

BRAINWORMS: MÚSICA QUE NÃO SAI DA CABEÇA

Music is playing inside my head

Over and over and over again

...There's no end

Carole King

Às vezes a imaginação musical normal transpõe um limite e se torna, por assim dizer, patológica, como quando determinado fragmento de uma música se repete incessantemente por dias a fio e às vezes nos irrita. Essas repetições, em geral uma frase ou tema breve e bem definido de três ou quatro compassos, tendem a continuar por horas ou dias, circulando na mente, antes de desaparecer pouco a pouco. Essa repetição interminável e o fato de que a música em questão pode ser banal ou sem graça, não nos agrada ou até mesmo ser abominável, indica um processo coercivo: a música entrou e subverteu uma parte do cérebro, forçando-o a disparar de maneira repetitiva e autônoma (como pode ocorrer com um tique ou uma convulsão).

Um *jingle* publicitário ou a música-tema de um filme ou programa de televisão podem desencadear esse processo para muitas pessoas. Isso não é coincidência, pois a indústria da música cria-os justamente para "fisgar" os ouvintes, para "pegar" e "não sair da cabeça", introduzir-se à força pelos ouvidos ou pela mente como uma lacraia. Vem daí o termo em inglês *earworms* (algo como "vermes de ouvido"), se bem que até poderíamos chamá-los de *brainworms*, ou "vermes de cérebro" (em 1987 uma revista jornalística, para gracejar, definiu-os como "agentes musicais cognitivamente infecciosos").

Um amigo meu, Nick Younes, contou-me como a música "Love and marriage", de James Van Heusen, não lhe saiu da cabeça. Ouvi-la uma única vez, cantada por Frank Sinatra como música-tema do programa de televisão "Married with children" [Um amor de família], já bastou para fisgar Nick. Ele ficou "preso no ritmo da música", e ela tocou em sua mente quase sem parar durante dez dias. Com a repetição incessante, ela logo perdeu o encanto, a animação, a musicalidade e o significado. A música interferia em seu trabalho na escola, em seu pensamento, em sua paz de espírito, em seu sono. Ele tentou interrompê-la de vários modos, porém não conseguiu. "Dei muitos pulos. Conte até cem. Joguei água no rosto. Tentei falar em voz alta comigo mesmo, tapando os ouvidos." Por fim, ela desapareceu aos poucos - mas quando ele me contou essa história, ela voltou a persegui-lo por várias horas.

Embora o termo *earworm* tenha sido usado pela primeira vez na década de 1980 (como uma tradução literal do alemão *Ohrwurm*), o conceito não tem nada de novo. Já na década de 1920 Nicholas Slonimsky, compositor e musicólogo, estava deliberadamente inventando formas ou frases musicais que pudessem fisgar a mente e forçá-la à imitação e à repetição. E em 1876 Mark Twain escreveu um conto, "A literary nightmare" [Um pesadelo literário], depois reintitulado "Punch, brothers, punch" [Soquem, irmãos, soquem], no qual o narrador se vê indefeso diante de algumas "rimas bem cadenciadas":

Elas tomaram posse total e instantânea de mim. Durante todo o café-da-manhã valsaram pelo meu cérebro. [...] Por uma hora, lutei com todas as forças, mas em vão. Minha cabeça não parava de cantarolar. [...] Fui dar uma volta pelo centro da cidade, e logo descobri que meus pés estavam marcando o ritmo daquela melodia implacável. [...] Anoiteceu e eu continuei a cantarolar, fui para a cama, rolei, me revirei e cantarolei noite adentro.

Dois dias depois, o narrador encontra um velho amigo, um pastor, e inadvertidamente o "infecta" com a música; o pastor, por sua vez, inadvertidamente infecta toda a congregação.

O que está acontecendo, nas esferas psicológica e neurológica, quando uma música ou um *jingle* se apossa de alguém dessa maneira? Quais são as características que tornam uma melodia ou canção assim tão "perigosa" ou "infecciosa"? Será alguma singularidade do som ou do timbre, do ritmo ou da melodia? Será a repetição? Ou será o despertar de ressonâncias ou associações emocionais especiais?

Os meus primeiros *brainworms* podem ser reativados pelo ato de pensar neles, muito embora remontem a mais de sessenta anos. Muitos deles parecem ter uma forma musical bem distinta, uma singularidade tonal ou melódica, e isso pode ter sido importante para imprimi-los na minha mente. E também tiveram significado e emoção, pois em geral eram canções e litânias judaicas associadas ao sentimento de herança e história, a um sentimento de acolhida e união familiar. Uma canção favorita era "Had Gadya" [Uma cabrita, em aramaico]. Era uma canção repetitiva, com refrão crescente, que sem dúvida foi cantada (em sua versão hebraica) muitas vezes na nossa família ortodoxa. As adições, que se tornavam cada vez mais longas a cada verso, eram cantadas com uma ênfase melancólica que terminava em uma lamentosa quarta. Essa pequena frase de seis notas em tom menor era cantada (eu contei!) 46 vezes no decorrer da canção, e tal repetição martelava-a na minha cabeça. Ela me perseguia e me surgia na mente dezenas de vezes ao dia por todos os oito dias da Páscoa judaica, depois diminuía pouco a pouco até o ano seguinte. As qualidades de repetição e simplicidade, ou aquela estranha e incongruente quarta agiriam, talvez, como facilitadores neurais, ativando um circuito (pois era essa a impressão) que se reexcitava automaticamente? Ou será que o humor soturno da canção, ou ainda seu contexto litúrgico solene, tinham também um papel significativo?

