

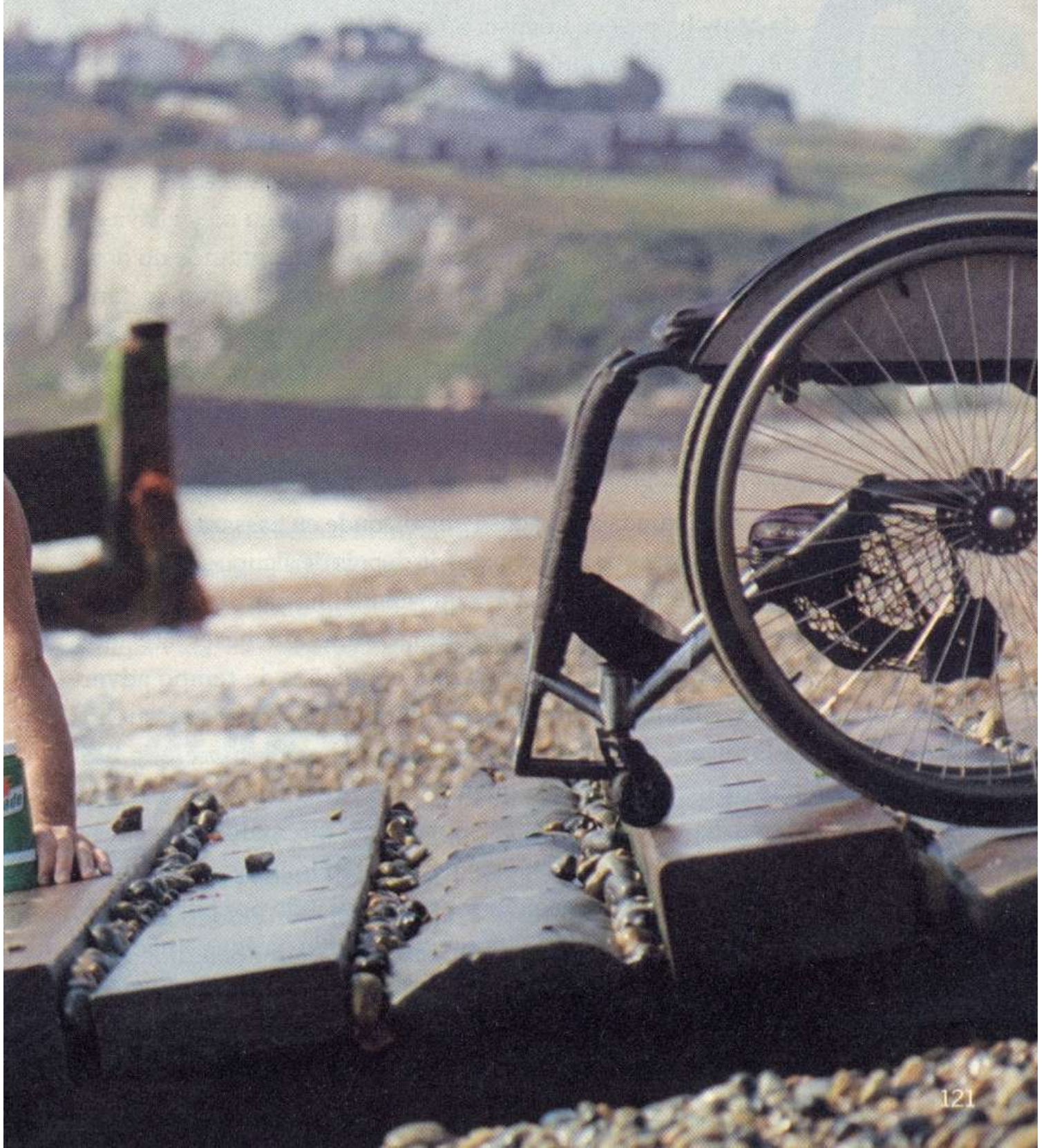
# De volta à **ATIVA**

POR JOHN MACLEAN  
E PAUL CONNOLLY



FOTO: © LISA SAAD

Paraplégico aos 22 anos por causa de um acidente, John Maclean estabeleceu para si um enorme desafio



"Eu decididamente queria viver. Desejava viver de maneira intensa e sorver todo o tutano da vida..."

