

Um saxofone contra o estresse, a receita de Cesar Cardoso de Oliveira



Quando a pessoa sente dificuldade em desligar do trabalho ao chegar em casa, quando, em vez de dormir, começa a pensar, na cama, nos pacientes que devem ter alta no dia seguinte ou, então, quando durante o jantar em família, se paga pensando nas decisões a serem tomadas na difícil missão de diretor-financeiro da SBC, Cesar Cardoso de Oliveira sabe que está precisando tocar um pouco de saxofone, para relaxar o estresse. E o saxofone que ele encara não é o sax-alto, mais fácil, que os neófitos costumam escolher, mas o mais difícil, o sax-tenor.

Para César, o saxofone é um amigo relativamente novo, embora muito querido. Até há poucos anos atrás, o tênis, o basquete e o vôlei eram o caminho mais fácil para liberar endorfinas e relaxar as tensões da profissão. Um problema na quadra, porém, a “síndrome da pedrada”, riscou o esporte competitivo de suas opções e, inconscientemente, conta o médico de 54 anos, ele se voltou para a música, como terapia. “Meu avô materno tocava clarineta, minha avó paterna era muito boa no violão, eu cresci ouvindo música. O jazz sempre me encantou e sempre tive uma boa coleção de CDs, por isso a escolha foi natural”.

O incentivo para a nova “terapia” foi de um pediatra de Barra do Piraí, Pedro Toledo, que lhe vendeu um sax Selmer, francês, e forneceu algum material, e de Stella, sua mulher, que o presenteou e até hoje “ouve e aplaude” suas audições. César, porém, só gostava, não entendia nada de música, não sabia ler uma pauta sequer e começou do zero. “Fui à casa Milton, que vendia pianos, me indicaram um professor, Márcio Costa, e comecei a ter aulas cedo, no consultório”. Era uma tristeza, lembra o médico, tocar as escalas intermináveis, produzir sons, mas não a música, método do pastor Klosé, extremamente monótono.

O sax tomou vida, porém, depois de uma viagem pela Ponte Aérea, durante a qual leu numa revista uma entrevista do César

Camargo Mariano, contando que começou a tocar de ouvido. “Suspendi as aulas, me fechei numa sala e de repente me peguei tocando uma música inteira, Summertime”, conta Cesar de Oliveira, que percebeu na hora que tinha descoberto o caminho.

O resto foi fácil. Aprendeu que tocar de ouvido e só depois aprender a teoria é a chamada técnica Yamagushi. Recebeu muito apoio dentro da própria SBC, do José Geraldo Amino, também ligado em jazz, que alertou, porém: “cuidado, todo saxofonista morre cedo!”.

Hoje, com dois anos de prática, Cesar de Oliveira ainda tem muita vergonha de tocar em público. Quando ouve os mestres como John Coltrane, percebe todo o longo caminho que tem pela frente. “Tenho muito medo das vaias, se tocar em público, pois afinal sou muito tímido”, confessa. Mas como o importante é relaxar, esquecer o trabalho e viver a música, ser embalado por ela, procura uma maneira de ter mais tempo para o jazz e, diante da família, pelo menos, já não se constrange de tocar o instrumento, de produzir a música incipiente que nasce dentro da alma e que os lábios e as mãos tentam, ainda canhestramente, reproduzir. Alguns CDs só com piano e bateria permitem que ele tente acompanhar os mestres, “mas eles ainda são rápidos demais para mim”.

Enquanto não consegue extrair todo o potencial do seu sax, Cesar de Oliveira se vale de um “happy hour” musical que o relaxa muito. Perto do seu consultório, em Copacabana, fica a “Modern Sound”, uma loja de discos misto de bistrô que toda noite tem artistas tocando, como Tino, Idriss Boudrioua, Mauro Senise, todos saxofonistas, e o último, por acaso, filho de médico. “Eu chego, tomo um café, relaxo, curto, fico meia hora, uma hora, é um outro mundo, os problemas são esquecidos e quando se chega em casa, mais leve, dá para sentir que sou outra pessoa”.

O problema, conclui ele, é que na correria do dia a dia, num trabalho cada vez mais estafante, de grande responsabilidade, “nossa vida acaba sendo deixada de lado, a única gratificação é o bem-estar dos pacientes e o emolumento do nosso trabalho, e isso não é bom”. É por isso que, para muitos pacientes que recebe, o cardiologista passou a recomendar, além da medicação, a música ou algum outro hobby. A vida não pode ser só trabalho, ensina ele, há tanta coisa gratificante para fazer, campos tão variados a explorar, é preciso realmente viver e um sax-tenor francês, um brilho cativante em seu corpo metálico, uma promessa de sons maravilhosos, pode ser um dos caminhos...