Ao que parece, porém, não faz diferença se essas músicas tenazes têm letra ou não. Os temas sem letra de *Missão: Impossível* e da *Quinta sinfonia de Beethoven* podem ser tão irresistíveis quanto um *jingle* publicitário no qual a letra é quase inseparável da música. Para portadores de certos distúrbios neurológicos, os *brainworms* ou fenômenos afins - a repetição ecoante, automática ou compulsiva de tons ou palavras - podem adquirir força adicional. Rose R., uma das pacientes parkinsonianas que descrevi em *Tempo de despertar*, contou-me que muitas vezes se viu "confinada em um cercado musical", durante seus estados suspensos: sete pares de notas (as catorze notas de "Povero rigoletto") que se repetiam irresistivelmente em sua cabeça. Ela também comentou que essas notas formavam um "quadrilátero musical", cujos lados ela era forçada a percorrer mentalmente sem parar. Às vezes isso prosseguia durante várias horas, e ocorreu durante todos os 43 anos de sua doença, antes de ela ser "despertada" pela levodopa. O fenômeno dos *brainworms* também parece semelhante ao modo como os portadores da síndrome de Tourette ou de distúrbio obsessivo-compulsivo podem ser fisgados por um som, uma palavra ou um ruído e repeti-lo, ecoá-lo em voz alta ou para si mesmos por semanas a fio. Isso ocorria notavelmente com Carl Bennet, o cirurgião com síndrome de Tourette que descrevi em *Um antropólogo em Marte*. "Nem sempre se pode encontrar sentido nessas palavras", ele disse. "Em geral é apenas o som que me atrai. Qualquer som estranho, qualquer nome peculiar pode começar a repetir-se, a me impelir. Fico preso a uma palavra por dois ou três meses. Uma bela manhã, ela some, e aparece outra em seu lugar." Mas enquanto a repetição involuntária de movimentos, sons ou palavras tende a ocorrer em portadores da síndrome de Tourette, de distúrbio obsessivo-compulsivo ou de lesão nos lobos frontais do cérebro, a repetição interna

automática ou compulsiva de frases musicais é quase universal - o mais claro sinal da avassaladora e às vezes irresistível sensibilidade do nosso cérebro à música.

Talvez exista, nesse caso, um *continuum* entre o patológico e o normal, pois os *brainworms*, embora possam aparecer de modo súbito, já totalmente desenvolvidos, e se apossar de imediato e por completo de uma pessoa, também podem desenvolver-se como uma espécie de contração de imagens mentais musicais previamente normais. Nos últimos tempos tenho desfrutado de reproduções mentais dos *Concertos para piano n.os 3 e 4* de Beethoven na gravação dos anos 1960 de Leon Fleisher. Esses "replays" tendem a durar de dez a quinze minutos, e consistem em movimentos completos. Eles surgem sem ser chamados duas ou três vezes por dia, mas são sempre bem-vindos. Uma noite destas, porém, quando eu estava tenso e insone, o caráter deles mudou: eu ouvia apenas uma única passagem rápida de piano (próxima do início do *Terceiro concerto para piano*), que durava dez ou quinze segundos e se repetia centenas de vezes. Era como se agora a música estivesse presa a uma espécie de *loop*, um apertado circuito neural do qual ela não podia escapar. Pela manhã, felizmente, o *looping* cessou, e pude apreciar os movimentos completos de novo.

Os *brainworms* costumam ser estereotipados e invariáveis. Tendem a ter certa expectativa de vida, atuando a todo vapor durante horas ou dias e depois desaparecendo, com exceção de alguns "espasmos" residuais. No entanto, mesmo quando parecem ter sumido, tendem a manter-se à espreita: permanece uma sensibilidade exacerbada, de modo que um ruído, uma associação, uma referência a eles pode tornar a desencadeá-los, às vezes anos depois. E são quase sempre fragmentários. Todas essas qualidades são familiares para muitos epileptologistas, pois elas lembram acentuadamente o comportamento de um pequeno foco epileptogênico de início súbito que irrompe, convulsiona-se e por fim se aquieta, mas fica sempre pronto para reanimar-se.

