

# Depressions i tallarines

Records i reflexions al voltant dels estats d'ànim de la meva mare



Joan Martí Sala

**Joan Martí Sala**

3horizontal@gmail.com

2017, octubre.

2018, març. Capítol 5.14: correcció d'errors i nova redacció.

2022, març. Revisió general de tot el text: diferents correccions i reescritura d'alguns capítols/temes.

Pot ser que la versió HTML estigui més actualitzada:

<https://ja.cat/depressions>



Publicat sota llicència Creative Commons, BY-NC-SA  
(reconeixement de l'autoria + limitació a usos no comercials + autorització d'obres derivades sota la mateixa llicència).

# Índex

## 1 Primera aproximació

- 1.1 - Sobre les depressions
- 1.2 - Sobre les eufòries
- 1.3 - Sobre Déu
- 1.4 - Sobre les cites

## 2 Què és això?

- 2.1 - Justificació
- 2.2 - El que això no és

## 3 Segona aproximació

- 3.1 - La meua mare
- 3.2 - Cine familiar
- 3.3 - Secretisme
- 3.4 - Depressions i eufòries
- 3.5 - Sobre els ingressos
- 3.6 - Els diners
- 3.7 - El punt de vista
- 3.8 - Estimar
- 3.9 - Al revés
- 3.10 - Fallar
- 3.11 - El meu pare i jo
- 3.12 - Les cartes del meu pare
- 3.13 - Fills... i filles
- 3.14 - La convivència
- 3.15 - Cartes bomba
- 3.16 - Simplificacions interesades
- 3.17 - Les tallarines
- 3.18 - Diferents explicacions
- 3.19 - Maneres de ser
- 3.20 - Els records

## 4 Família i religió

- 4.1 - Pretendents
- 4.2 - L'oca i el pastor
- 4.3 - L'Opuus Dei
- 4.4 - La incorporació
- 4.5 - Les seves expectatives
- 4.6 - Ajudar a viure?
- 4.7 - El peu al coll
- 4.8 - Discretes
- 4.9 - Casa't i sigues submisa
- 4.10 - Les amigues
- 4.11 - Que faci el que vulgui
- 4.12 - Que no faci el que vulgui
- 4.13 - Sobre la mortificació
- 4.14 - Més mortificació
- 4.15 - L'holocaust
- 4.16 - Pastoral de la salut
- 4.17 - Sumar i restar
- 4.18 - Creure

## 5 Diagnòstics i abordatges

- 5.1 - Hoy como ayer
- 5.2 - Primer diagnòstic
- 5.3 - Incompliment de pautes?
- 5.4 - Sobre el desordre
- 5.5 - Una altra hipòtesi
- 5.6 - Diferents normalitats
- 5.7 - Restrenyiment
- 5.8 - Conillets d'índies
- 5.9 - Efectes secundaris
- 5.10 - Obeir
- 5.11 - L'antipsiquiatria
- 5.12 - La genètica
- 5.13 - La TEC
- 5.14 - Psiquiatria i religió
- 5.15 - Mals professionals
- 5.16 - L'homeopatia
- 5.17 - Resum

## 6 Psicoteràpia i miracles

- 6.1 - La Kay R. Jamison
- 6.2 - El més important és la medicació
- 6.3 - Un intent de psicoteràpia
- 6.4 - Consells i contradiccions
- 6.5 - Teràpia sistèmica
- 6.6 - Professionals homes
- 6.7 - Més homes
- 6.8 - Sentir-se bonica
- 6.9 - No abandonar-se
- 6.10 - El miracle
- 6.11 - El segon miracle
- 6.12 - Sobre l'atenció
- 6.13 - Cada cas és diferent
- 6.14 - Del pou se'n surt
- 6.15 - Tots som fràgils
- 6.16 - El sofriment

## 7 Més família

- 7.1 - Els embarassos
- 7.2 - La meua àvia materna
- 7.3 - Santa Teresa
- 7.4 - Resistir o claudicar
- 7.5 - Visions oposades
- 7.6 - Una carta diferent

## 8 Llum i colors

- 8.1 - Aventures al cementiri
- 8.2 - Nétes i néts
- 8.3 - Bons records
- 8.4 - Més records
- 8.5 - La sortida del sol
- 8.6 - Cartes als diaris
- 8.7 - Més cartes
- 8.8 - Las niñas de Balouta
- 8.9 - La Laia
- 8.10 - El cel

## 9 La seva mort

- 9.1 - 3/4 de 6
- 9.2 - El context
- 9.3 - La pèrdua d'intimitat
- 9.4 - Em vaig alegrar de la seva mort
- 9.5 - Respectar la seva voluntat
- 9.6 - L'infern
- 9.7 - Vellesa i depressions

## 10 Balanços

- 10.1 - Més cites
- 10.2 - El seu llibre
- 10.3 - Viure engabiats
- 10.4 - I si jo no hagués existit?
- 10.5 - Per casualitat
- 10.6 - El meu pare, temes pendents
- 10.7 - Continuació
- 10.8 - Un altre punt de vista
- 10.9 - No hi ha culpables
- 10.10 - Un altre cop: no hi ha culpables
- 10.11 - Protagonistes i còmplices
- 10.12 - Eren altres temps
- 10.13 - La foto

## 11 Cloenda

- 11.1 - El passat sempre és present
- 11.2 - Fi

## Annexos

- A1 - El moment oportú
- A2 - Intents de publicació d'ella
- A3 - Cartes rebudes
- A4 - Amb ple ús de les meves facultats
- A5 - Cites i bibliografia
- A6 - Fer servir els seus escrits

## Agraïments



# 1 Primera aproximació

"Una cosa és la vida i una altra, ben diferent, les ganes de viure."

*Joan Barril*

## 1.1 - Sobre les depressions

"No puc cuinar, ni cosir, ni escriure. Fa vuit mesos que em passo al llit tot el temps que puc. Res no em fa il·lusió i només penso en acabar. Estic tot el dia esgotada sense fer res. No sé què fer, i fer el mínim em costa moltíssim. M'he convertit en una inútil. Em veig incapaç de tot. Pensar que haig de fer alguna cosa m'espanta. Quan parlo, em fa mal el nas i em ploren els ulls. Gairebé sempre tinc la boca resseca. No tinc ganes de veure ningú. En l'horitzó de la meua vida no hi veig ni un bri de llum."

"No entenc res, no entenc la vida, la meua vida."

"Qui ha patit una depressió sap el que se sent, però, com ho pot entendre qui no n'ha patit mai cap? Te'n vas a dormir veient la vida de color de rosa i, l'endemà, el sol no surt, tot és negre, negre, negre, sense ni un bri de llum."

"Abans gaudia mirant la natura. Quan aconseguixo inhibir-me, estic tranquil·la. Pau i alegria, mai."

"No m'interessa res, no m'atrau res. Dins meu, un immens dolor."

"El cel et cau al damunt i la terra no t'acull. És un sentir-te completament inútil, abandonada dels homes i de Déu, amb només un anhel: marxar d'aquesta vida tan dura, tant sense consol, sense esperança, sense amor de cap mena. Sembla que és l'únic recurs acceptable: a Déu no el veus, i als homes... els faràs un favor anant-te'n."

"Durant les depressions, ni fe, ni esperança ni res. Només ganes de plorar i de marxar."

"Rentar la roba era un turment, estendre-la un esforç titànic i planxar-la esgotador."

"Síntomes? Avisos? Cap. Te'n vas a dormir veient el cel estrellat i quan et lleves tot està ple de núvols. Has passat de la mania a la depressió, aparentment sense cap motiu, i és irreversible. Es pot assemblar, potser, a un atac d'apendicitis o un còlic nefrític que, segons diuen, apareixen de cop i sense cap avís."

"A les dues o les tres de la matinada, cada dia el mateix ensurt, la mateixa angoixa. Què faré demà per dinar? Era el problema més difícil que havia de resoldre. Quin espant! Quan em llevava, llegia llibres de receptes. Pobre de mi, per acabar, al migdia, amb les tallarines habituals. M'havia passat tot el matí angoixada amb el menjar."

"Recordo les persones que em deien: 'Anima't, anem al cine, et distrauràs'. I el cine em feia venir ganes de plorar. Veia la gent submergida en la pel·lícula mentre jo em sentia com un drap, sense entendre res, i m'ensorrava. I em dolia també, al sortir i veure els altres tan contents preguntant-me com m'ho havia passat, haver de respondre només amb una mirada prou expressiva que, sense paraules, ho deia tot. I així un dia i un altre. Com vaig aguantar tots aquells anys?"

"D'aquelles èpoques tan horroroses recordo l'angoixa al veure que se m'acabava la targeta de l'autobús, o quan em veia obligada, a causa de les circumstàncies socials, a anar a una boda, un bateig o a qualsevol sopar de no res amb amics. Odiava estar amb gent en intuir que ningú no entendria res de la meua malaltia."

"No desitjava visites, sinó solitud. A la família li costa entendre-ho."

"Als últims psiquiatres, si hi havia d'anar en autobús, ja no podia. O estaven al costat de casa o en prescindia. Ja no podia més, l'esgotament era absolut."

"És la jaculatòria durant la depressió: no puc."

"El cap m'esclata, no ho podré resistir. No puc més i em sento sola amb el meu sofriment."

"Em sento embolcallada en una solitud impossible d'explicar."

## 1.2 - Sobre les eufòries

"De cop i sense motiu venien les èpoques altes i allò era un desgavell total."

"Ara no tinc ganes de veure ningú, ni ganes de sortir, ni de treballar. Penso que no tinc ganes de posar-me bé, per por de descontrolar-me com d'altres vegades: eufòria excessiva."

"Tinc por de les eufòries, em fico amb tothom, sóc agressiva."