**D**O ALTO DOS penhascos de Dover açoitados pelo vento, o Canal da Mancha parece imenso. Só nos dias mais claros, quando a névoa de sal diminui e a neblina se dissipa, a costa da França fica visível. No meio, jaz a massa revolta de água, sua uniformidade quebrada apenas pelos milhares de cristas brancas e um número incrível de embarcações. E eu planejava atravessá-lo.

Quando o dia de minha tentativa chegou, eu me achava em um desconfortável estado de excitação e nervosismo. A magnitude do desafio à frente era agora muito real. Sentei-me silenciosamente a bordo do barco pesqueiro *Viking Princess* enquanto ele nos levava do cais de Folkestone para o ponto de partida da travessia, a praia embaixo do Penhasco Shakespeare, a cerca de meia hora de viagem de barco.

Conforme avançávamos ruidosamente, meu treinador, David Harvey, me lambuzava com lanolina – grossa, viscosa e branca. Apesar de a água estar a 16°C – um bálsamo, comparada aos Lagos Penrith, onde eu passara os últimos sete meses treinando –, pareceria muito mais fria depois de algumas horas mergulhado nela. Assim, minha esperança era que a lanolina ajudasse.

Conhecia casos de pessoas que haviam treinado durante meses, até anos, para fazer a travessia do canal e encontraram condições de tempo adversas no dia da prova. Algumas tinham chegado a um quilômetro ou menos de distância da França e deparado com uma mudança de maré que bloqueava o caminho de forma tão eficaz quanto um muro de tijolos. Isto é, um muro de tijolos que, na verdade, avança sobre você, forçando-o a recuar e a inevitavelmente sair da água. Tão perto e ainda tão longe...

*Vamos ao trabalho*, eu pensava naquele momento quando por fim paramos perto do Penhasco Shakespeare e fui literalmente jogado na água – não para partir rumo à costa francesa, mas em direção ao litoral inglês. Segundo as normas da Associação de Travessia do Canal (Channel Swimming Association – CSA), eu tinha de começar da marca da preamar. Então, quando minhas



À esquerda: John no Havaí, em 1986. Uma carreira promissora na equipe de rúgbi acenava para o jovem de 20 anos. Abaixo: Aos 12 anos, com o irmão Marc (à esquerda), no Pontiac do pai.



mãos tocaram a praia de cascalho, eu me virei e fui recuando até que os cascalhos molhados dessem lugar aos secos.

Em seguida, o sinal de partida soou e comecei a nadar da Inglaterra para a França, do modo mais difícil. Dez anos depois do acidente que mudou minha vida, estava prestes a tentar o que nenhum paraplégico jamais fizera.

## O acidente

MEU PAI CONTA que minhas primeiras palavras depois do acidente foram “Como está minha bicicleta?”, mas eu não me lembro disso. Tudo o que sei é que estava pedalando pela Rodovia M4, em Sydney, Austrália, a caminho de casa, depois de uma corrida de treinamento de 80 quilômetros, quando um caminhão branco me atingiu por trás a mais de 100 por hora.

Não me lembro de quase nada depois disso, enquanto recobrava e perdia a consciência várias vezes. Recordo-me, sim, de ver um enfermeiro se aproximando de mim. Tenho vagas lembranças do barulho das hélices do heli-



**John em 1991, com o quadro empenado da bicicleta que estava pedalando quando foi atropelado por um caminhão.**

cóptero, quando, dias depois do acidente, fui transferido do Hospital Westmead, em Sydney, para o Royal North Shore. E em algum ponto, durante um breve momento de lucidez, lembro-me de dizer a mim mesmo que não morresse; que, por mais que fosse tentador simplesmente fechar os olhos e me entregar, escapando das dores terríveis, eu

ainda não estava pronto. Não que se deva entender isso por heroísmo ou bravura. Era apenas o instinto se manifestando.

Quando dei entrada no hospital naquela tarde, minha coluna estava quebrada em três lugares; a pélvis em quatro; e o braço direito em dois. Eu tinha duas fraturas no esterno, costelas quebradas, ambos os pulmões perfurados, e precisava de três litros de sangue. Disseram a meu pai que se preparasse: não esperavam que eu sobrevivesse.

Mas, depois de quatro dias, eu acordei. Se papai se lembra que minhas primeiras palavras foram para perguntar sobre o estado da minha bicicleta, mamãe se recorda que lhe perguntei se algum dia eu iria voltar a correr – o que, diz ela, a entristeceu profundamente, provocando uma torrente de lágrimas e fazendo-a se afastar da minha cabeceira.

