

Una història de salut mental en primera persona



ROGER
DER
GRÀCIA
DIGUE'M
BOIG

Columna

ROGER DE GRÀCIA
DIGUE'M BOIG

Columna

PRIMERA EDICIÓ: SETEMBRE DEL 2023

© ROGER DE GRÀCIA, 2023

© COLUMNNA EDICIONS, LLIBRES I COMUNICACIÓ, S.A.U.

AV. DIAGONAL, 662-664 - 08034 BARCELONA

ISBN: 978-84-664-3079-1

DIPÒSIT LEGAL: B. 11.406-2023

FOTOCOMPOSICIÓ: GRUP62

IMPRÈS A CATALUNYA - PRINTED IN CATALONIA

www.columnnaedicions.cat



La lectura obre horitzons, iguala oportunitats i construeix una societat millor. La propietat intel·lectual és clau en la creació de continguts culturals perquè sosté l'ecosistema de qui escriu i de les nostres llibreries. En comprar aquest llibre contribuïu a mantenir aquest ecosistema viu i en creixement. A Grup62 agraïm que ens ajudem a donar suport així a l'autonomia creativa d'autores i autors perquè puguin continuar desenvolupant la seva funció.

Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra. Podeu contactar amb CEDRO a través del web www.conlicencia.com o per telèfon al 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Els dilluns i els dimecres el fill fa entrenament de futbol tot vestit amb la seva samarreta blau cel i les mitgetes blau fosc, estirades fins als genolls, mentre la seva àvia i jo celebrem els seus gols, perquè cada cop que en fa un ens mira de reüll aviam si l'hem vist. A vegades, i perquè no s'ho cregui massa, quan falla un gol el xiulem i des dels bancs de ciment li ensenyem un mocador blanc (el primer dia que l'hi vam fer, després de l'entrenament vam haver d'explicar-li què significava allò perquè sembla que les mocadorades ja no es fan). Quan l'increpem, ell a vegades riu i a vegades ens engegava, i llavors la meva mare i jo tornem a parlar de les nostres coses.

Asseguts a la pètria graderia, el meu objectiu

d'ahir dimecres era explicar a la mare que escriuria un llibre sobre la meva bogeria, sobre com i quan em vaig trastocar. Feia dies que pensava com dir-l'hi sense fer-la sentir, un cop més, culpable del meu vent interior, sense recordar-li que té un fill més o menys normal i que en té un altre, jo, que és tot un recull de ferides i sensibilitats que el fan vulnerable, i que ella, tot i que voldria, tot i que es moriria per fer-ho, no pot salvar-lo d'ell mateix.

Quan m'ha vist malament, m'ha fet lleties. No fa gaire, davant d'un brot de plor incontrollable, d'un broll de font d'alta muntanya després del desglaç, em va plantar unes lleties amb xoriço i unes costelletes de xai, i em va fer un petó al front. Després tot va anar bé, fins que uns dies més tard tot va tornar a anar malament i ja no l'hi vaig explicar. Però ahir era ineludible explicar-li que escriuria sobre mi i també sobre ella. Volia dir-li que intentaria fer-ho sense fer-la patir, però jo sabia que era mentida perquè ella patiria i jo patiria i molta altra gent també.

És un patiment necessari, li vaig explicar, i més o menys em va creure, i vam trencar el silen-

ci aixecant-nos de la bancada i escridassant el fill per haver perdut la pilota a la zona defensiva fent una filigrana excessiva, i ja no vam parlar més de com va sorgir la idea ni la necessitat d'escriure sobre tot això. Però sé que ella, avui, igual que vosaltres, està llegint això i aprofito per fer-ho.

El meu diagnòstic és que tinc fòbia social crònica, o sigui por de relacionar-me amb la gent. Jo, que fa vint anys que em dedico a l'entreteniment; jo, que fa vint anys que em poso sobre un «escenari» cada dos per tres, a la tele, a la ràdio, fent presentacions en directe o gravades; jo, a qui veieu extravertit i sociable, tinc fòbia a les relacions socials. O sigui que, bàsicament, tinc por. O l'he tinguda. Bé, ja us aniré explicant com ho vaig descobrir i com ho hem tractat, tot això, perquè la cosa té tela.