"Com m'ho passava! Des de muntar una tenda al passadís de casa pensant-me que faria el gran negoci, fins a llançar les joies per la finestra, empesa per l'obsessió amb la pobresa. I sentint-me a més germana dels coloms que passaven pel davant de la finestra. Hi va haver episodis de tota mena. Algun fill algun cop va haver de deixar d'anar a col·legi per tal d'estar al cas del que feia."

"Quan estic alta em sento una fora de sèrie."

"Per naturalesa sóc avassalladora."

"Aquesta malaltia repercuteix en l'entorn, de tal manera que tota la família hi queda involucrada, encara més durant les èpoques maníacques, quan et veus 'super bé' i els altres van de corcoll per culpa teva. Ets capaç de fer quatre, cinc o sis coses alhora, et veus capaç de tot, fins i tot de volar, si convingués."

"Les pastilles em posaven a 100 i del fons del pou m'enfilava a un gratacels, però no un gratacels normal, sinó molt més alt, altíssim, i des d'allí, em passava dies fent piruetes i tenint amb l'ai al cor la família, les amistats i els coneguts. Total, un desastre."

"Vaig veure confirmat el meu diagnòstic de maniaco-depressiva al llegir la 'Introducción a la psiquiatria' del doctor Vallejo-Nágera. (...) des del meu punt de vista és qui descriu millor aquesta terrible malaltia."

## 1.3 - Sobre Déu

"Encara que ho intenti, m'és completament impossible contemplar la meva depressió des d'un punt de vista laic. No ho hauria suportat: m'hauria mort o m'hauria matat, així de clar. Aquell intens i angoixant sofriment només es podia resistir amb l'ajuda d'un Déu que no veia per cap banda, però que tenia l'evidència que era allí, amb mi. Ell havia passat, a l'hort de les oliveres, el mateix abandonament total que jo sentia i, d'alguna manera, m'acompanyava. No entenc com, ni puc explicar-ho, però no em sentia sola."

"L'únic remei per aguantar aquest mal és l'autèntica confiança en el meu Pare-Déu que va foragitar de mi el suïcidi i que fa que ara digui ben convençuda: Tot és per a bé."

"Déu sap el perquè de les coses i nosaltres no ho entenem. Segurament el que passo ara té molt valor. Jesucrist va patir i morir per nosaltres. Era Déu i s'ho podia haver estalviat. El sofriment és un camí, la Vida Eterna serà per sempre."

"Sense el Teu constant suport, fins i tot en l'obscuritat, no hauria arribat al dia d'avui. Fa anys, molts, que hauria posat fi a un viure sense nord ni il·lusió. Tu saps, Senyor, el meu sofriment, només Tu. Els altres, tot i estimar-me, no han pogut intuir el que ha sigut la meva vida fins ara. Tu has viscut els meus dubtes, la meva buidor, la meva angoixa, el meu desassossec (...) El meu únic mèrit ha sigut sotmetre'm una vegada i una altra, sempre, a la teva voluntat. 'Ho vols, Senyor? Jo també ho vull'. I així vint-i-nou anys."

"Mai, durant aquests llargs i terribles anys, em va passar pel cap la idea del suïcidi. Estic convençuda que la meva formació religiosa hi ha tingut molt a veure: mai he pensat en acabar amb els meus patiments, tirant pel dret. Sempre, no sé de quina manera, seguia convençuda que Déu, tot i colpejar-me d'aquella manera, continuava exercint la seva paternitat divina sobre mi. Recordo que, cada dia, durant les meves estones d'oració (que no vaig abandonar mai, ja que gràcies a Déu tinc una voluntat de ferro) em situava amb ell a l'Hort de les oliveres i amb Ell deia i repetia: 'Pare, allunya de mi aquest calze, però que no es faci la meva voluntat, sinó la teva'. Potser va ser això el que va evitar que pensés en la possibilitat d'acabar pel meu compte amb la meva vida, una vida que només em produïa cansament, esgotament i impotència total. Em sentia tan inútil per a tot, tan incapaç de cara als altres, sempre pensant 'No puc, no puc, no puc...' I no podia amb la meva vida, ni amb els meus fills ni el meu marit, no podia viure i, no obstant això, seguia vivint."

"Si Déu permet que torni la depressió, Ell em donarà els mitjans per a suportar-la, si no amb elegància, com a mínim amb paciència."

## 1.4 - Sobre les cites

Totes les cites de les pàgines anteriors estan tretes de les notes o les cartes de la meva mare. Aquests escrits seus de vegades no són fàcils de contextualitzar, ja que normalment no posava la data de quan escrivia, i sovint no especificava l'època concreta de què parlava.

Les depressions van començar quan tenia trenta anys, i va morir als setanta-set. Són molts anys. Com que a més no va fer mai un esquema cronològic de les diferents etapes de la seva vida i de les seves oscil·lacions emocionals (i jo només l'he sabut reconstruir de manera parcial, i ves a saber fins a quin punt de manera fiable), de vegades, tal com deia, els episodis i les notes no són fàcils d'ubicar. En quina etapa de la seva vida va passar "allò"? Estant en quin estat emocional? Per acabar-ho d'embolicar, alguna vegada un mateix episodi, potser important, ella l'ubica primer en un moment i després en un altre.

Tinc clars alguns fets o anècdotes, però d'altres no tant. Tampoc no són una guia els temps verbals que fa servir ella quan escriu, perquè de vegades l'ús del present o del passat sembla més literari que real.

Moltes vegades només es poden fer suposicions. Per exemple, les cites de l'apartat anterior, sobre la confiança de la meva mare en Déu, ella no ho especifica, però el més normal és pensar que corresponen a períodes de bonança. I en canvi, sobre el mateix tema, aquestes altres cites el més normal és pensar que corresponen a períodes depressius:

"Per què tinc ganes d'acabar si sé que Tu ets aquí, que em veus, que em sents?"

"No sé donar-li sentit al sofriment. Dic 'Si Tu ho vols, jo també ho vull'. Però no ho dic de veritat, sinó amb ràbia."

"La vida em pesa, i no puc entendre que Déu vulgui això per a mi, sense que ningú en tregui cap profit. Quan s'acabarà aquest turment?"

"Si tingués a Déu en mi (sé amb seguretat que el tinc, però no el sento) no em podria passar això. Només un instant de llum per sentir-me filla de Déu i tot serien claredats, però no ho aconseguixo."

Trobo que, de totes les seves notes, aquestes frases són de les més punyents. Per a mi, que no crec en res, però que tinc molt present tot el que suposava per a la meva mare creure en Déu, aquestes frases m'impressionen molt. (1)

D'altra banda, val a dir que moltes vegades la contextualització exacta de les cites no és el més important, ja que el que diu, sobretot quan es refereix a com es sentia quan passava per un estat depressiu, té la mateixa contundència amb independència que estigui redactat en passat, present, primera persona o tercera, un any o un altre. És igual si ho va escriure en el mateix moment, o si ho va escriure posteriorment, recordant-ho. És tan terrible que el detall de com o quan és secundari.

**Les cites de la meva mare incloses a les pàgines següents van precedides d'aquesta indicació, (\*)**, per tal de facilitar la seva identificació i diferenciar-les de les cites d'altres persones (a l'annex final "Cites i bibliografia" hi ha més informació sobre el tractament dels textos citats d'altres persones).

--

(1) Sobre l'eventual transformació del sentiment religiós durant els períodes depressius en parla el psiquiatre i jesuïta Jordi Font: "La seva experiència de Déu quan es troba bé és la d'un ésser familiar, però passa a ser un ésser molt llunyà quan tot se li enterboleix i no veu futur en la creença, fins al punt de sentir que no creu en res." (Religión, psicopatología y salud mental. Ediciones Paidós, 1999, p. 126). En canvi, parlant de les eufòries diu: "Per això quan es dispara la fase maníaca es converteix en un apòstol proselitista ocupant el lloc més alt, més distanciat del fons de la vall depressiva." (p. 138)

## 2 Què és això?

"En la instauració de tota malaltia hi ha el misteri de com s'esdevenen les coses."  
*Santiago Moix*

## 2.1 - Justificació

"Hauria preferit saber menys i no haver patit tant." Diego Amador (1)

Durant molts anys la meva mare va tenir el projecte d'escriure un llibre sobre la malaltia que patia i que tant li va condicionar la vida, la bipolaritat. Per diferents motius, tant a causa de la mateixa malaltia com de la seva forma d'escriure poc sistemàtica, aquell llibre que tanta il·lusió li feia no el va acabar mai.

Al cap d'uns anys de la seva mort, un dia vaig recordar aquelles carpetes plenes de notes i les vaig començar a fullejar. I a diferència del que m'havia passat uns anys abans, que m'havia semblat un material bastant caòtic i de poc interès, aquest cop em vaig quedar sorprès per alguns aspectes de la meva mare que hi descobria, o que tot i conèixer-los, n'ignorava la intensitat que reflectien els seus apunts.

Vaig pensar que potser podria acabar aquella feina. Calia, però, ordenar tot allò, seleccionar, descartar les reiteracions... Calia també contextualitzar els seus comentaris, ja que si no era molt difícil estructurar un relat intel·ligible, per molt que s'ordenessin les seves notes. Vaig decidir intentar-ho, em va semblar que valia la pena.

Però de mica en mica em vaig adonar que no era possible donar vida a aquell llibre. Era "el seu llibre", i només ella l'hauria pogut fer. (2)

De tota manera, la idea no deixava de temptar-me. I al final vaig canviar de perspectiva: en lloc d'intentar acabar "el llibre de la meva mare", vaig pensar en escriure un llibre "sobre la meva mare". Des del meu punt de vista. Un canvi de perspectiva que n'introduïa un altre: aquesta subjectiva aproximació a la vida de la meva mare aniria acompanyada de la incorporació al relat de la meva relació amb ella.