Curiosamente, não consigo me lembrar de quando, naqueles primeiros dias, eu tive “A Conversa”. Você sabe, aquela, em tons circunspectos, em

geral com um integrante mais experiente da equipe médica e que é mais ou menos assim: “John, como você sabe, estive envolvido num acidente terrível. Sinto muito lhe dizer que, por causa dos ferimentos que sofreu na medula espinal, provavelmente jamais voltará a andar.”

Talvez todos pensassem que outra pessoa já tivesse me contado. Ou talvez ninguém sentisse a necessidade de me contar, porque, afinal, tudo era muito óbvio. Eu não conseguia mexer as pernas e, depois de sair da Unidade de Tratamento Intensivo, fui colocado na enfermaria para que minha coluna recebesse cuidados, cercado de homens em cadeiras de rodas. Sem dúvida, havia algo gravemente errado comigo.

## Chegando ao fundo do poço

NO TOTAL, eu tinha quebrado 15 ossos, o que era um recorde naquela enfermaria. Sempre fui uma pessoa competitiva, mas quase não pude aproveitar os louros dessa “conquista”, dada a constante agonia em que me encontrava. Só conseguia pensar na dor e, mais especificamente, em fugir dela. Analgésicos, claro, eram um bálsamo – mas eles só conseguiam atenuar a agonia.

Havia, porém, outros problemas a enfrentar além da dor física. Antes do acidente, minha alegria na vida estava centrada na afinidade que sempre tive com as corridas e todas as formas de atividade física – afinidade que eu lapidava com horas de prática e treinamento. Havia pouco eu descobrira um esporte relativamente novo, o triatlo, e completara dois em minha região. Além disso ganhava algum dinheiro jogando na liga de rúgbi, como sempre sonhara. Portanto, sentir que tudo aquilo me seria usurpado foi algo bastante difícil de aceitar.

Na verdade, é impossível exagerar a importância que eu dava à minha capacidade de correr. Naquele tempo, minhas pernas eram tudo. Eu me lembro de dizer repetidas vezes que viveria num barraco e comeria batatas pelo resto da vida se isso significasse ter de volta as minhas pernas. E essa idéia ainda está de pé.

No hospital, havia também incontáveis procedimentos e normas que aumentavam minha frustração. Eu recebia injeções para impedir a formação de coágulos sanguíneos; usava meias para evitar trombose; cortavam meus cabelos quando alguém decidia que era necessário; e eu era constante-



John se arrasta até a marca de preamar para o início oficial da sua primeira tentativa de atravessar o Canal da Mancha, em agosto de 1998.

Criado num país que tem uma orgulhosa história de nado de grandes distâncias, fazia muito eu conhecia os feitos de Des Renford e Susie Maroney no canal, mas jamais me imaginara tentando esse tipo de travessia – até que descobri que nenhum atleta em cadeira de rodas a fizera até então.

Enquanto as semanas e os meses voavam,

eu me dedicava ao treinamento. Nem sempre era fácil acordar ao amanhecer, antes de o sol ter tido a chance de se livrar do fino orvalho da noite, para cair nos Lagos Penrith. O que eu realmente gostava, no entanto, era de trabalhar visando a um objetivo, me sentindo cada vez mais forte e decidido.

Um dia, David Harvey, respeitado treinador de natação, me viu praticando num dos Penrith. Depois de uma longa conversa sobre meus objetivos – ele demorou a entender quando lhe disse que atravessaria o Canal da Mancha –, David se ofereceu para ser meu treinador.

A fim de estabelecer distâncias que lembrassem a da travessia do canal, planejamos uma série progressiva, começando com o empenho de nadar durante quatro horas e aumentando para oito, dez e, finalmente, 12 horas.

No fim do intenso treinamento de sete meses, eu nadara em torno de 1.800 quilômetros, que é, aproximadamente, a distância de Melbourne a

Brisbane, pelo litoral da Austrália. E pensar que, dois meses após o acidente, eu tinha saído exausto da minha primeira sessão de piscina – depois de apenas duas braçadas.

## O dia do juízo final

O PRIMEIRO HOMEM a atravessar o Canal da Mancha foi o capitão Matthew Webb, que, com nado de peito, fez a travessia em 25 de agosto de 1875, com um tempo de 21 horas e 45 minutos, parando no caminho para beber chá quente enquanto se esforçava para se manter na superfície da água. Naquela época, o prefeito de Dover disse: “Jamais na história do mundo esse tipo de proeza será repetido por outra pessoa.”

