série olhavam subitamente para cima. O avião vinha chegando bem baixo e passou por nós como um raio, quase atingindo o pátio. Enquanto ficávamos ali agrupados e absolutamente apavorados, ele entrou pelo meio das árvores e explodiu bem na nossa frente. A violência da colisão pôde ser sentida e ouvida no horrível impacto do avião. Ela também pôde ser vista na beleza assustadora embora terrivelmente prolongada das chamas que se seguiram.

Em questão de minutos, aparentemente mães começaram a invadir o pátio para tranquilizar os filhos, informando que não havia sido seu pai. Felizmente para meu irmão, minha irmã e para mim, também não havia sido o nosso. Ao longo dos dias seguintes, com a divulgação da mensagem final do jovem piloto à torre de controle antes de morrer, ficou claro que ele sabia que poderia salvar sua vida se abandonasse o avião. Ele também sabia, porém, que se agisse assim estaria arriscando que o avião desgovernado caísse sobre o pátio e matasse aqueles de nós que estavam lá.

O piloto morto tornou-se um herói, transformado num ideal causticante, inteiramente impossível, do que queria dizer o conceito de dever. Era um ideal impossível, mas ainda mais irresistível e assombroso por sua própria inexequibilidade. A lembrança do acidente voltou à minha mente muitas vezes ao longo dos anos, como um lembrete tanto de como as pessoas aspiram a esse tipo de ideal e precisam dele, quanto de como pode ser fatalmente difícil atingi-lo. Nunca mais olhei para o céu e vi apenas amplidão e beleza. Daquela tarde em diante, vi que a morte também, e sempre, estava lá.

Embora, como todas as famílias de militares, nós nos mudássemos muito — ao chegar à 5ª série, meu irmão mais velho, minha irmã e eu havíamos freqüentado quatro escolas primárias diferentes e havíamos morado na Flórida, em Porto Rico, na Califórnia, em Tóquio e em Washington por duas vezes — nossos pais, em especial minha mãe, mantinham a vida tão segura, aconchegante e constante quanto possível. Meu irmão era o mais velho e o mais firme dos três filhos, além de ser meu aliado fiel, apesar dos três anos de diferença entre nós. Ele era um ídolo para mim enquanto crescíamos, e eu costumava segui-lo, fazendo enorme esforço para não chamar a atenção, quando ele e seus amigos saíam para jogar beisebol ou perambular pela vizinhança. Ele era inteligente, justo e seguro, e eu sempre tinha a impressão de haver um pouquinho de proteção a mais para o meu lado quando ele estava por perto. Meu relacionamento com minha irmã, que era somente treze meses mais velha do que eu, era mais complicado. Ela era a verdadeira beleza da família, com cabelos escuros e olhos maravilhosos, que desde a mais tenra infância sempre teve uma consciência dolorosa de tudo que a cercava. Seu estilo era carismático; seu temperamento, feroz. Sofria de humores sombrios e passageiros e era pouco tolerante com o estilo de vida militar conservadora que, na sua opinião, aprisionava a todos nós. Ela levava sua própria vida, desafiadora, e se rebelava com impetuosidade sempre e onde quer que pudesse. Odiava a escola secundária e, quando estávamos morando em Washington, costumava matar aula para ir até o Smithsonian, ao Museu Médico do Exército ou simplesmente para fumar e beber cerveja com os amigos.

Ela se irritava comigo por ter a impressão de que eu era, como dizia em tom de zombaria, "a louca" — uma irmã para quem os amigos e as tarefas escolares pareciam fáceis demais — que passava pela vida sem esforço, protegida da realidade por uma visão absurdamente otimista das pessoas e da vida. Sufocada entre o irmão, que era um atleta por natureza e que parecia nunca encontrar notas menos do que perfeitas nas suas provas na faculdade e na admissão à pós-graduação, e eu, que simplesmente adorava a escola e que me dedicava com energia aos esportes, aos amigos e às atividades

escolares, ela se salientava como o membro da família que se rebelava e lutava contra o que via como um mundo difícil e desagradável. Ela detestava a vida militar, detestava a desestabilização constante e a necessidade de fazer novos amigos, além de considerar hipócritas as boas maneiras da família.