Per altra banda, ja fa temps que vaig decidir deixar d'amagar-me, i quan en alguna entrevista em pregunten com soc o alguna cosa semblant, em llanço i els lapido amb un munt de còdols i pedrotes, els aboco una allau de rocs que baixen pedrera avall, de fòbies que impac-ten la pobra periodista que aguanta com pot la gravadora i esbatana els ulls pensant que és una

resposta massa concreta i sincera per a una pregunta tan genèrica.

Els explico que dins meu sento un vent. Un vent interior. Un vent estúpid com ho són tots els vents, que venen del no-res, que no saps detectar on neixen ni on moren. Un vent, com tots, que no veus. El sol fa sol i els núvols fan pluja; veus els llamps, sents els trons però el vent no el veus, i bufa, i sembla que sigui el preludi d'alguna cosa pitjor; mou coses, les desarrela i les desestabilitza. El que notes és un vent a dins, un vent que ningú més sent, i és doblement estúpid perquè no saps d'on ve i perquè no afecta els altres.

I, esclar, quan expliques això en una entrevista, es fa un silenci.

Doncs aquest llibre és per no fer més llarg aquest silenci. Aquesta llarga carta, mare, lectores i lectors, és un cant de dolor, però també és un crit d'esperança per a tanta gent que calla i que viu d'amagat el mateix problema.

En aquesta missiva hi convoquem obertament i desacomplexada la set de justícia d'Antígona, el deliri de Van Gogh, el narcisisme de Jim Morrison i el descontrol d'Adrià Puntí; la

carnalitat d'Ausiàs March, la falsa culpa d'Elena de Troia i la borratxera eterna de Bukowski; l'instint suïcida de Sylvia Plath, la fúria d'Aníbal i la tristesa de Virginia Woolf.

Que la bogeria no sigui acceptada només quan és útil, només quan algú en fa un quadre o una novel·la. Que el trastorn mental no sigui acceptat amb indulgència i paternalisme pels «normals» que no el volen a la seva vida ordenada. Que tot això sigui aquí, mare, i que hi sigui per amor. Per amor a nosaltres mateixos i als altres.

Però no patiu gaire, tampoc. Els sonats ens posem èpics fàcilment però sabem frenar-nos, i aquest llibre és també un llibre ple d'humor i d'autoparòdia, perquè l'humor ens salva, a nosaltres, i sense, la nostra ferida seria eterna i això no és viable. Ahir ma mare, després d'explicar-li que faria aquest llibre, em preguntava: «I per què al teu món hi ha tanta gent tarada?». I és una molt bona pregunta, que té una resposta fàcil. Perquè només l'art cura la ferida. I l'humor.

Deixem-nos estar de donar voltes i expliquem el que hem vingut a explicar, el que la Glòria Gasch, l'editora, em va preguntar si volia

explicar públicament. I em va reptar a fer-ho. Sense ella aquest llibre no seria una realitat, i a ella li agraeixo que m'hagi temptat així.

Comencem.

L'edifici on treballa el meu psicòleg és modernista i preciós, carregat d'ornaments tan estúpids i innecessaris com bonics. La façana està farcida d'animals esculpits que fan tot de coses d'animals, com el gall que canta, el cavall que renilla o el cargol que rept cap amunt; també és plena d'animals que fan més aviat de persones, com el gos que, ja molt a dalt i a prop de l'àtic, toca la pandereta.

La casa té tribunes rodones i també en té de triangulars; columnes rematades amb fulles de plantes imaginades i flors als vitralls de les finestres; un vestíbul tot fet amb una rajola verda i blanca molt lluent i una barana de fusta que espurneja gràcies a un fil de llum que s'escola per una escaleta de la porta.

Dins d'aquesta casa hi ha el meu nou psicòleg, que segur que té papada, igual que jo tinc ara bosses als ulls, que cada dia en tinc més i m'assemblo més al meu pare, que li veia aquelles bosses i a vegades li deia pare, no et cal bossa per anar al súper, i ell reia amb aquella cara de cansat que feia tot el dia, tot i que no es queixava mai de res.