Alguns de meus correspondentes comparam os *brainworms* a pós-imagens visuais, e eu, sendo propenso a ambas as coisas, também vejo tal semelhança. (Estou usando o termo "pós-imagens" aqui em um sentido especial, para denotar um efeito muito mais prolongado do que as fugazes pós-imagens que temos por alguns segundos depois de, por exemplo, ficarmos expostos a uma luz muito forte.) Após examinar EEGs por várias horas, às vezes sou obrigado a parar, pois começo a ver traçados de EEG pelas paredes e pelo teto. Se eu dirigir um dia inteiro, acabo vendo campos, sebes e árvores passando por mim em um fluxo contínuo que me mantém acordado à noite. Quando passo o dia num barco, sinto o balanço por horas depois de voltar a terra firme. E os astronautas, depois de passarem uma semana em condições de gravidade zero no espaço, ao regressar precisam de vários dias para reaver suas "pernas terrestres". Todos esses são efeitos sensoriais básicos, ativados pela hiperestimulação de sistemas sensoriais de nível inferior. Os *brainworms*, em contraste, são construções perceptuais, criadas em um nível muito superior do cérebro. E, no entanto, ambos refletem o fato de que certos estímulos, como traçados de EEG, música e pensamentos obsessivos, podem desencadear atividades persistentes no cérebro.

Alguns atributos das imagens mentais musicais e da memória musical não têm equivalentes na esfera visual, e esse fato pode nos dar um vislumbre do modo fundamentalmente diferente de como o cérebro trata a música e a visão. Essa singularidade da música talvez se deva, em parte, à necessidade que temos de *construir* um mundo visual para nós, daí resultando que um caráter seletivo e pessoal impregna nossas memórias visuais desde o início. As músicas, em contraste, já recebemos construídas. Uma cena visual ou social pode ser construída ou reconstruída de inúmeros modos distintos, mas a recordação de uma música tem de assemelhar-se ao original. É claro que ouvimos seletivamente, com diferentes interpretações e emoções, mas as

características musicais básicas de uma composição - o tempo, o ritmo, os contornos melódicos, e até mesmo o timbre e o tom - tendem a ser preservados com notável exatidão.

É essa fidelidade, essa gravação quase irresistível da música no cérebro, que desempenha um papel crucial para nos predispor a certos excessos, ou patologias, com imagens mentais musicais e memória musical, excessos esses que podem ocorrer até com pessoas relativamente não-musicais.

Obviamente, na própria música existem tendências inerentes à reiteração. Nossos poemas, baladas e canções são ricos em repetições. Cada obra de música clássica possui suas marcas para indicar as repetições ou variações sobre um tema, e os nossos maiores compositores são mestres da repetição; as rimas infantis e as cantigas que ensinamos às crianças pequenas têm coros e refrões. Somos atraídos pela repetição, mesmo quando adultos; queremos o estímulo e a recompensa várias vezes, e a música nos dá. Portanto, talvez não devamos nos surpreender nem reclamar se a balança de vez em quando pender muito para o outro lado e nossa sensibilidade musical tornar-se uma vulnerabilidade.

É possível que os *earworms* sejam, em certa medida, um fenômeno moderno, pelo menos um fenômeno não só mais claramente reconhecido, mas extremamente mais comum do que jamais foram? Embora sem dúvida existam *earworms* desde que nossos antepassados pela primeira vez tocaram notas em flautas de osso ou tamborilaram em troncos caídos, é significativo que o termo só tenha entrado para o uso comum em décadas recentes. Quando Mark Twain escrevia nos anos 1870, havia bastante música para se ouvir, mas ela não era onipresente. Era preciso procurar outras pessoas para ouvir cantos (e participar deles): a igreja, as reuniões de família, as festas. Para ouvir música instrumental, quem não possuía piano ou outro instrumento em casa tinha de ir à igreja ou a um concerto. Tudo isso mudou radicalmente com o advento das gravações, das transmissões radiofônicas e dos filmes. De repente, a música passou a estar por toda parte, e a magnitude dessa disponibilidade multiplicou-se muitas vezes nas duas últimas décadas. Hoje estamos cercados por um incessante bombardeio musical, queiramos ou não.

Metade de nós vive plugada em iPods, 24 horas imersa em concertos com repertório da própria escolha, praticamente alheia ao ambiente. E para quem não está plugado há a música incessante, inevitável e muitas vezes ensurdecadora nos restaurantes, bares, lojas e academias. Essa barragem musical gera certa tensão em nosso sistema auditivo primorosamente sensível, o qual não pode ser sobrecarregado sem temíveis conseqüências. Uma delas é a grave perda de audição encontrada em parcelas cada vez maiores da população, mesmo entre os jovens e particularmente entre os músicos. Outra são as irritantes músicas que não saem da cabeça, os *brainworms* que chegam sem ser chamados e só vão embora quando bem entendem. Podem não passar de anúncios de creme dental, mas neurologicamente são irresistíveis.