Desde então, mais de 600 nadadores já provaram que o prefeito estava enganado, mas a cifra não representa um número tão grande assim para um período de 130 anos. Para se ter uma idéia, já houve mais de duas mil subidas ao Monte Everest desde 1953. Como isso sugere, o canal pode ser ameaçador, e é um formidável teste de determinação.

Depois que comecei a nadar, achei difícil encontrar um ritmo, e, no íntimo, logo entendi que o canal era uma fera diferente das águas de Bondi Beach, em Sydney, onde cronometrei meus nados a fim de me sentir confortável com a natação no mar.

Apesar de tudo, os ânimos estavam bons no *Viking Princess*. Havia uma grande tripulação disposta a me ajudar – meu treinador, dois nadadores de apoio, David Knight e Wally Brumniach (depois das duas primeiras horas na água, é permitida a companhia de um nadador de apoio para cada hora alternada), minha irmã Marion e meu irmão Don, e um observador oficial da CSA, Norm Trusty.

A cerca de cinco horas de Dover, eu estava com um bom ritmo e avançando confiante pelas águas cinzentas. Minha braçada era forte, e eu me sentia melhor do que nas primeiras horas.

Então, imperceptivelmente a princípio, a intensidade do vento começou a aumentar. E continuou aumentando, criando ondas que começaram a dificultar minha vida. Dali em diante, a cada braçada o tempo piorava. Logo eu estava sendo martelado pelas ondas: era como estar dentro de uma lavadora de roupas. Flutuando como uma rolha de cortiça, descia em uma onda, para logo encontrar a próxima agigantando-se sobre mim. Desorientado, co-



mecei a nadar cachorrinho, para recuperar meu rumo até a onda seguinte me nocautear. Nesse momento, a ventania era considerada de força 8. Um furacão tem força 12. O observador da CSA comentou que aquelas condições eram as piores que ele já vira para um nado solo. “Se fosse meu nadador, eu o retiraria da água”, disse.

**C**OM CERCA de seis horas de travessia, meu treinador, embrulhado numa jaqueta impermeável e agarrado à amurada do barco como se fosse uma bóia, transmitiu a mensagem: o capitão queria que eu saísse da água. Suas observações, apoiadas pelo equipamento de radar da cabine, eram que o tempo não melhoraria. Sendo assim, não haveria maneira de eu conseguir completar a travessia do canal naquele dia.

Não sei o que deu em mim, mas o fato é que me recusei a sair da água. Em vez disso, passei a me concentrar em cada forçosa braçada, enquanto era açoitado pelo mar.

Continuei por mais duas horas, até que, graças ao ângulo em que estava nadando, pude ver os penhascos da França. De certo modo cômico, disse a mim mesmo que nadasse com mais afinco – como se tivesse descansado até aquele momento. Eu já estava muito perto.

Obriguei-me a repetir afirmações. Tinha de me convencer de que conseguiria e que tudo terminaria mais cedo do que eu imaginava. Embora meu treinador se preocupasse ao me ver lutando, ele também ainda não estava preparado para deixar meu sonho morrer. Juntando-se a mim, gritava: “Vá em frente, rapaz!” Continuei nadando.

Eu tinha trabalhado muito para chegar até aqui e recebera tanta ajuda e o amor de tantas pessoas após meu acidente que a idéia de parar parecia insana. Como poderia decepcionar a todos, principalmente a mim mesmo?

Então, após nove horas de travessia, o capitão Reg veio até a amurada do barco me dizer que nas últimas três horas eu na verdade perdera terreno: tinha ido para trás. Isso me desconsertou. Qualquer determinação que me animasse a levar a cabo a empreitada desapareceu como fumaça.

Eu estava a cerca de dez quilômetros de Calais quando admiti a derrota. A natureza havia vencido, como fizera com muitos melhores do que eu. Fui puxado para bordo, extenuado e triste, e só pude baixar a cabeça e maldizer minha sorte enquanto o barco dava meia-volta para retornar à Inglaterra.

Thredbo, nas Snowy Mountains, a cerca de seis horas de carro de Sydney. Eu simplesmente telefonei e lhe pedi que me desejasse sorte. “Desejar sorte?! Do que você está falando? Estou indo para aí!”