Ara ja tinc aquestes bosses, que són també les seves, i les tinc per herència, suposo, però també les acumulo perquè he passat un any i mig molt dolent, i per això vinc a veure aquest nou psicòleg, que és dins d'aquest ou de Fabergé modernista com si fos un regal dins d'un Kinder freudià, un regal que és un psicòleg desmuntat per peces que en sap molt de Jung i de Lacan i que se suposa que m'ha d'ajuntar les meves, de peces.

El pitjor no és que me l'imagini amb una papada més gran que les meves bosses, ni que el vegi dins d'aquest edifici preciós en una gran sala amb rajola hidràulica hipnòtica, assegut en una butaca de pell dient-me, ahà, sí, i tu què en penses, d'això? El pitjor no és això, el pitjor és que em pensava que ja estava curat, però sembla que no.

Us explicaré un secret.

Es veu que d'aquestes coses no et cures, les gestiones i ja està.

El psiquiatre que em va diagnosticar fa anys ja em va avisar que això meu era de sempre i per sempre. Em va dir, perquè ho entengués, que era com un diabètic del cervell i que m'hauria de prendre una pastilla diàriament. Aquell dia vaig plorar d'emoció perquè per fi algú em deia que tenia alguna cosa, que no m'ho estava inventant, com m'havia dit tanta gent i com jo m'havia cregut, també. Més endavant us explicaré com va anar la trucada i sobretot la que vaig fer immediatament després a la meva mare per dir-li que estava tan i tan content que em diguessin *boig*. Ja us aviso que per a ella no va ser la trucada més hilarant de la seva vida i no entenia tanta alegria en mi.

En tot cas, aquell psiquiatre, el doctor B., un senyor amb panxa, papada i un bigoti de morsa, em va dir que això meu era crònic, i me'n vaig alegrar però vaig confondre els termes.

Perquè no ho sabia, però crònic no vol dir regular. Crònic no vol dir sense baixades periòdiques als inferns. Crònic, al contrari del que jo vaig voler creure, no vol dir que tingui un final.

El doctor B., que té bigoti de morsa i toca la guitarra, a vegades m'envia vídeos d'ell tocant «Entre dos aguas» de Paco de Lucía al costat d'una recepta electrònica. Sempre em diu «estimats», i em pregunta com va a la tele i quan hi tornaré a sortir. Em diu moltes coses però no em recorda prou que les del cap són com les del cos, que no tenen un final i que s'han de cuidar sempre.

Però la culpa d'aquesta obsessió pels finals no és del doctor B. La culpa, de qui és? Exacte, de les pel·lis. De les pel·lis que ens hem muntat des del principi de la humanitat, quan vam començar a explicar-nos històries per divertir-nos, per acollonir-nos o per intentar entendre la vida. El que no sabíem era que intentant entendre-la, l'estàvem confonent.

La vida no té final, no té finals, però a les històries tot s'acaba. Odisseu aconsegueix tornar a Ítaca disfressat de captaire, mata els seus rivals i recupera la seva dona. Fi. Clarice Starling s'enfronta a les seves pors més agudes, plenes de xaisclant, i entra tota sola a casa de l'assassí que treia la pell a les seves víctimes per fer-se'n una segona ell, i el mata. Fi. L'Eulàlia i el Mateu

Montsolís acaben junts en una foguera en un iot petit (perquè el pressupost no donava per a més), i fi, *smoke on the water* al Maresme. Montsolís fumats.

Tot s'acaba, bé o malament, però tot s'acaba, diuen les històries que has mamat i que t'han construït.

I, esclar, llavors tu vols que el trastorn mental també acabi. Un cartell de «Fi», obrir llums de sala i cap a casa. Per molt que et diguin que en el teu cas no s'acaba, cada dia et lledes, t'aixeques i penses, hop!, avui s'acaba. Encara diré més: avui això JO ho acabo!

Però no.

Passen les hores i veus que avui tampoc. Perquè ni això és una pel·lícula ni tu ets cap heroi, i ni avui ni demà tot depèn de la teva voluntat, digui el que digui la publicitat, *just do it* i tal i tal.