Vaig tenir la sort, el privilegi, de conèixer amb la meva mare durant els seus darrers onze anys de vida, i durant aquells anys vam compartir molts àpats, moltes converses, molts silencis. Molts moments de tristeses i també molts d'alegries. I vam parlar també moltes vegades de la bipolaritat, en general, "i de la seva en concret", sobretot de les etapes depressives. Aquells anys la malaltia la va respectar bastant, en conjunt van ser per a ella uns anys benignes, de poc patiment, sobretot comparat amb algunes etapes anteriors.

He intentat ser honest. Perquè una cosa és que assumeixi que en un cas com aquest és inevitable ser subjectiu, i una altra que m'excusi amb aquesta subjectivitat per justificar manipulacions de la realitat que capgirin aspectes importants de la vida de la meva mare. Assumeixo, però, que en aquests terrenys els límits de vegades no són clars.

No sé fins a quin punt el resultat és reeixit i, sobretot, respectuós. Només puc dir que ho he intentat.

--

(1) Diego Amador. La Vanguardia, 14-9-2012

(2) La meva mare tenia una família molt extensa, i és obvi que a partir dels records i els escrits d'ella una altra persona podria fer uns altres comentaris, podria parlar d'uns altres records, podria fer una selecció de textos diferent, els podria contextualitzar o ordenar d'una altra manera, podria incorporar aspectes que jo desconec o que des del meu punt de vista potser són poc rellevants, etc. L'aproximació que en fes una altra persona segur que seria diferent de la meva.

## 2.2 - El que això no és

"De la mateixa manera que l'activitat del cos genera les malalties més greus, l'activitat de l'ànima fa caure en la malenconia." Constantí l'Africà (1)

Aclarit i remarcat el caràcter subjectiu de tot el que dic sobre la meva mare falta un altre aclariment, i és que aquests escrits no tenen la pretensió d'incloure també alguna teoria sobre la bipolaritat i les depressions "en general". L'únic objectiu és intentar entendre i explicar, des del meu subjectiu punt de vista, com va viure la meva mare els seus problemes emocionals, les raons que podrien explicar que se li manifestessin aquests problemes, les maneres com se la va intentar ajudar, l'eficàcia d'aquestes maneres, etc.

Si en algun moment faig alguna generalització que no respon a aquest esquema (centrat en la meva mare), pot ser perquè en un context determinat aquesta llicència em sembli útil "de cara a l'objectiu principal". O també podria ser perquè m'hagi despistat. Sigui com sigui, és només una generalització circumstancial.

Ara bé, que no tingui aquest propòsit generalitzador, que jo sigui un familiar i no un professional de la salut mental, no vol dir que no sigui capaç de reflexionar sobre el que passava i treure les meves conclusions sobre els temes mèdics (i els no mèdics) relacionats amb la meva mare.

Suposo que aquests escrits són una barreja estranya de records familiars i divagacions sobre salut mental. Com si hagués agafat alguns ingredients de llibres com "Sa meu mare", del Pau Riba (sobre la relació del Pau amb la seva mare durant els últims anys de la vida d'ella), i uns altres pessics d'assajos com "Conviure amb la depressió", del Fidel Masreal (un assaig de fàcil lectura i alhora exhaustiu, que va decidir abordar el Fidel a partir de les depressions de la seva mare) (2). El que no sé és fins a quin punt la barreja que n'ha sortit és reeixida.

--

(1) Constantí l'Africà, citat a la introducció del Tractat sobre l'amor heroic, d'Arnau de Vilanova, Editorial Barcino, 2011 (p. 15)

(2) Sa meu mare, Pau Riba, Ara Llibres, 2014; Conviure amb la depressió, Fidel Masreal, Mina/Grup62, 2007. Si esmento aquests dos llibres concrets, ben diferents l'un de l'altre, per descomptat no és perquè consideri que hagi escrit algun text de la seva volada, sinó només per donar una pista de l'enfocament o els ingredients d'aquest relat meu. I perquè els dos m'han agradat molt.

### 3 Segona aproximació

"Si coneixeu algú que està malament, tingueu-ne cura."

*Manuela de Madre*

## 3.1 - La meva mare

A la meva mare li agradaven moltes coses.

Li agradaven les pel·lícules "d'abans", de la Katharine Hepburn, l' Spencer Tracy, l' Humphrey Bogart, el Gary Cooper, la Bette Davis...

Li agradava molt llegir. I també li agradava escriure cartes.

Li agradava cosir. Sobretot fer vestits. També li agradava fer nines de drap. I fer collages, amb retalls de roba, de diaris i fotos de la família.

Li agradava fer rams, de plantes fresques (amb branques de llentiscle, bruc, xuclamel, heura...) o seques (espigues, cards, semprevives...). També li agradava comprar flors a les floristes, manats de clavells, margarides i boixacs. Li agradava tenir repartits per la casa uns quants gerros amb rams de flors o d'espigues.

Li agradava tenir a la finestra de la seva habitació jardineres amb geranis, ciclàmens, camèlies, i a les habitacions de l'altra banda del pis, plantes de fulla: sansevièries, falgueres, kènties, ficus, falses palmeres com la dracaena, aquestes amb una ufana tan gran que quan arribaven al sostre les havia de tallar.

Li agradava anar d'excursió. A Collserola, a Montserrat, als Pirineus. I li agradava anar a la platja al matí, quan no hi havia ningú.

Li agradava dur collarets, i li era igual que fossin de perles o de petxines. També li agradava dur arracades, i com que no tenia forats a les orelles (quan era petita el seu pare no va voler que les hi foradessin, deia que era una salvatjada) les duia de clip.

Li agradava mirar-se al mirall abans de sortir de casa, per sortir ben empolainada. Li agradava conservar la seva llarga cabellera, esplèndida, tot i que sempre la duia ben recollida.

Li agradava molt cuinar, sobretot quan s'inventava o adaptava receptes sobre la marxa. Alguns dies de festa la seva cuina semblava la d'un restaurant. No l'espantava, que hagués de venir un munt de gent a dinar

Li agradava parlar amb les seves amigues, i amb la gent que es trobava. Li costava molt poc iniciar converses, amb qui fos, on fos, era molt extravertida.

Li agradaven moltes coses, escriure, llegir, escoltar les notícies, cosir, mirar pel·lícules, cuinar, convidar gent, conversar, estar pendent dels altres, fer favors, que l'estimessin, anar d'excursió, anar a la platja...

Però quan no es trobava bé, no li feia il·lusió res.

## 3.2 - Cine familiar

(\*) "No és fàcil parlar de la pròpia depressió, és necessari condensar molts anys de vida en unes pàgines i això és molt complicat."

A casa dels meus pares hi havia un armari ple de pel·lícules que havia filmat el meu pare. Pel·lícules de primeres comunions, de celebracions familiars, d'excursions, de viatges... Recordo que les primeres les filmava amb una petita màquina que funcionava donant-li corda, de manera que quan s'acabava la corda s'acabava l'escena.

En aquestes pel·lícules, quan hi surt la meva mare de vegades és fent gestos perquè no la filmin, crec que sobretot per coqueteria, perquè tenia por de no sortir prou afavorida. En general, a les pel·lícules sortim tots somrients, juguem, fem corredisses, estem contents...

Part d'aquestes pel·lícules es conserven, i si algun cop les mirem ens fan somriure. A tots ens agrada conservar bons records, i en aquestes pel·lícules no hi ha ombres, tot són llums. Perquè el meu pare filmava el que es filma o fotografia en totes les famílies: els bons moments. I per això, tal com he dit, si ara les mirem se'ns dibuixa un somriure.

L'arxiu de fotografies que conservava la meva mare i que quan va morir en part es va dispersar era més heterogeni. D'entrada, perquè l'època que documentaven les fotos era molt més extensa. Fins i tot hi havia la foto d'algun besavi. I alhora també hi havia moltes fotos posteriors a l'època de les filmacions, una època, la de les filmacions, que no tinc clar fins quan va durar.

En aquest arxiu fotogràfic (una manera pomposa de dir "capsa de fotografies desordenades") totes les imatges ja no eren lluminoses i sense ombres. Entremig, de tant en tant, hi podies trobar, per exemple, la foto d'un sopar de negocis del meu pare en la qual la meva mare hi sortia amb una cara tristíssima, o una foto de carnet amb la mateixa tristesa.

No es tracta de comparar ara la quantitat de fotos d'un tipus i de l'altre, de treure conclusions del recompte, sinó només d'apuntar que aquestes fotos amb la cara trista són reals.

A més, fer un càlcul comparatiu no serviria tampoc per treure conclusions útils. Perquè és un fet que, qui fotografia, selecciona el motiu i el moment, i qui guarda fotografies també fa una selecció posterior semblant, decidint "el que fica a la capsa". I també decideix, més tard, quan potser treu fotos de la capça i les llença. De manera que, al final, el que queda a la capsa (als records) no és tant un reflex fidel del que ha passat, sinó el que volem recordar del passat.

Jo d'alguna manera també he triat. Sense negar el relat que es reflecteix en les pel·lícules familiars, vull aportar alhora un altre punt de vista, un punt de vista que a mi em sembla que havia quedat tapat pel relat "dels bons records".

Només pretenc això, afegir aquest punt de vista a l'expositor.

### 3.3 - Secretisme

(\*) "Si algú no ha passat mai per això, és impossible que pugui intuir l'infern que suposa una depressió. És totalment comprensible que algú sense fe tiri pel dret, com a única alternativa."

