

# A via-crúcis e os mistérios dolorosos

Tiago Novaes

Todo corpo tem uma história. A do meu descaminhou logo cedo. Aos dezesseis, idade em que os meninos aceitam desafios idiotas lançados por outros meninos, cavalguei durante alguns segundos em um manga-larga recém-domado antes de comer poeira. Meus amigos acudiram. Levantei confuso, conferi que não havia sofrido o destino de Christopher Reeves, que na época ficara tetraplégico ao cair de um cavalo. Demos umas risadas e foi isso.

Dois anos depois, mochilando pela Europa, senti uma agulhada terrível nas costas a caminho da estação de trem. Tive de soltar no chão a carga que carregava, e acabei pedindo ajuda a outro viajante que também saía às pressas do albergue. Levou alguns anos para que se desenvolvesse uma dor crônica na lombar, e uma ressonância acusasse duas hérnias de disco entre as vértebras L3-L4 e L4-L5. O amortecedor da coluna, por onde passava um feixe de nervos até as pernas, tinha saído do lugar.

A dor não apenas me ensinou a tratar o corpo como algo mais que um apêndice do cérebro, ou um escravo de minhas sensações e desejos. Ela veio afirmar um continente que eu ignorava. Todos os pensamentos nasciam dele e o habitavam. Todas as convicções davam-lhe forma e o desdobravam; os temores o continham, preenchiam-no de ambiguidades. A descoberta do corpo foi o meu giro copernicano.

Não sabia, por exemplo, se uma dor se tratava com movimento ou repouso, frio ou calor. Desde moleque tive alguns quilos a mais. O que fazer? Entrei numa academia e aguntei umas semanas. Fui caminhar; depois, correr. Li a obra final de Foucault sobre o cuidado de si pelos gregos antigos; sopesei a ergonomia das cadeiras que utilizava todos os dias para trabalhar. A dor persistia, contudo, e o mundo passou a ser filtrado por ela.

Agendei com um ortopedista do convênio, que me recomendou quinze sessões de fisioterapia. Fiz nove e não obtive melhoras. Passei em outro clínico, um jovem autoconfiante que sentenciou:

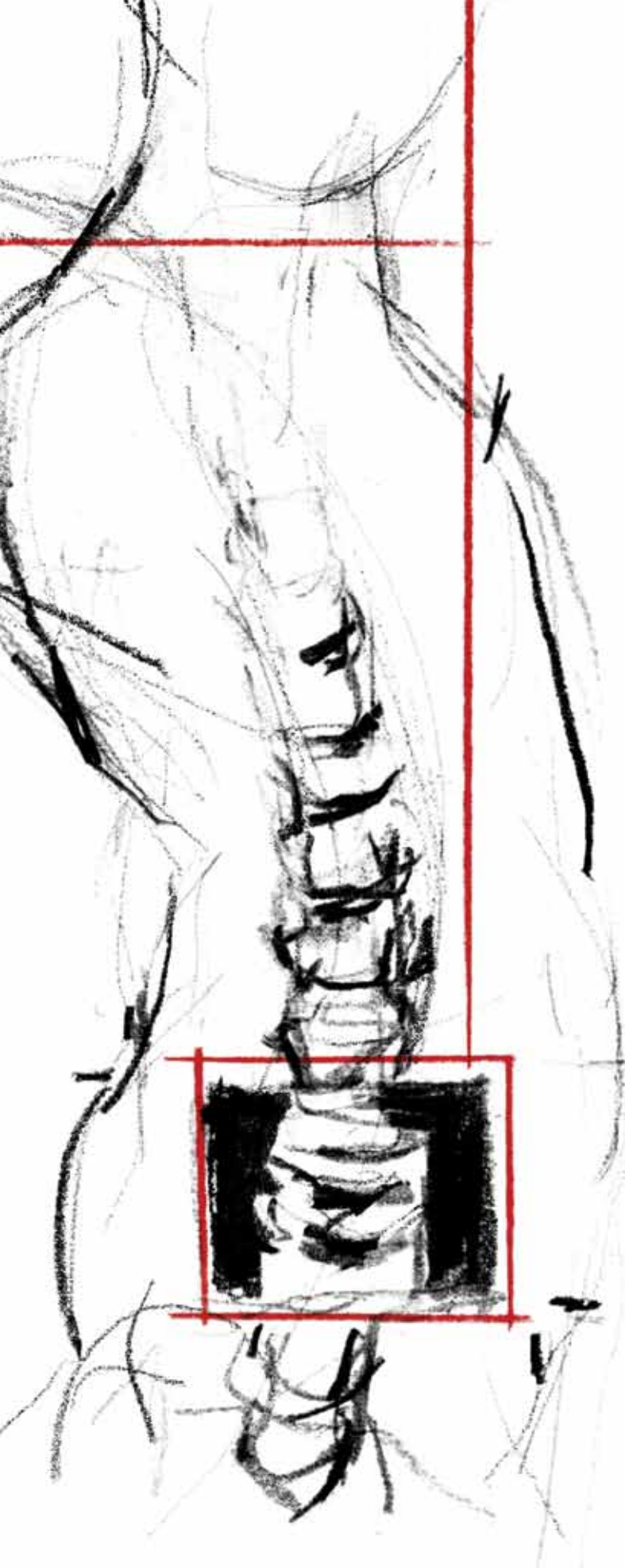
“Não vou te enganar. É preciso cair na faca. Veja o que faremos”.