Talvez em decorrência do fato de meus humores sombrios só terem ocorrido quando eu estava mais velha, eu tenha tido um tempo maior para habitar um mundo de grandes aventuras mais ameno, menos ameaçador e, de fato para mim, perfeitamente maravilhoso. Esse mundo, creio eu, foi algo que minha irmã jamais conheceu. Em grande proporção, os anos longos e importantes da infância e do início da adolescência foram muito felizes para mim, e eles me proporcionaram uma base sólida de carinho, amizade e confiança. Eles viriam a ser um amuleto extremamente poderoso, uma força potente e positiva a se contrapor à infelicidade futura. Minha irmã não teve um período semelhante; não teve amuletos desse tipo. Quando tanto ela quanto eu tivemos de enfrentar nossos respectivos demônios, talvez não fosse nenhuma surpresa que minha irmã visse a escuridão como algo que estava dentro e fazia parte dela mesma, da família e do mundo. Eu, em vez disso, considerava a escuridão uma perfeita estranha. Por mais que ela se instalasse na minha mente e na minha alma, ela quase sempre me parecia uma força externa, em guerra com meu eu natural.

Minha irmã, como meu pai, podia ser extremamente cativante. Ousada, original e de uma espirituosidade devastadora, ela também foi abençoada com um sentido extraordinário de padrão estético. Não era uma pessoa fácil ou serena e, à medida que amadureceu, suas perturbações cresceram com ela, mas sua alma e imaginação artística eram enormes. Ela também podia magoar as pessoas profundamente e depois provocar sua raiva muito além de qualquer nível razoável de tolerância. Mesmo assim, eu sempre me senti um pouco como fragmentos de terra diante do fogo e chamas da minha irmã.

Quanto ao meu pai, quando ele se envolvia, costumava envolver-se de um modo mágico: entusiástico, divertido, curioso sobre praticamente tudo e capaz de descrever com prazer e originalidade as belezas e os fenômenos do mundo natural. Um floco de neve nunca era apenas um floco de neve; nem

uma nuvem, apenas uma nuvem. Eles se tornavam acontecimentos e personagens, parte de um universo cheio de vida e estranhamente organizado. Quando as coisas iam bem, e ele estava com a disposição em alta, seu entusiasmo contagiante tocava tudo. A casa ficava cheia de música; jóias belíssimas surgiam — um anel de pedra da lua, uma pulseira delicada com cabochões de rubis, um pingente formado de uma tristonha pedra verde-mar montada num remoinho de ouro — e todos entrávamos em modo de escuta pois sabíamos que logo teríamos muito a ouvir sobre não importa qual fosse o novo entusiasmo que agora o dominava. Às vezes, era um discurso baseado na convicção apaixonada de que o futuro e a salvação do mundo deveriam ser encontrados nos moinhos de vento; às vezes, era a idéia de que nós três, as crianças, simplesmente *tínhamos* de aprender russo, por ser a poesia russa de uma beleza inefável no original.

Uma ocasião, tendo meu pai lido que George Bernard Shaw deixara dinheiro em testamento para o desenvolvimento de um alfabeto fonético, com a especificação de que *Androcles and the Lion* fosse a primeira das suas peças a ser transcrita, todos nós recebemos múltiplos exemplares de *Androcles*, bem como qualquer outra pessoa que cruzasse a trajetória de vôo do meu pai. Na realidade, dizia-se na família que quase cem livros haviam sido comprados e distribuídos. Havia um fascínio contagiante na sua veemência, que eu adorava, e ainda sorrio quando me lembro do meu pai lendo em voz alta o trecho em que Androcles trata a pata do leão ferido, os soldados cantando "Atirem-nos aos leões" com a melodia de "Avante, Soldados de Cristo" e os comentários intercalados do meu pai sobre a importância vital — nunca seria demais ressaltar *quão* vital — das línguas fonéticas e internacionais.