La meua mare situava l'inici dels seus problemes depressius quan tenia trenta anys. Jo llavors en tenia quatre, i fins als vint-i-un no vaig marxar de casa. De tots aquests anys no en tinc cap record relatiu als seus problemes emocionals, ni recordo que en cap moment en sentís a parlar: ni que ella en digués res, ni que el meu pare ho comentés, ni que mai fos motiu de conversa amb algun germà o amb qualsevol altra persona.

D'aquells anys, suposo que el meu desconeixement del que li passava al principi era normal, a causa de la meua edat. Més endavant, durant la meua adolescència i fins al dia que vaig marxar, suposo que devia ser determinant la meua falta absoluta d'atenció, centrat com estava en mi mateix, captivat amb les meves preocupacions. Vivia al domicili familiar com si fos una pensió, sense assabentar-me del que hi passava. Durant aquesta etapa, m'imagino que si hagués sigut una mica més sensible al que m'envoltava, hauria detectat alguna cosa, com a mínim que de vegades la meua mare estava molt trista.

El cas és que entre el secretisme dels meus pares i la falta d'atenció meua, no em vaig adonar de res. Insisteixo en el secretisme perquè crec que, per molt que no m'interessés pel que passava a casa, si la malaltia de la meua mare en algun moment hagués sigut tema de conversa, crec que alguna cosa en recordaria. (1)

Durant els anys abans d'emancipar-me no vaig tenir mai la sensació que ella tingués cap problema emocional, ja que es comportava "com si no passés res". D'aquesta simulació, d'aquest esforç seu diari, no me'n vaig assabentar fins més tard. I ara, quan llegeixo notes seves en què en parla, m'impressionen moltíssim. Trobo que ha de ser molt difícil, no tenir cap ganes de viure, sentir-te del tot inútil, esgotada, incapaç de fer res, i alhora anar complint amb els mínims familiars que s'esperen de tu, que tots esperàvem d'ella.

Ens semblava el més normal del món, que anés fent tot el que feia cada dia. I de normal no ho era gens, era un immens, feixuc i dolorós esforç diari, viscut en silenci i solitud, i per tant encara més feixuc i dolorós.

Va ser poc després d'haver-me independitzat, que en vaig començar a ser conscient. No recordo exactament com, però el que sí recordo és que, a partir de llavors, els seus problemes depressius van començar a ser un tema bastant habitual de les cartes que de tant en tant ens escrivíem. Llavors jo vivia lluny, i les vegades que ens vèiem durant l'any eren comptades i breus.

La meua experiència és completament diferent de la dels meus germans petits. Ells sí que van ser del tot conscients de les oscil·lacions emocionals de la meua mare. Van créixer vivint-les de manera quotidiana, perquè la desestabilització de la meua mare llavors ja era del tot òbvia.

--

(1) Si els meus pares, mentre van poder, van amagar-nos als fills els problemes de la meua mare suposo que sobretot va ser per protegir-nos, per estalviar-nos la preocupació de ser conscients de les depressions d'ella. Un altre motiu devia ser que a la nostra família "les emocions" no eren tema de conversa, però si de cas d'això en parlaré més endavant. No sé si aquesta opció, la de l'ocultació (durant aquells primers anys) va ser la més favorable per a la meua mare. Potser ni tan sols ho va ser per a nosaltres.

## 3.4 - Depressions i eufòries

(\*) "Recordo que durant una temporada bastant llarga i sense que pugui explicar-ne la causa, cada setmana pujava i baixava. 'Avui toca', i tocava. Fins i tot el psiquiatre de torn estava desconcertat. Però va passar aquella època i vaig tornar a les temporades llargues. Amunt i avall, mesos i anys. Només volia anar al metge quan estava alta, perquè amb la depressió al damunt no tenia ànims per arribar a la consulta."

En les notes de la meva mare és aclaparador el protagonisme de les etapes depressives i de tot allò que suposaven per a ella. És cert que moltes vegades fa referències a les pujades i a les baixades, però així com de les baixades, de les depressions, en parla una vegada i una altra, donant-ne tota mena de detalls, a les pujades, a les eufòries, s'hi refereix ben poques vegades.

Els últims anys de la seva vida, els últims onze anys, que són els que vaig compartir amb ella quan vaig tornar a casa (vint anys després d'haver-ne marxat), vam parlar moltes vegades de la seva malaltia, de la bipolaritat, i el balanç és el mateix: el tema de les converses eren les depressions, i no les eufòries.

Crec que aquest fet té dues explicacions. La primera que tant la durada com la gravetat de les depressions van ser molt més importants que les de les eufòries. Els episodis d'eufòries van ser més puntuals, i a més no arribaven al descontrol absolut. De fet, quan la meva mare parlava de "pujades i baixades", de vegades crec que descrivia més unes oscil·lacions entre estats depressius molt greus i estats entremig de l'eufòria i la normalitat: estats hipomaniacs, més animats del normal però no del tot eufòrics. I quan arribava alguna veritable eufòria, era sempre "dins d'uns límits". En tornaré a parlar més endavant.

L'altra explicació sobre aquest diferent protagonisme de les depressions i les eufòries en els seus escrits i les seves converses és que les depressions, aquell desinterès per la vida, aquell dolor d'existir, li feien un pànic terrible. Pensar en les ja passades i, sobretot, pensar que poguessin tornar. Mentre que les eufòries, a banda que poguessin tenir, i tenien, conseqüències lamentables, mentre duraven eren esplèndides: amb aquella immensa energia, aquells munts d'idees, aquella rapidesa de pensament, aquell sentiment de vitalitat i d'alegria...

El problema més gran de les eufòries no eren les eufòries, sinó les seves conseqüències, tots els embolics que provocaven. I sobretot, "la principal conseqüència": a causa del desgast originat per aquella activitat frenètica, a causa de l'insomni, de l'exhauriment vital, s'acabava precipitant un altre cop en el pou de la depressió: des de dalt de tot queia al fons de tot.

Però si no haguessin tingut conseqüències, ella potser ja s'hi hauria quedat ben a gust, a dalt de tot, en l'estat eufòric. Bé, ella i qualsevol persona, perquè si t'ho estàs passant meravellosament bé, si tens aquest sentiment d'omnipotència, d'extrema clarividència i felicitat, si sents una energia inesgotable (ja no et cal ni dormir!), per quin motiu hauries de voler abandonar aquest estat? Passar-s'ho bé agrada a tothom, i quan estàs eufòric t'ho passes molt bé! Te n'oblides, que una eufòria, per definició, és sempre excessiva, descontrolada, i que sempre passa factura. (1)

He dit "m'imagino", "suposo"... Per sort, no vaig heretar la fragilitat emocional de la meva mare, i crec que també per sort, no m'ha atret mai el consum de substàncies psicoactives, ni les il·legals ni les legals, que és l'altra forma d'accedir a aquests estats. Per aquest motiu, sobre aquest tema "dels estats alterats de la consciència",

siguin a causa d'un trastorn mental o d'un consum de substàncies, només en puc parlar a partir del que he sentit explicar o llegit. A partir de les experiències dels altres.

No recordo la meva mare parlant de les eufòries amb preocupació, sinó més aviat amb un somriure. Sabia que li complicaven la vida, i que mentre duraven també la complicava als altres, però s'ho passava tan bé...

Si la meva mare només hagués tingut de tant en tant estats eufòrics, és a dir, si hagués viscut oscil.lant entre la normalitat i les eufòries (o la hipomania, entonada però sense arribar a l'eufòria), si hagués viscut sempre així, sense caure mai en les depressions, m'imagino que no se li hauria passat mai pel cap intentar escriure un llibre sobre els seus estats emocionals.

--

(1) Mercè Ponce, bipolar, ho explica així: "Aquesta energia que tens (...) Et sents capaç de tot, és una passada!". És un dels molts testimonis recollits per Berta O. Peig al documental "Amunt" (2014), dedicat a la fase eufòrica de la bipolaritat. "És com si tingués els sentits amb un amplificador", "és el millor de tot", "és fantàstic", etc.

## 3.5 - Sobre els ingressos

(\*) "Sóc bipolar. Abans d'aquesta malaltia en deien maniaco-depressiva."

He parlat del diferent protagonisme de les eufòries i les depressions en els escrits de la meva mare. He dit també que els seus estats eufòrics, per molt que poguessin trasbalsar la seva vida i la vida de la gent que l'envoltava, mai no van passar d'uns determinats límits. De fet, em pensava que no havia estat mai ingressada a causa de les eufòries, però fa poc vaig descobrir que sí que ho havia estat, i es veu que més d'un cop. Es veu que va ser amb l'objectiu de fer-la dormir després de dies d'insomni a causa de l'eufòria, de dies seguits passant-se les vint-i-quatre hores desperta i amb una activitat frenètica:

"Durant una depressió un no es pot moure. Durant una fase maníaca un no pot parar de moure's." Mark S. Gold (1)

Segons sembla els ingressos van ser amb el seu acord. De manera que sí que va ser ingressada, però mai contra la seva voluntat. Per sort, els ingressos forçats la meva mare se'ls va poder estalviar. I el meu pare, perquè passar per aquests tràngols d'haver de gestionar l'ingrés forçat d'un familiar és molt dur. Una altra cosa és que de vegades sigui inevitable arribar a aquest extrem.

A banda d'aquests ingressos fets sobretot amb l'objectiu que dormís, que descansés, no sé si en alguna altra ocasió el meu pare, desbordat per la situació i sense saber com gestionar-la, es va arribar a plantejar un altre tipus d'ingrés. Sobre aquest tema, i sobre tants altres temes, he recollit testimonis no coincidents, per això faig servir sovint els "crec", "potser", etc.