Això sí, tires endavant.

Amunt, sempre amunt, que diem amb la meva amiga F. Ella té fatiga crònica diagnosticada. Riem quan en parlem. Avui com estàs, F.? Pitjor que ahir però *menys* pitjor que demà. I aquestes coses. Perquè si no, moriríem de pena.

Ara, davant d'aquest edifici modernista pre-

ciós, la Casa Francesc Carreras (1902-1903), que ho he buscat a Google perquè així ho tinc controlat tot, penso que soc aquí per millorar, i vull entrar-hi, i al mateix temps vull fugir corrents i no entrar-hi mai. Estic valorant que potser marxo i li diré que tinc mal de panxa o alguna cosa així, i que, si cal, li pago la sessió, però que de moment no puc anar-hi perquè sembla que hi ha una «passa» (quan dius «hi ha una passa» tothom creu que realment hi ha una passa perquè la gent no es vol quedar enrere de les modes, encara que siguin de tenir malalties víriques).

Diré una mentida i marxaré. En això hi tinc experiència perquè he estat mentint tota la vida. Us ho explicaré amb detall, però ja us puc avançar que he mentit molt durant molt de temps perquè sentia que els altres no entendrien les coses del meu cap i que explicant-ne de més comprensibles, com que tenia mal d'esquena o que hi havia una passa, tothom era més feliç.

En tot cas, ara no sé gaire què fer.

Fa mitja hora que soc aquí davant i encara falta una altra hora per a la sessió on el senyor P. (li he posat P. de papada i potser no en té, pobre)

m'ha de preguntar qui soc i què em passa, parlem-ne, dirà, i jo ploraré segur.

Em sé la façana de memòria. Em sé la malaltia de memòria. Com em cansa el meu cap, mare.

En tot cas, mentre acabo de decidir-me, aprofitaré per fer memòria d'algunes de les coses que, si acabo traspasant la porta, he d'explicar al doctor P. Abans d'entrar en matèria massa a sac, puc començar explicant-li alguna cosa que m'hagi passat avui, per agafar embranzida; una de bonica i lleugera per encetar la Marató cap a dins meu. De fora cap endins. Espeleologia de l'ànima.

Li explicaré que avui el fill estava estranyament content quan s'ha llevat. A vegades té molta son, sobretot els dies després d'haver entrenat a futbol, que arriba al llit rebentat i amb les cames adolorides. Però avui, tot i ser un dia postfutbol, estava estranyament feliç. Mentre li preparava l'entrepà, ell feia la bossa i es posava davant del mirall rapejant i fent gestos amb els dits que no sé reproduir però que eren de macarra, que ara mateix és el que vol ser en un futur. Jo mortadella al pa amb tomàquet, ell cançó:

Estoy bien con la piba pero la música ahora es mi amante.

Sigo con la misma cadena que tengo desde antes de ser

[cantante.

No tengo que ponerle más brillo si yo ya nací brillando

[como diamante.

No se cuelgan las botas, menos se enganchan los guantes.

Últim tall de mortadella, embolicar l'entrepà i m'assalta el record que quan la meva dona A. estava embarassada i es va fer una prova, ens van dir que hi havia una possibilitat, molt i molt remota, que el nen tingués un problema cerebral. Vaig picar parets, vaig picar cotxes, vaig picar el meu cap pensant que era jo que li traspasava la meva tara, la màcula, la maledicció. Al final no va ser així. El nen ho té gairebé tot de sa mare. I jo soc feliç perquè això que tinc, que potser no era allò que van veure, tampoc, no vull que ho tingui per res del món. No vull que pateixi com vaig patir jo.

Quan ha acabat de cantar, s'ha pentinat una mica, s'ha posat desodorant, fa poc que ja se'n posa, i hem marxat cap a l'escola. Li he tustat una mica el cabell abans d'entrar-hi, perquè ja no vol petons. Ha estat un bon començament de dia.

Sí, potser començaré explicant-li això al doctor P. O potser l'hi explico un altre dia i avui agafo el Bicing i vaig a casa i decideixo posposar la teràpia.

Em dono uns minuts més. Aviam què passa.
Aviam què em passa.