Até hoje tenho um abelhão de cerâmica no meu consultório, e ele também me faz rir quando me lembro de que meu pai o apanhava cheio de mel até a borda e fazia com que voasse no ar, realizando várias manobras de aviões a jato, incluindo-se a preferida e mais adequada: o desenho do trevo. É claro que, quando a abelha era virada de cabeça para baixo no seu vôo, o mel derramava por toda a mesa da cozinha, deixando minha mãe a perguntar: "Marshall, será que isso é *realmente* necessário? Você está

instigando as crianças." Nós todos dávamos risinhos de aprovação, garantindo, assim, mais alguns minutos de vôo do abelhão.

Era realmente fascinante, assim como ter Mary Poppins como pai. Anos mais tarde, ele me deu uma pulseira em que estavam gravadas as palavras de Michael Faraday que estão inscritas no alto do prédio de física da UCLA: "Nada é maravilhoso demais para ser verdade." Nem é preciso dizer que Faraday sofreu repetidos colapsos nervosos e que a observação é de uma falsidade palpável, mas a idéia e o tom são lindos e muito parecidos com o que meu pai podia ser nos seus momentos fabulosos. Minha mãe disse muitas vezes que sempre se sentiu vivendo na sombra da espiritualidade, encanto, energia e imaginação de meu pai. Sua observação de que ele era um flautista de Hamelin com as crianças era sem dúvida corroborada pelo efeito carismático que ele exercia sobre meus amigos e as outras crianças em qualquer vizinhança onde nos encontrássemos no momento. Entretanto, era sempre com minha mãe que meus amigos queriam se sentar para conversar. Brincávamos com meu pai; conversávamos com minha mãe.

Mamãe, que tinha a crença absoluta de que o que importa não são as cartas que recebemos no jogo da vida, mas nosso modo de jogar com elas, foi de longe a carta mais alta que me coube. Delicada, justa e generosa, ela tem o tipo de segurança que deriva de ter sido criada por pais que não só a amavam profundamente mas que eram eles próprios pessoas delicadas, justas e generosas. Meu avô, que morreu antes que eu nascesse, era professor universitário e físico por formação. Na opinião de todos, ele era um homem espiritualoso além de extraordinariamente gentil tanto com seus alunos quanto com seus colegas. Minha avó, que conheci bem, era uma mulher carinhosa e afetuosa que, à semelhança de minha mãe, nutria um interesse profundo e genuíno pelas pessoas. Esse interesse, por sua vez, era traduzido numa enorme capacidade para a amizade e um notável talento para deixar as pessoas à vontade. Para ela, as pessoas vinham sempre em primeiro lugar, da mesma forma que ocorria com minha mãe, e uma falta de tempo ou um horário apertado nunca serviam de desculpa para uma desconsideração ou para impedir o acesso a ela.

Minha avó não era de modo algum uma intelectual. Ao contrário de meu avó, que passava o tempo lendo e relendo Shakespeare e Twain, ela preferia se associar a clubes. Por ser uma organizadora por natureza além de muito estimada, ela inevitavelmente era eleita presidente de qualquer grupo com o qual se envolvesse. Era sob muitos aspectos uma pessoa perturbadoramente conservadora — republicana, membro da organização Filhas da Revolução Americana e grande apreciadora de reuniões para chá, o que deixava meu pai apoplético — mas era uma mulher fina, embora decidida, que usava vestidos floridos, polia as unhas, arrumava a mesa com perfeição e cheirava a sabonetes de flores. Ela era incapaz de uma indelicadeza e foi uma avó maravilhosa.