En algun moment també he pensat que potser als meus germans, per no espantar-los, el meu pare els va dir que la ingressaven per fer una cura de son, per no haver-los de dir que l'ingressaven perquè estava embogida, psicòtica. En qualsevol cas, fos exactament un o l'altre el motiu dels ingressos (o els dos alhora), van ser ingressos puntuals i breus, i el meu pare en general va anar trobant la manera d'anar trampejant la situació, malgrat les moltes distorsions, angoixes i dubtes que de vegades originava la conducta de la meva mare, sobretot en els moments més eufòrics.

Que això anés així d'una banda va ser mèrit, per descomptat, del meu pare. I d'una altra banda suposo que va ser gràcies al fet que les eufòries de la meva mare, tal com he dit, no van arribar mai a segons quins extrems. Per exemple, m'imagino que si hagués tingut deliris com el de voler-se llençar per una finestra pensant-se que era un àngel o un colom (havia tingut idees d'aquestes, però no delirants), o la idea de deixar el meu pare per anar-se'n a viure amb el primer desconegut que hagués trobat pel carrer, o hagués intentat invertir el patrimoni familiar en ves a saber quin projecte sense solta ni volta, les coses haurien anat diferent. Els tres exemples que he posat no encaixen amb la seva biografia, però són motius habituals d'ingressos de persones bipolars durant les eufòries.

Un altre motiu d'eventual ingrés hauria estat algun intent de suïcidi, un altre aspecte que tampoc encaixa amb el perfil d'ella, ja que malgrat les inexistent ganes de viure durant les depressions, o fins i tot les ganes de morir, la idea del suïcidi no la va contemplar mai.

Cap d'aquests quatre supòsits, perill de suïcidi a causa de la desesperació, perill d'autodestrucció a causa d'un deliri, perill de pèrdua del seu rol familiar a causa de

relacions extramatrimonials impulsives o perill de gestió imprudent del patrimoni familiar, van existir en el cas de la meua mare. I això va facilitar que la gestió dels seus extrems emocionals es pogués mantenir pràcticament sempre dins de l'àmbit familiar.

--

(1) Mark S. Gold. Buenas noticias sobre la depresión. Javier Vergara Editor, 1987 (p. 270)

## 3.6 - Els diners

"Però avui, si més no, conservo el seny (...) i això és magnífic." Terri Cheney (1)

A diferència d'altres persones bipolars, la meva mare no va protagonitzar mai cap daltabaix econòmic. Sí que alguna vegada, en moments d'eufòria, va fer compres exagerades, absurdes, de vegades de bastants diners, però en qualsevol cas eren despeses insignificants, comparades amb els diners que guanyava el meu pare. En una altra família amb una situació més precària, aquelles mateixes despeses haurien pogut complicar molt la situació, fer-se potser insuportables, però en el seu cas no va ser així.

De fet, crec que si la situació econòmica familiar hagués sigut diferent, més precària, els excessos de la meva mare també haurien sigut més moderats. No només perquè els diners disponibles haurien sigut més pocs, sinó també per la seva manera de ser. (2)

Pel que fa a aquest tema dels diners la meva mare havia tingut una educació molt austera, tot i pertànyer a una família benestant. Quan passava per una fase eufòrica, amb el tema dels diners es podia descontrolar relativament, només relativament perquè la seva manera de ser seguia sent la mateixa, alterada però essencialment la mateixa. Això, per descomptat, li va ser molt favorable, ja que li va limitar les possibilitats de complicar-se la vida de manera important per aquesta banda. De fet, els seus excessos durant aquestes etapes més descontrolades després es recordaven més com a anècdotes divertides (encara que de vegades impliquessin imports elevats) que com a fets conflictius de greus conseqüències.

D'altra banda, encara que la meva mare tingués bastanta llibertat a l'hora de gestionar els diners, qui en última instància tenia el control dels diners era el meu pare. I val a dir que, quan van arribar les crisis emocionals de la meva mare, l'existència d'aquest control va ser un factor positiu, ja que va contribuir a evitar alguns possibles enurts. (3)

--

(1) Terri Cheney. Bipolar, memorias de un estado de ánimo. Santillana, 2011 (p. 364)

(2) A banda de l'existència d'un estat mental alterat en un moment donat, a l'hora d'actuar són determinants els trets de la personalitat de cadascú. I aquests trets varien amb les oscil·lacions emocionals, però no desapareixen, perquè conformen patrons molt arrelats.

(3) Sobre aquest tema dels diners hi ha un altre aspecte indicatiu de la manera de ser d'ells, dels dos. Al llarg dels anys en van donar molts, segons les èpoques amb diferents criteris. Era un tema del qual ells no en parlaven, però en recordo alguns casos. Per exemple, algunes de les minyones o dones de fer feines que teníem i que vivien a casa, quan es van casar, com a regal de bodes els meus pares els van regalar un pis.

## 3.7 - El punt de vista

"Si et poses una meta inassolible el primer que sentiràs és ansietat, perquè per molt que t'esforcis no l'assoliràs mai. Aquesta ansietat et farà minvar el rendiment, et traurà motivació, i estaràs més ansiós perquè et veuràs més allunyat dels teus objectius. L'impacte final de tot això és la depressió." Walter Riso (1)

En els capítols anteriors he parlat del secretisme, del diferent protagonisme de les depressions i les eufòries, dels ingressos, dels diners. En conjunt he fet descripcions dels temes, més que formular-ne opinions. De tota manera, sóc conscient, tal com deia Nietzsche, que "no hi ha fets, sinó interpretacions". Ara, a més, interpretaré de manera explícita.

El meu punt de vista sobre els problemes emocionals de la meva mare és que era una persona amb una fragilitat biològica, que aquesta fragilitat va romandre asimptomàtica fins als trenta anys, que es va manifestar a causa de les seves dificultats per gestionar la seva vida i que es va cronificar pel mateix motiu.

El meu punt de vista inclou que un element fonamental per entendre les dificultats de la meva mare per gestionar la seva vida és el seu matrimoni. D'una banda per la manera de ser del meu pare, d'altra per les responsabilitats inherents al fet de ser mare. Per tant, com que el tema d'aquests escrits són les depressions de la meva mare, haig de parlar també del meu pare i de la vida familiar.

Els meus pares es van casar el 1950, en ple nacionalcatolicisme, en un moment en què els drets de les dones estaven molt retallats. No era només una qüestió de costums sinó també de lleis. El franquisme havia eliminat els avenços legislatius aconseguits durant la República, i de les dones el que s'esperava era sobretot que fossin casolanes i submises:

"Existeix una potestat de direcció, que la Naturalesa, la Religió i la Història atribueixen al marit, dins d'un règim en el qual es recull fidelment la tradició catòlica que ha inspirat sempre i ha d'inspirar en endavant les relacions entre els cònjuges." Preàmbul de la Llei espanyola del 24 d'abril de 1958 (2)

Per exemple, les dones casades no podien treballar sense el permís del marit, ni obrir un compte corrent sense la seva autorització, ni llogar un pis, ni treure's el passaport. El lloc de residència havia de ser sempre el que decidís el marit, i era ell qui tenia la pàtria potestat dels fills, fins al punt que els podia donar en adopció sense el consentiment de la mare.

El meu pare era un marit com molts dels marits d'aquella època, convençut del seu paper superior dins del matrimoni, i per tant també convençut del rol subordinat de la dona. Com que n'estava convençut, actuava en conseqüència, ja que pensava que era el millor que podia fer. No només el millor, sinó també la seva obligació.

La relació entre els meus pares no era horitzontal, igualitària, sinó vertical. Podria haver sigut també vertical però no tan negativa per a la meva mare si el meu pare hagués entès la manera de ser d'ella, les seves particularitats i necessitats. Però no va ser així, ell es va passar tota la vida pensant que havia d'aconseguir que ella fos diferent de com era. I això va fer que les seves vides fossin molt difícils. I que la meva mare, incapaç de suportar aquella pressió, acabés convertint les seves dificultats en depressions.

Tal com he dit més amunt, aquest és el meu punt de vista.

--

(1) Walter Riso. La Vanguardia, 28-3-2016

(2) Cita recollida per José Antonio Marina i María de la Válgoma a La lucha por la dignidad, Anagrama, 2000 (p. 130).

## 3.8 - Estimar

"Estimar no és només voler, és sobretot comprendre." Françoise Sagan

Els meus pares es van casar un 15 d'abril. A més de celebrar cada any el seu aniversari de casament, també el celebraven el dia quinze de cada mes: aquest dia anaven junts a missa a primera hora del matí, i al sortir anaven a esmorzar a algun bar o granja. Va ser un ritual que van mantenir sempre, i que fins i tot un cop mort el meu pare la meva mare va conservar durant els set anys que el va sobreviure.

Els meus pares s'estimaven, es tractaven amb respecte, amb afecte, i una de les manifestacions de la seva estima eren els diferents rituals que compartien, uns rituals que sens dubte contribuïen a que se sentissin més a gust entre ells.

El meu pare estimava la meva mare, li agradava com era ella. Per exemple, al meu pare li agradava molt que la meva mare fos atractiva, decidida, vital, simpàtica, bona persona, lleial. També li agradava la seva faceta religiosa, i que volgués tenir fills. Però alhora, alguns trets de la personalitat de la meva mare no li agradaven. Eren trets que a ell li semblaven negatius, però que d'altra banda el preocupaven només fins a un cert punt: estava convençut "que ella ja canviaria". (1)

Estimar la meva mare per al meu pare també volia dir confiar en que ella canviés, esperar que ella acabés sent com ell creia que havia de ser. Ell sabia "perfectament", com havia de ser una esposa, la seva dona, i volia que la meva mare fos així. Val a dir que en això no la va enganyar, ja que abans de casar-s'hi ja li ho deia. (2)

La meva mare es va esforçar sempre, des del primer dia de casada, per ser aquella dona que no era però que el meu pare volia que fos. Ella estimava el seu marit, volia que ell pogués aconseguir les seves il·lusions... El problema era que, perquè ell aconseguís les seves il·lusions (que incloïen aquell model d'esposa) ella, sense saber-ho, s'havia d'immolar.