Jamais esperaria que David abandonasse as férias com a família e cruzasse o mundo para estar comigo. Bom companheiro, ele já demonstrara seus sentimentos e lealdade ao treinar e nadar ao meu lado na primeira tentativa. Mas eu não tinha muito tempo, e, embora se tratasse de um nadador de apoio, eu não poderia esperar até que ele chegasse.

Procurando aproveitar ao máximo as condições climáticas, Reg decidiu que minha segunda tentativa deveria começar às cinco da manhã. Por causa disso, estava um breu quando embarcamos novamente no *Viking Princess* e nos dirigimos, ao longo do litoral, para o Penhasco Shakespeare. Abaixo de nós, a água era escura e parecia impenetrável, e acho que, se eu não tivesse me aquecido com tantos exercícios, cair nela seria impossível.

Na primeira hora, eu estava nadando bem e me sentindo confortável, apesar da escuridão. As luzes da costa de Dover ainda estavam próximas o suficiente para serem vistas – embora eu tentasse não pensar nisso, pois era um lembrete nada sutil da distância que eu ainda teria de percorrer. Mas continuei num bom ritmo, e meu treinador, observando-me do barco, parecia satisfeito com meu progresso.

Depois de duas horas sozinho, Wally pôde se juntar a mim na água e eu gostei da companhia. Enquanto está nadando, você não conversa, mas só o fato de ver nadando ao meu lado alguém que eu conhecia me dava estímulo e fazia com que eu me sentisse mais forte. Apesar disso, o ombro machucado continuava a me causar problemas, e tentei não pensar no que aconteceria se ele piorasse. Ter de, novamente, ser tirado da água partiria meu coração.

**E**NQUANTO ISSO, David fazia sua incrível viagem para estar ao meu lado. Depois do telefonema, ele e a família logo fizeram as malas e cruzaram os campos nevados de volta a Sydney. Ele então pegou o primeiro voo para Londres (via Bangcoc) – uma viagem de 24 horas que pode exaurir o mais experiente dos viajantes. David estava exausto quando desembarcou em Heathrow, mas não havia tempo a perder. Assim, alugou um carro e dirigiu sem parar até Dover, chegando por volta das sete da manhã – duas horas depois de eu começar a travessia.

Mas, quando David apareceu, recuperei o ânimo. Como poderia fracassar quando tantas pessoas tinham aberto mão de tanto para virem em minha ajuda?

Então continuei a nadar, com David ao meu lado. Agora estava revigorado, e meu corpo encontrara uma reserva oculta de endorfinas que fazia com que eu me sentisse quase eufórico, mesmo quando David voltou ao barco e fiquei de novo sozinho na água.

Felizmente, a Mãe Natureza foi muito mais generosa comigo da segunda vez. O mar não se levantou contra mim, e o vento não me empurrou para trás. Em vez disso, as ondas continuaram administráveis, e da nona hora em diante eu podia avistar a França e acreditar que chegaria lá.

A quase 12 horas da travessia, porém, alcançamos um ponto crítico, e à minha frente estava o farol de Cap Gris-Nez, a sudoeste de Calais. A maré estava prestes a mudar, e, conforme meu treinador gritou para mim do barco, se eu não a vencesse, perderia a chance de terminar a travessia. Mesmo exausto, tentei me esforçar ao máximo para aumentar o ritmo das braçadas. O pensamento de estar tão perto e não conseguir chegar me apavorava.

Esvaziei meu “tanque” na hora seguinte, usando cada reserva de energia e determinação. E, como num filme de Hollywood, venci a mudança de maré e senti a areia da praia em Wissant, exatamente no momento em que as tristes nuvens que cobriam o dia se separaram e o sol surgiu entre elas.

Alguns momentos depois, quando pude sentir o contato da areia seca, o relógio oficial parou em 12 horas e 55 minutos. Deitei-me, olhei para o céu e me senti inundado de alegria. Tínhamos conseguido!

---

*Depois de voltar para casa, John fundou a John Maclean Foundation, que visa a estimular crianças em cadeiras de rodas a viver a vida ao máximo. Para conhecer mais sobre a fundação, visite [www.jmf.com.au](http://www.jmf.com.au).*

## IDEM, IDEM



Os gritos vindos do segundo andar informaram à minha amiga que suas netas, gêmeas idênticas, Liz e Beth, estavam discutindo.

– O que foi que aconteceu? – perguntou ela.

Entre soluços, Liz relatou:

– A Beth disse que eu sou feia! CAROL LAZEAR, EUA