Minha mãe, alta, magra e bonita, teve muitos amigos quando aluna do segundo grau e na faculdade. As fotos nos seus álbuns mostram uma moça obviamente feliz, geralmente cercada de amigos, jogando tênis, nadando, praticando esgrima, andando a cavalo, envolvida em atividades sociais ou com uma ligeira aparência de dama do século passado com uma série de namorados bem-apegoados. As fotografias captam a inocência extraordinária de uma época e um mundo de um tipo diferente. Tratava-se porém de uma época e de um mundo em que minha mãe parecia estar muito à vontade. Não havia sombras agourentas, nenhum rosto pensativo ou melancólico, nenhuma cogitação de instabilidade ou escuridão interior. Sua opinião de que uma certa previsibilidade era algo com que as pessoas deviam poder contar deve ter tido suas raízes na perfeita normalidade das pessoas e dos acontecimentos mostrados nessas fotografias, bem como nas gerações pregressas de antepassados que eram confiáveis, estáveis, respeitáveis e que venciam as dificuldades.

Séculos de uma tal estabilidade aparente nos genes puderam preparar minha mãe apenas parcialmente para todos os tumultos e dificuldades com que ela iria deparar ao deixar a casa dos pais para formar sua própria família. No entanto, foram exatamente essa persistente estabilidade de minha mãe, sua crença na vitória sobre as dificuldades e sua enorme capacidade para amar, aprender, ouvir e mudar, que ajudaram a me manter viva ao longo de todos os

anos de dor e desespero que estavam por vir. Ela não podia ter imaginado como seria difícil lidar com a loucura; não tinha nenhuma formação sobre o que fazer com a loucura — nenhum de nós tinha — mas, como era de esperar de sua capacidade para amar e sua determinação inata, ela a tratou com empatia e inteligência. Jamais lhe ocorreu a idéia de desistir.

Tanto minha mãe quanto meu pai davam forte estímulo a meus interesses por escrever poesia e peças escolares, bem como pela ciência e pela medicina. Nenhum dos dois procurava limitar meus sonhos, e eles possuíam o bom-senso e a sensibilidade para distinguir entre uma fase pela qual eu estava passando e envolvimento mais sérios. No entanto, mesmo minhas fases eram geralmente toleradas com simpatia e imaginação. Por ser especialmente dada a paixões fortes e absolutas, a certa altura tive a convicção desesperada de que precisávamos ter uma preguiça como animal de estimação. Minha mãe, que já havia chegado aos seus limites ao me permitir ter cachorros, gatos, passarinhos, peixes, tartarugas, lagartos, rãs e camundongos, não ficou louca de entusiasmo. Meu pai me convenceu a preparar um detalhado caderno literário e científico sobre preguiças. Ele sugeriu que, além de fornecer informações práticas sobre suas necessidades nutricionais, seu espaço vital e requisitos veterinários, eu também escrevesse uma série de poemas sobre preguiças e ensaios sobre o que elas significavam para mim; que eu projetasse um *habitat* para elas que se adaptasse à nossa casa atual; e que fizesse observações detalhadas do seu comportamento no zoológico. Se eu fizesse tudo isso, disse ele, meus pais então cogitariam de procurar uma preguiça para mim.

O que os dois sabiam, tenho certeza, era que eu estava simplesmente apaixonada pela idéia de uma idéia estranha; e que, tendo algum outro meio para expressar meus entusiasmos, eu ficaria perfeitamente satisfeita. É claro que estavam certos, e isso ficou ainda mais claro para mim quando fui de fato observar as preguiças no National Zoo. Se existe alguma coisa mais entediante do que observar uma preguiça — que não seja assistir a uma partida de críquete ou às reuniões da comissão do orçamento no canal

público do Congresso — eu ainda não descobri qual seja. Nunca senti tanta gratidão por voltar ao prosaico mundo da minha cachorra, que em comparação era um Newton em sua complexidade.