Mostrou uma pequena maquete de duas vértebras separadas por hastes.

“Isso aí vai piorar a cada ano. Você vai começar a perder o movimento das pernas. O prognóstico é bastante ruim. Quando quiser, agendamos.”

Desolado, saí correndo de lá, maldizendo Hipócrates e toda a sua laia de carniceiros. Nunca me encostariam um bisturi. O tempo foi passando e a dor crônica começou a provocar os tais pinçamentos nevrálgicos, que enrijeciam os músculos das costas. Nos períodos de crise, passava dias deitado, à base de relaxantes musculares, analgésicos e anti-inflamatórios. Meus dias perdiam a regularidade, as atividades saíam do ritmo.

Na época em que a dor começou a irradiar para as pernas, minha tia contou do chinês que havia curado o seu bico de papagaio em poucas sessões. Custou-me vencer o ceticismo; perdi o seu número de telefone algumas vezes. Num outono particularmente difícil, fui vê-lo num pequeno sobrado de bairro. O próprio foi me receber no portão: um senhor na casa dos setenta anos, magro e baixinho, simpático à sua maneira. Narrei resumidamente o que passava, enquanto o chinês assentia com enfado. Pediu que eu me deitasse numa maca. Chacoalhou as duas pernas como se fossem sacos de golfe, ou engrenagens pouco azeitadas. Sorrindo, comentou: “Hérnia não. Dor: outra coisa”. Em seguida, indicou que eu



aproximasse um dos joelhos dobrados contra o peito, mantendo a outra perna estirada. Para o meu espanto, o chinês subiu na maca, apontou o pé para a minha nádega esquerda e começou a chutar em movimentos firmes, até que as duas pernas estivessem com o mesmo comprimento.

Passados quarenta minutos de estupefação e sudorese, gabei a rua e a condição plena de vivente. Pela primeira vez em anos minhas costas não doíam. Contemplando a cidade pelo vidro do ônibus, estava de volta ao mundo. Poderia circular, dançar, praticar todos os movimentos do Sutra que quisesse. Curado, pensei. E agora saberia a quem recorrer.

O chinês faleceu pouco depois. As dores voltaram. Em vão busquei substitutos, e não achei ninguém que me chutasse as nádegas satisfatoriamente. Fiz algumas aulas de ginástica. Ajudou. Comecei o Pilates, que também mitigou as dores (há quem diga que a Yoga cai melhor). Pratiquei exercícios isométricos para fortalecer a musculatura paravertebral. Uma amiga sugeriu que eu mentalizasse o próprio corpo, esboçasse desenhos coloridos, visualizasse as energias. Minha analista perguntou por que, afinal, eu tinha de levar o mundo nas costas. De quando em vez me entregava aos alongamentos. Um homeopata prescreveu comprimidos diários de vitamina D, após uma longa história que incluía o deslocamento da civilização para regiões de maior latitude. O homem, disse, tem sido acossado por inflamações desde que migrou da África para a Europa. Sugeriu que eu abolisse o leite, o café, o açúcar e o álcool. Deixei de tomar leite, café e açúcar durante alguns meses excelentes.

Adotei cada solução parcial com um manifesto ceticismo e uma esperança latente. A cada crise tudo parecia ruir: os esforços para tornar-me um bípede como o restante da raça humana pareciam inúteis. Minha idade dobrava. De sustentáculo, a complexa engenharia óssea de trinta e três vértebras tornava-se cruz, carma, neurose regressiva. Em vários momentos julguei que a saída era abdicar das saídas. Aceitar que tinha uma deficiência. Muitas outras vezes mandei esse papo de limites às favas e passei a noite dançando como se não houvesse amanhã. Às vezes saía ileso, às vezes pagava o preço.

Há algumas semanas me sugeriram a acupuntura como solução. Na Wikipédia dizem que as pesquisas alopáticas comprovaram a eficácia da técnica, a ponto de os doutores quererem confiscá-la para si próprios. Com base na Medicina Tradicional Chinesa, a acupuntura se assenta nos princípios teóricos de Yin/Yang, na Teoria dos Cinco Elementos, nos oito princípios de Ba Gua, no fundamento dos órgãos Zang Fu, nos meridianos de energia, no padrão de seis níveis de Zhang Zhong-jin, no Triplo Aquecedor (San Jiao) e nos Quatro Estágios desenvolvidos por sacerdotes das dinastias Ming e Qing. Mais não sei, porque os *links* da internet me conduziam a *websites* suspeitos.

Os resultados são milagrosos, dizem. As agulhas produzem efeitos no Sistema Nervoso Central, dizem. Liberam endorfina. Atuam no Sistema Nervoso Periférico. Liberam adenosina, com poder analgésico e anti-inflamatório. Até o papa pratica, dizem.

Vamos ver. Agendei uma consulta para a semana que vem. Não sei. Nunca se sabe. Depois conto como foi.