Durant molts anys, ella no es va adonar de la trampa, de la impossibilitat d'aquell objectiu: fer-lo feliç a ell (en relació amb la seva expectativa cap a ella) i alhora ser feliç ella. I quan potser se'n va començar a adonar havien passat molts anys, tot era ja molt complicat.

Ell crec que mai no es va adonar d'aquest conflicte impossible de resoldre. Però no ho puc assegurar, perquè així com amb la meva mare al final de la seva vida vaig tenir moltes ocasions per parlar-hi, quan vaig retrobar el meu pare ell ja estava molt malament, amb l'alzheimer molt avançat.

--

(1) A diferència del meu pare, a la meva mare li va costar bastant decidir-se a casar-se amb ell, va dubtar durant anys.

(2) El problema és que quan fem servir la paraula "estimar" cadascú li atribueix un significat diferent. Com que amb aquest tipus de paraules el diccionari no ajuda gaire, adjunto una deficiència que a mi m'agrada: "estimar consisteix en estar atent, i desitjar que l'altre pugui empaitar les seves il·lusions, expandir les seves potencialitats". Segons aquesta definició (per descomptat subjectiva), el meu pare no va estimar bé la meva mare. En canvi, segons la mateixa definició (la d'afavorir les potencialitats i anhels de l'altre), la meva mare segurament va estimar massa el meu pare, dic que massa perquè, en l'intent que ell pogués assolir el que volia, ella es va anul·lar.

### 3.9 - Al revés

"Estava caient en un pou i no me'n vaig adonar. No sabia tampoc que fos tan profund. (...) Era com si, encara que conservés l'embolcall, m'hagués desintegrat per dins." Assumpta Roura (1)

Què hauria passat si, des que es van casar, no hi hagués hagut una relació de subordinació de la meva mare al meu pare? Què hauria passat si haguessin establert una relació més equilibrada? Què hauria passat si ella no hagués anat interioritzant un complex d'inferioritat en relació al meu pare? Què hauria passat si no hagués viscut en una societat tan masculista? Què hauria passat si hagués pogut seguir sent més com ella era, en lloc d'intentar ser com el meu pare i la gent que els envoltava esperaven que ella fos? Què hauria passat si...?

El que hauria passat és que les coses, segurament, haurien sigut diferents. Ara bé, com que hi ha persones que de vegades relativitzen la importància d'aquest tipus de preguntes, potser una forma de ressaltar aquesta importància és plantejar la situació d'una altra manera. Per exemple:

¿Què hauria passat si el meu pare hagués viscut en una societat matriarcal, i s'hagués casat amb una dona que tenia les idees molt clares, amb una dona que sabia molt bé com havia de ser un marit, és a dir, "com havia de ser ell"?

¿Què hauria passat si el meu pare s'hagués casat amb una dona així, que estigués esperant sempre d'ell que fos d'aquella manera ideal (ideal segons ella), tot i ser ell d'una manera completament diferent, tot i ser-li impossible ser com ella esperava que fos, tot i omplir-lo d'angoixa i de frustració no ser capaç de satisfer les expectatives d'ella?

¿Què hauria passat si tota la gent que l'envoltava, els pares d'ell i els pares d'ella, i els seus amics, i el seu confessor, i els autors dels llibres que llegia, tothom li estigués dient sempre que ell havia de canviar, que havia d'intentar satisfer les expectatives d'ella?

¿Què hauria passat si tots els referents socials, els costums, les lleis, haguessin empès el meu pare en aquella direcció, sense que fos capaç de veure cap altra alternativa?

Què hauria passat? Hauria estat disposat a deixar de ser ell mateix i ser tal com la seva dona esperava que fos? I si ho hagués fet, quin hauria sigut el preu?

--

(1) Assumpta Roura. Hasta luego, tristeza; autobiografía de una depresión. Planeta, 2000 (p. 17, 90)

## 3.10 - Fallar

(\*) "Repasant la meva vida m'adono que potser ell es va equivocar al pensar en un matrimoni ideal, sense adonar-se que no existeix la parella perfecta. Al constatar jo cada dia que no aconseguia ni aconseguiria mai el que ell esperava de mi, em va anar venint una profunda tristesa que va acabar en una terrible depressió. Ell va complir, però jo vaig fallar."

La meva mare oscil.lava entre el paper o sensació de fracassada-culpable i el de crítica-acusadora. En les seves notes els dos papers estan ben representats. En aquesta nota representa el primer, i la conclusió és aquesta: "Ell va complir, però jo vaig fallar."

Però què vol dir fallar? Fallar és "no fer allò que l'altre espera que facis"? Si no compleixes les expectatives de l'altre, falles? Fan por, aquestes idees, perquè així la teva autoestima i la teva estabilitat emocional no depenen de tu, sinó que depenen de la valoració que l'altre fa de tu.

I d'altra banda, ell va complir? Per què? ¿Va complir perquè va seguir les seves pròpies regles del joc, les que ell havia adoptat d'acord amb els patrons masculins de l'època? Complir era això? ¿No hauria sigut una manera millor de complir (si és que la paraula complir és l'adequada) ser capaç de tenir l'empatia i la lucidesa necessàries per veure "realment" la dona amb la qual s'havia casat? Veure-la tal com era i, evidentment, acceptar-la, sense intentar canviar-la.

A continuació del fragment anterior ve aquest altre fragment:

(\*) "Això que s'explica en quatre ratlles va durar anys, va venir de mica en mica, sense que gairebé no ens n'adonéssim, ni ell ni jo. Si ell hagués intuït que les seves, diguem-ne, exigències diàries influïrien d'aquella manera en la meva vida, mai..."

Els punts suspensius són literals. Aquesta frase, amb redactats molt semblants, inclosos els punts suspensius finals, surt en dues notes més. Amb la facilitat per escriure que tenia la meva mare, sobta molt que aquesta frase, quan apareix, sempre quedi inacabada, amb els punts suspensius.

Des de la seva faceta admirativa cap al meu pare, és probable que ella pensés "que ell ho havia fet tot perfecte". I si ho havia fet tot bé, no hi havia motiu per esperar cap canvi d'actitud d'ell. De manera que començava la frase... i suposo que llavors s'adonava que era una frase que no tenia sentit, i quedava inacabada.

Des de la faceta crítica, podria ser que no acabés la frase perquè de fet no s'ho cregués, el que estava a punt d'escriure, és a dir, que el meu pare hagués pogut actuar diferent. És molt possible que pensés que el meu pare era incapaç d'actuar d'una altra manera, no ja perquè "ho fes sempre tot bé" (ara estem en la faceta crítica, des de la que li podia veure pegues) sinó senzillament perquè creia que no era possible, que ell pogués arribar a entendre bé el problema, condicionat com estava per l'educació que havia rebut i per les seves idees. I per tant aquesta incapacitat de comprensió feia també impossible un eventual canvi d'actitud.

Quan dic entendre el problema em refereixo només a això, a entendre que hi havia una relació entre la pressió que, amb les seves expectatives (el seu model d'esposa) ell exercia sobre la meva mare, i l'ansietat i els estats depressius que a ella li provocava no ser capaç de satisfer aquelles expectatives. Em refereixo només a

entendre aquesta relació de "causa-efecte".

Vull dir que aquí no em refereixo a la capacitat de "sentir" el que sentia ella quan estava en el pou de la depressió. Perquè això segurament és impossible, per molt que un s'hi esforci, si no s'ha passat també per estats ansiosos i depressius. Però aquesta és una altra història, de la que si de cas ja en parlaré més endavant.

## 3.11 - El meu pare i jo

(\*) "Només de pensar en posar un got de llet al microones m'entra angoixa i sequedat de boca, i penso que no puc, que no puc, que no puc. Després amb molta força de voluntat aconsegueixo posar la llet al got i ficar-lo al microones, però la feina em resulta esgotadora."

Quan ja feia un temps que estava al cas dels problemes de la meva mare un dia vaig escriure-li una carta dient-li, a grans trets, el mateix que més o menys ara penso i escric, sobre la seva relació amb el meu pare, sobre la incapacitat d'ell per a entendre-la, i de com l'afectava a ella aquesta situació. Segurament ho deia pitjor que ara, amb més duresa, perquè llavors amb ella tenia encara una actitud combativa. Encara no havia sabut alliberar-me d'aquella forma difícil i cantelluda de relacionar-me amb ells (amb el meu pare em passava igual). Era un tipus de relació que no m'agradava, però que se m'havia quedat enquistada.

Al cap d'un temps vaig saber que el meu pare també havia llegit aquella carta, i que li havia dolgut. I llavors el vaig escriure a ell, amb el propòsit sobretot d'asserenar la situació, parlant només de totes les coses que valorava d'ell. Perquè el meu pare, encara que no entengués la meva mare, era una bona persona, amb molts aspectes positius.

M'hauria agradat haver trobat aquella carta, la segona, adreçada al meu pare, perquè encara que fos conciliadora dubto que pogués ser molt càlida, ja que llavors això de la calidesa no era precisament el meu fort. Suposo a més que el que li deia en aquella carta elogiosa ell estava acostumat a sentir-ho: era una persona ben valorada i la gent que el coneixia parlava bé d'ell.

En canvi, el que deia d'ell en la primera carta dubto que li hagués dit gaire gent. Potser ningú, fins llavors. No era fàcil enfrontar-se al meu pare, ja que la seva seguretat i energia imposaven.