Já meu interesse pela medicina foi duradouro, e meus pais lhe deram estímulo total. Quando eu estava com uns doze anos, eles compraram para mim instrumentos para dissecar, um microscópio e um exemplar de *Gray's Anatomy*. Este último revelou-se excessivamente complicado, mas sua existência me dava uma idéia do que eu imaginava que a verdadeira medicina fosse. A mesa de pingue-pongue no nosso porão era meu laboratório, e eu passei inúmeros fins de tarde dissecando rãs, peixes, minhocas e tartarugas. Só quando subi na escala da evolução na minha escolha dos objetos de estudo e ganhei um feto de porco — cujos bigodinhos perfeitos e o minúsculo focinho me arrasaram — senti repulsa pelo universo da dissecação. Médicos no hospital da Base Aérea de Andrews, onde eu trabalhava como auxiliar de enfermagem voluntária nos fins de semana, me davam bisturis, lápis hemostáticos e, entre outras coisas, frascos de sangue para uma das minhas inúmeras experiências caseiras. O mais importante é que eles tratavam a mim e a meus interesses com grande seriedade. Nunca tentaram me desestimular da idéia de me tornar médica, muito embora aquela fosse uma época em que o consenso era, se for mulher, seja enfermeira. Eles me levavam nas visitas pelo hospital e deixavam que eu observasse e até mesmo ajudasse em procedimentos cirúrgicos de pequena importância. Eu olhava com atenção enquanto eles retiravam suturas, trocavam curativos e faziam punções lombares. Eu segurava os instrumentos, espiava o interior dos ferimentos e, numa ocasião, cheguei a remover pontos de uma incisão abdominal num paciente.

Eu costumava chegar cedo ao hospital, sair tarde, e trazia livros e perguntas: Como era ser estudante de medicina? Fazer partos? Estar por perto da morte? Devo ter sido especialmente convincente quanto a meu interesse por este último ponto, pois um dos médicos me permitiu assistir a parte de uma autópsia, o que foi extraordinário e apavorante. Fiquei parada ao lado da mesa de aço, fazendo um esforço enorme para não olhar para o corpo nu e

pequeno da criança morta, mas sem conseguir. O cheiro na sala era desagradável e sufocante, e por algum tempo só o barulho da água e a destreza das mãos do patologista serviram para desviar minha atenção. Afinal, para me impedir de ver o que eu estava vendo, reverti para uma identidade mais curiosa e cerebral, fazendo uma pergunta após a outra, e emendando ainda mais uma pergunta depois de cada resposta. Por que o patologista estava fazendo os cortes daquele jeito? Por que ele estava usando luvas? Para onde iam todas as partes do corpo? Por que umas partes eram pesadas e outras não?

A princípio, era um meio de evitar o horror do que estava acontecendo diante de mim. Depois de algum tempo, no entanto, a curiosidade passou a ser uma força irresistível por si mesma. Concentrei minha atenção nas perguntas e parei de ver o corpo. Como se confirmou milhares de vezes desde então, minha curiosidade e meu temperamento me levaram a lugares com os quais eu realmente não tinha condições emocionais de lidar; mas a mesma curiosidade, aliada ao lado científico da minha cabeça, gerava uma estrutura e um distanciamento suficiente para permitir que eu me controlasse, me desviasse, refletisse e seguisse em frente.

Quando eu estava com quinze anos, fui com minhas colegas voluntárias do hospital num passeio em grupo a St. Elizabeths, o hospital psiquiátrico federal no Distrito de Colúmbia. A seu modo, foi uma experiência muito mais aterradora do que presenciar a autópsia. Todas nós estávamos nervosas durante a viagem de ônibus até o hospital, dando risinhos e fazendo comentários infantis de uma insensibilidade terrível num vão esforço para afastar nossas ansiedades sobre o desconhecido e o que imaginávamos que seria o universo dos loucos. Creio que estávamos com medo da estranheza, da violência possível e de como seria ver alguém totalmente fora de controle. "Você vai acabar no St. Elizabeths" era uma das nossas provocações na infância. E, apesar do fato de eu não ter nenhum motivo evidente para acreditar que não fosse razoavelmente lúcida, medos irracionais começaram a me aguilhoar por dentro. Afinal de contas, eu tinha um

temperamento terrível e, embora ele raramente entrasse em erupção, quando isso acontecia, ele assustava a mim e a qualquer um que estivesse próximo do seu epicentro. Era a única fissura, mas uma fissura perturbadora, no que era sob qualquer outro aspecto a carcaça estanque do meu comportamento. Só Deus sabia o que corria por baixo da feroz disciplina e controle emocional que haviam acompanhado minha criação. Mas as fissuras estavam lá, isso eu sabia, e elas me apavoravam.

O hospital em si não era em nada o lugar sinistro que eu havia imaginado: o terreno era amplo, lindo, repleto de árvores antigas e magníficas; em diversos pontos havia vistas extraordinárias da cidade e dos seus rios; e os belos prédios do período anterior à Guerra de Secessão transmitiam aquela graça sulina que um dia foi tão característica de Washington. A entrada nas enfermarias, no entanto, destruía a ilusão gerada pela elegância da arquitetura e do paisagismo. De imediato, surgia a horrenda realidade da aparência, dos sons e dos cheiros da insanidade. No hospital de Andrews, eu estava acostumada a ver quantidades relativamente grandes de enfermeiras nas enfermarias médicas e cirúrgicas, mas a enfermeira-chefe que estava nos ciceroneando explicou que no St. Elizabeths a relação era de noventa pacientes para um atendente psiquiátrico. Fascinada pela idéia de que se esperasse que uma pessoa controlasse tantos pacientes potencialmente violentos, perguntei como a equipe se protegia. Ela disse que havia medicamentos que tinham condição de controlar a maioria dos pacientes, mas que de vez em quando tornava-se necessário o uso de "jatos d'água". "*Jatos d'água*"?! Como alguém poderia ficar tão descontrolado a ponto de ser necessário um método de repressão tão brutal? Foi algo que não consegui tirar da cabeça.

Muito pior, porém, foi entrar na sala de estar diurna de uma das enfermarias femininas, ficar paralisada e olhar ao meu redor para as roupas absurdas, os maneirismos estranhos, o ritmo agitado de andar de um lado para o outro, a risada esquisita e eventuais berros dilacerantes. Uma mulher estava parada como uma cegonha, com uma perna dobrada; ela dava risinhos sem motivo lá com seus botões todo o tempo em que estive ali. Outra

paciente, que no passado devia ter sido linda, estava no meio da sala falando sozinha enquanto trançava e destrancava os cabelos longos e avermelhados. O tempo todo, ela vigiava com olhares rápidos os movimentos de qualquer um que tentasse se aproximar dela. A princípio, senti medo dela, mas também estava intrigada, como que encantada. Caminhei lentamente na sua direção. Afinal, depois de ficar parada alguns minutos a poucos passos dela, reuni coragem suficiente para lhe perguntar por que estava internada. A essa altura, percebi com o canto do olho que todas as outras voluntárias estavam amontoadas, conversando entre si, num canto distante da sala. Resolvi, no entanto, ficar onde estava; minha curiosidade havia aberto brechas importantes nos meus medos.

A paciente, enquanto isso, ficou olhando através de mim por muito tempo. Depois, virando-se de lado para não me dirigir o olhar, ela explicou por que estava no St. Elizabeths. Seus pais, disse ela, haviam posto uma máquina de fliperama na sua cabeça quando estava com cinco anos de idade. As bolas vermelhas lhe diziam quando devia rir; as azuis, quando devia se calar e se afastar das pessoas; as verdes diziam para ela começar a multiplicar por três. De poucos em poucos dias uma bola prateada surgia entre os pinos da máquina. Nesse ponto, ela voltou a cabeça e fixou o olhar em mim. Supus que estivesse verificando se eu ainda estava ouvindo. É claro que eu estava. Como alguém poderia não prestar atenção? A história toda era absurda, mas fascinante. Perguntei-lhe o que significava a bola prateada. Ela olhou para mim atentamente e em seguida sua expressão se amorteceu. Ela fixou o olhar no espaço, enredada em algum universo interior. Nunca descobri o que a bola prateada representava.