Va ser oportú escriure aquella carta a la meva mare? Ho va ser que ella l'ensenyés al meu pare? Si ell no podia entendre aquells punts de vista, tenia alguna utilitat parlar-n'hi?

Si penso en aquell episodi, m'imagino que si ara m'hi tornés a trobar faria més o menys el mateix. Perquè el sofriment de la meva mare era ben real. Si de cas, el que intentaria seria fer-ho millor. Suposo que procuraria expressar-me sense tanta duresa, amb més empatia, però alhora sense renunciar a la claredat.

Hi ha una altra raó per explicar que no em senti del tot a gust amb aquell episodi. Jo vivia lluny, veia els meus pares amb comptagotes, vaig escriure una carta contundent... i vaig seguir vivint lluny, en tots els sentits, geogràficament, i també mentalment, recordant-me només dels meus pares de tant en tant. De fet, tenint-los bastant oblidats.

Mentrestant, ells es seguien enfrontant cada dia a la difícil realitat quotidiana que els tocava viure. La meva mare, sovint confusa i emocionalment inestable. El meu pare, d'una banda intentant ajudar-la amb tota la bona intenció del món (per exemple, buscant els millors psiquiatres, ja que pensava que el problema era només mèdic i que, per tant, l'havien de resoldre els metges). I d'una altra banda, sense adonar-se'n, alhora contribuint a les seves desestabilitzacions, a causa de la seva dificultat per entendre la manera de ser d'ella. Tot era molt complicat.

## 3.12 - Les cartes del meu pare

(\*) "Rellegint ara les seves cartes d'enamorat m'adono que ell es va enamorar de l'ideal forjat en la seva imaginació, al qual anava afegint tots els valors de la dona perfecta. Ell, del tot enamorat, volia aconseguir de mi fos com fos el que jo no li podia donar. I el que va aconseguir va ser arrosegar-me a la malaltia més terrible de totes."

Conservo més de dues-centes cartes escrites pel meu pare a la meva mare abans de casar-se. En general no duen data, tot i que suposo que la majoria deuen correspondre a l'últim any de festeig (els mesos abans de casar-se s'escrivien gairebé cada dia). La meva mare les guardava, i de vegades en rellegia alguna. (1)

D'aquestes més de dues-centes cartes del meu pare n'he llegides unes vint, triades a l'atzar. Els fragments de més avall estan trets d'aquestes vint cartes. En totes les cartes li diu que l'estima molt i que no pot viure sense ella. I alhora, com si fos una mateixa cosa, també li va dient:

"Sempre ha sigut propi de nobles i cavallers protegir el desvalgut i l'humil. Per aquest motiu sempre et voldré veure submisa i humil, que són els moments que el cor es vessa més cap a tu. Quan rebrota el teu geni i amor propi, o només la personalitat mal entesa, em produeix efectes quasi contraris, perquè aquestes reaccions són contràries a la feminitat pura."

"Escolta nina; la por que tinc de perdre't és degut a la creença de vegades que a tu et vindrà costa amunt emmotllar-te a la meva vida."

"Creus que si de vegades et renyo és pel gust de renyar-te? No, és perquè voldria veure en tu, tots els instants, detalls de delicadesa i familiaritat, que sense adonar-te'n oblides."

"Eleva't i veuràs com amb la mirada domines més extensions, i com més t'elevis més horitzó veuràs; el cor se t'eixamplarà i tot el que no sigui jo ho trobaràs buit."

"Tinc de renyar-te molt i dir-te moltes coses."

"M'agradaria saber de tu a cada moment, encara que aquests dies, dissimuladament, portis pantalons d'home. Estic segur que al meu costat sols aspiraràs a ser el més femenina possible."

"Tens de reconèixer que amb els teus dubtes em dones molt poc valor. Per què em pegues? Confio que demà m'haurà marxat una mica el senyal de la teva bufetada. O en rebré encara una altra?" (2)

"Només has de tenir una finalitat, o un nord, i aquest és estimar-me amb igual o més intensitat que jo."

"No agafis fums perquè encara et falta molt camí per fer."

"Sobretot no diguis paraules lletges. Una capsa no és mai una capsota, si de cas una capseta. Fes servir sempre paraules bufones."

"No m'agrada que robis raïms. Te n'has de confessar."

"Nina, et vull de tot cor, però tinc poca paciència; ¿saps que quan el marit no en té, és la muller qui n'ha de tenir per tots dos?"

--

(1) Abans de casar-se la meva mare escrivia al meu pare amb la mateixa freqüència, però aquestes cartes no s'han conservat.

(2) Aquest "pegar" per descomptat és figurat; la meva mare li devia haver dit (escrit) alguna cosa que el contrariava, i llavors ell "se sentia pegat"...

### 3.13 - Fills... i filles

(\*) "Els fills? La majoria bastant semblants al pare pel que fa a l'esperit crític. No s'adonaven de l'esforç de la seva mare per fer-ho tot bé, només veien les equivocacions, que eren i són moltes. Educats en una estricta severitat, exigien el que se'ls demanava a ells, i la dictadura imperant no era el medi més apropiat de cara a alleujar la depressió de la mare."

Ja he dit que jo no vaig viure amb la meva mare durant els seus pitjors anys. Crec que el seu comentari (de vegades escrivia així, en tercera persona) és del tot encertat en relació a mi, però no sé si és just en relació a d'altres germans. Durant aquells anys més dolents, crec que hi van haver germans o germanes que van estar bastant pendents de la meva mare. No sé si amb una actitud òptima segons les necessitats d'ella, però si amb una actitud atenta.

En casos així, tan difícils, tenir una actitud adequada no és gens fàcil. I tenint present que alguns dels meus germans llavors eren molt joves, fins i tot petits, crec que s'ha d'anar amb compte, perquè les generalitzacions són arriscades. D'altra banda, quan es refereix als fills ella ja diu "la majoria", de manera que se sobreentén que hi podia haver diferències.

De fet, en alguna altra nota la meva mare recordava, per exemple, la insistència d'una filla per tal que no deixés d'anar a la piscina. I ho recordava amb agraïment, en la mesura que la meva mare tenia present que en els pitjors moments depressius, mantenir un mínim de rutines, encara que li suposessin immensos esforços (unes rutines que incloïen la piscina diària), l'ajudaven a que el seu estat no fos encara pitjor. Reprendré més endavant aquest tema del sentit positiu de les rutines.

En un altre moment escriu: "Gairebé no faig res a casa, tots em cuiden i m'estimen". En el conjunt de les seves notes aquest tipus de comentaris tenen un protagonisme discret. Però hi són. Com per exemple quan, en un altre moment, parla d'una filla que durant una fase eufòrica hi ha dies que deixa d'anar al col·legi, per tal de poder estar al cas del que passa. Són exemples que segurament no contradiuen la nota inicial, però que la complementen.

I ja que ve a tomb, aprofito per fer un aclariment. Tal com queda de manifest amb els exemples que acabo de posar, la meva mare tenia fills "i filles". Jo en general parlo dels fills, però "elles" també hi eren, i el seu protagonisme familiar era, com a mínim, igual d'important. (1)

--

(1) No he optat per la utilització general al llarg del text del "germans i germanes", tot i que la doble referència potser hauria sigut més justa. D'altra banda, la meva intenció és parlar poc dels meus germans i germanes, al final de tot explico una mica més el motiu d'aquest silenci o discreció.

## 3.14 - La convivència

(\*) "Tan bé que estava ahir. I el malament que estic ara."

Les eufòries i les depressions de la meva mare no les vivia tothom igual. Al meu pare es veu que li feien més por les eufòries, i als meus germans, als que encara no s'havien emancipat, les depressions. Tots desitjaven que ella es mantingués estable, però si perdia l'estabilitat, segons cap a quina banda la perdés era viscut de manera diferent.

Al meu pare per descomptat no li agradava la tristesa, però entre les depressions i les eufòries d'ella, es veu que preferia les depressions (o si més no, això és el que de vegades deia la mave mare, dolguda). Suposadament, ell preferia aquests estats apagats perquè, llavors, tot estava més controlat, no hi havia ensurts. Era molt dur, però alhora tot era més previsible.

En canvi, als meus germans les depressions se'ls feien insuportables, amb la meva mare absent, profundament trista, estirada al llit amb els ulls com de vidre. Entre les depressions i les eufòries, ells preferien les eufòries, encara que fossin caòtiques, ja que llavors la meva mare estava contenta, fent mil coses, sovint esbojarrades, passant-s'ho bé.

Explicat així, pot donar la sensació que estic dient que el meu pare era insensible: "Mira com era, preferia veure-la anul.lada al llit que passant-s'ho la mar de bé a causa de les eufòries". Però aquesta seria una lectura molt superficial, perquè seria una lectura "aïllada del context". Reconec que jo mateix, durant un temps, vaig caure en la trampa d'aquesta lectura superficial.

El meu pare i els meus germans vivien amb la meva mare, però és evident que els papers de cadascú eren molt diferents. Suposo que la principal preocupació dels meus germans era la supervivència personal, intentar que no els trasbalsés massa tot el que li passava a la meva mare.

Des d'aquesta perspectiva sense responsabilitats, era molt més fàcil i agradable viure les etapes d'eufòries, plenes de rialles i d'idees divertides (i també d'alguns ensurts), que no la depriment i permanent tristesa de la depressió, aquella mena de forat profund i negre que alhora contaminava i xuclava la tranquil.litat i l'equilibri de la gent que l'envoltava:

"Tothom sap que les emocions i els estats d'ànim s'encomanen. Una persona deprimida deprimeix els altres sense haver fet res per a produir aquest efecte." Alexander Lowen (*La depresión y el cuerpo. Alianza editorial, 1982*)

En canvi, el meu pare era el responsable que aquell vaixell familiar en què estaven tots embarcats (matrimoni i fills no emancipats) seguís navegant. Decantat cap a una banda o cap a una altra, però surant, navegant, amb independència de la mala mar que fes. I de vegades, la mala mar era molta. I ell anava fent el que podia, de la millor manera que sabia.