Embora fascinada, eu estava basicamente assustada pela estranheza das pacientes, bem como pelo perceptível nível de terror na sala. Ainda pior do que o terror, porém, eram as expressões de dor nos olhos das mulheres. Alguma parte de mim procurava instintivamente alcançá-las e, de um modo indefinível, compreendia essa dor, sem jamais imaginar que um dia eu olharia no espelho e veria sua tristeza e insanidade nos meus próprios olhos.

Ao longo da minha adolescência, tive a sorte de receber forte estímulo no sentido de me dedicar aos meus interesses médicos e científicos, não apenas pelos meus pais e pelos médicos em Andrews, mas por muitos dos amigos dos meus pais também. Famílias no serviço meteorológico costumavam ser designadas para as mesmas bases militares, e as transferências de uma família em especial coincidiam com as nossas. Éramos extraordinariamente unidos. Fazíamos piqueniques juntos, tirávamos férias juntos, dividíamos babás e íamos como um rebanho de dez ao cinema, a jantares e a festas no Clube de Oficiais. Quando pequenos, meu irmão, minha irmã e eu brincávamos de esconder com seus três filhos. À medida que fomos crescendo, passamos para o *softball*, aulas de dança, festas sérias, festas um pouquinho menos sérias e, então, inevitavelmente, crescemos e seguimos cada qual seu caminho. Quando crianças, porém, éramos praticamente inseparáveis em Washington e Tóquio, e de novo de volta a Washington. Sua mãe — uma católica irlandesa ruiva, prática, independente, animada, divertida e carinhosa — criou um segundo lar para mim, e eu costumava entrar na sua casa e sair dela como fazia na minha, ficando lá tempo suficiente para apreciar o aroma de tortas e biscoitos, o aconchego, o riso e horas de bate-papo. Ela e minha mãe eram, e de fato ainda são, grandes amigas, e ela sempre fez com que eu me sentisse parte da sua ninhada ampliada. Ela era enfermeira e ouvia com atenção enquanto eu descrevia minuciosamente meus planos grandiosos para a faculdade de medicina, para as pesquisas e os trabalhos escritos. De vez em quando ela interrompia com um "É mesmo, isso é muito interessante", "É claro que pode fazer isso" ou "Você já pensou em...?". Nunca, mas nunca mesmo, houve um "Não sei se essa idéia é muito prática" ou "Por que você não espera para ver como as coisas vão ser?"

Seu marido, um matemático e meteorologista, era exatamente do mesmo estilo. Ele sempre tinha o cuidado de me perguntar qual era meu último projeto, o que eu estava lendo, que tipo de animal eu estava dissecando e por quê. Ele conversava a sério comigo sobre a ciência e a medicina, e me estimulou a ir até onde conseguisse com meus planos e

PRÉVIA GRATUITA · OFERTA POR TEMPO LIMITADO

Você chegou ao fim desta prévia.

Continue lendo "Uma Mente Inquieta"
e mais de 1 milhão de livros — de graça por 30 dias.

★★★★★ Mais de 1 milhão de leitores já aproveitam

Com o Kindle Unlimited, sua leitura não tem fim:

- ✓ Leia à vontade — explore mais de 1 milhão de títulos sem pagar por livro.
- ✓ Leve para qualquer lugar — baixe o app gratuito e leia onde e quando quiser.
- ✓ Em qualquer tela — celular, tablet, computador ou Kindle — você escolhe.
- ✓ Grandes autores — best-sellers e novos talentos, inclusive títulos em inglês.

COMEÇAR MEUS 30 DIAS GRÁTIS

Cobrança só após o período grátis.

- ✓ Pagamento seguro
- ✓ Acesso imediato
- ✓ Cancele quando quiser

Não precisa ter um Kindle: baixe o app gratuito e comece a ler agora.

Se não quiser ler no aplicativo Kindle, compre o livro [clikando aqui](#).