Els fills, quan podíem, anàvem marxant, tots. Marxàvem els fills, però ell estava sempre allí, com a responsable principal i permanent.

Si em poso en el lloc del meu pare, jo no sé què hauria preferit, què hauria fet. Potser el mateix que ell. No ho sé.

## 3.15 - Cartes bomba

"Carta echada, no puede ser retirada." Refrany castellà

Un cop ja independitzats, una de les coses que ens posaven en estat d'alerta a mi i als meus germans era trobar un dia, a la bústia, una carta de la nostra mare. I encara ens inquietava més si anava dirigida a la nostra parella.

La meva mare, sobretot quan estava eufòrica, o hipomaníaca (amb un punt d'eufòria), era capaç d'escriure unes cartes explosives, de vegades devastadores, unes cartes que en general els fills havíem après a relativitzar, sense donar-los massa importància, però que a les respectives parelles de vegades se'ls entravessaven molt.

La meva mare sovint oscil.lava entre el blanc i el negre, sobretot en relació a alguns temes. Fins i tot quan estava estable, no només en els moments hipomaníacs o eufòrics. Era la seva manera de ser; de vegades li costava molt ser objectiva. Li costava acceptar les divergències, pactar acords, arribar a consensos. Estava convençuda de tenir la veritat absoluta (això quan no era el cas contrari, que dubtava de tot perquè estava en una fase depressiva). De manera que qualsevol discrepància o desviació nostra respecte del que a ella li semblava correcte (sobretot en temes clau, com per exemple l'educació dels fills, els seus nets), si coincidia amb algun dels seus episodis alts, eufòrics, desencadenava la seva reacció. Habitualment en forma de carta: s'esbravava escrivint allò que "estava convençuda" que havia de dir, que era la seva obligació dir.

A continuació ho ensobrava, ho tirava a la bústia... i al cap d'un o dos dies explotava la bomba atòmica a casa del destinatari, ja fos un fill, la germana de la meva mare, els seus germans... o la meva àvia, que patia moltíssim amb les oscil.lacions emocionals de la meva mare (o qualsevol altre parent o persona que s'hagués situat en el punt de mira de la meva mare).

Aquelles cartes feien mal. I sovint, més aviat o més tard, d'una manera o una altra, a la meva mare li arribava la reacció. Com si hagués llençat un bumerang, se n'hagués oblidat i, llavors, li arribés de manera inesperada l'impacte per l'esquena. Quedava estabornida, desconcertada. I sobretot dolguda. Com era que la tractaven així? Per què?

No ho entenia. No s'adonava de la seva provocació inicial, se sentia incompresa, injustament maltractada. Se sentia malament, i llavors l'energia de l'eufòria se li començava a esvaïr. Es començava a desinflar, i anava davallant un altre cop cap al pou de la depressió.

Parlo de les cartes com a exemple de les seves accions de vegades molt invasives, i en parlo també per explicar com ella gestionava les reaccions dels altres a les seves intervencions. Crec que les seves crisis depressives, en alguna mesura, sovint estaven relacionades amb episodis d'aquests. Crec que encara que ella no en fos conscient, molts cops havia contribuït inconscientment a forjar el context favorable per caure després en els estats depressius que tant pànic li feien.

Amb aquesta argumentació no vull fer-la a ella responsable de les seves crisis, seria una simplificació molt elemental. Prou feina tenia, havent de conuiuïre d'una banda amb el seu caràcter, i d'una altra amb la seva vulnerabilitat pel que fa a les exagerades oscil.lacions anímiques. Però aquesta relació i aquestes reaccions existien, i crec que en casos així, mirant de no culpabilitzar ningú, és bo intentar ser-

ne conscients.

El problema és que les persones bipolars potser necessitarien dues vides, ja que durant la primera de vegades ja tenen prou feina tot intentant arribar a entendre què els passa. No són fàcils, els aprenentatges que els cal fer per tal de tenir sota control la seva vida, sense que la vida, descontrolada, les governi a elles.

No els és fàcil entendre's, i no és fàcil que els altres les entenguin (sobretot quan s'està en el punt més profund de la depressió o en el més esbojarrat de l'eufòria). I aquesta doble incomprensió, la pròpia i la dels altres, les fa molt vulnerables.

Segurament, els familiars, els amics o coneguts de persones bipolars, també necessitaríem dues vides, per tal de ser capaços d'arribar a gestionar una mica millor, sense desesperar-nos (i sense empitjorar les coses amb la nostra incomprensió), la relació amb la persona que estimem.

## 3.16 - Simplificacions interessades

"Ni la contradicció és indicatiu de falsedat, ni la falta de contradicció és indicatiu de veritat."  
Blaise Pascal

Abans he dit que algunes actuacions de la meua mare de vegades estaven relacionades amb els episodis conflictius en què després es veia immersa, els quals, desestabilitzant-la, acabaven arrossegant-la cap als estats depressius. El perill és, d'això, fer-ne una generalització.

És obvi que segons quines iniciatives seves li complicaven la vida, i que com a conseqüència d'aquestes complicacions, augmentava la seva vulnerabilitat, i que com a conseqüència d'aquesta vulnerabilitat augmentada, era més fàcil que es decantés cap un dels seus estats emocionals extrems.

Per exemple, per a ella era un motiu molt gran de frustració que no tots els fills haguéssim sortit "religiosament ben encarrilats":

(\* ) "Tots els fills sans i forts de cos i ànima. Bé, això ho deia fa uns anys, quan eren petits. Ara, Senyor, tot ha canviat. Ha canviat a pitjor. Com és possible, Déu meu? Són fills nascuts de les meves entranyes, als quals, ajudats amb el teu buf diví, els hem donat la vida. Com és possible que no et vulguin, Déu meu? Si, per a mi, l'únic ets Tu. (...) Déu meu, i jo els he donat la vida, perquè acabin renegant de Tu. Què puc fer, Déu meu?"

Això la feia patir, i molts cops aquesta preocupació per l'esgarriament religiós d'algun dels fills era el principal motiu de les seves cartes invasives, que després acabaven provocant incomoditats i rebutjos.

Ara bé, amb les persones com la meua mare hi ha el perill que, com que és fàcil que protagonitzin situacions conflictives, se les acabi responsabilitzant també de conflictes que no són responsabilitat seva. Com en el cas dels nens amb l'etiqueta de difícils, que quan hi ha algun incident en un grup, són sempre els primers sospitosos d'haver-lo provocat, encara que d'entrada no hi hagi cap indicatiu concret que apunti cap a ells.

En casos de conflictes, les persones bipolars sovint són jutjades no a partir dels fets concrets, sinó dels seus antecedents personals (o dels seus presumptes antecedents, ja que de vegades no són reals, ja han estat distorsionats). És una reacció fàcil per part de la gent que està a la vora d'una persona amb problemes emocionals i que no vol que li compliquin la vida. És una reacció de vegades autoprotectora, i per tant en part comprensible i legítima, però que també pot ser molt injusta, quan és desproporcionada o poc objectiva.

La meua mare de reaccions o actitud d'aquest tipus també en va patir. En alguna ocasió va ser tractada de manera bastant injusta, per part d'algun fill, o d'algun altre parent, o d'alguna altra persona. Dic tot això i no me'n situo al marge. Sóc conscient que de vegades jo també em vaig equivocar, i em dol que passés, molt.

Els problemes emocionals de les persones bipolars tenen a veure amb mecanismes biològics encara poc coneguts, tenen a veure amb la gestió que elles fan de la seva vida i les seves emocions, i tenen a veure també amb com nosaltres ens relacionem amb elles. Sobre el primer i el segon punt els familiars no podem fer res.

En canvi, el tercer punt sí que ens afecta: si estimem una persona amb problemes

bipolars, no ens n'hauríem d'oblidar mai, que en funció de la nostra actitud cap a ella, contribuirem a afavorir o dificultar la seva estabilitat emocional.

## 3.17 - Les tallarines

(\*) "Fins a la una estirada al llit, però s'acostava l'horror de la cuina, quan de fet a mi, quan estic bé, m'entusiasmen els menús originals."

Quan es trobava bé, a la meva mare li encantava cuinar. La cuina era un espai on s'hi sentia a gust. No li feia por fer menjars, en immenses cassoles, per a un munt de gent. També li agradava fer experiments gastronòmics, que en general sortien bé, i algun cop no tant.

Recordo, quan jo tenia potser dotze anys, un flam de color verd que havia fet ella. No recordo si era bo, ni cap comentari sobre el flam, només aquell color tan estrany.

De molts anys més tard recordo un gelat de sardines, suposo que fet a partir d'alguna recepta "d'algun cuiner avantguardista", és probable que de propina interpretada lliurement per la meva mare. Un altre gelat original va ser un d'espínacs: van ser les postres que es van trobar uns consogres el dia que els va convidar a dinar.

A la meva mare li encantava mirar revistes i llibres de receptes... i després sovint feia les coses sobre la marxa, segons el que tenia a l'abast, i a ull, sense preocupar-se gaire ni dels ingredients concrets ni de les quantitats exactes de la recepta.

Recordo les escudelles i carns d'olla de Nadal, i els esplèndids capons cuits al forn farcits de botifarres, cansalada, panses, prunes, cebes... I els canelons de Sant Esteve, fets amb les restes del dia abans.

La recordo tirant rajolins, o uns bons rajos, de vins o licors a les carns rostides, que feia a la cassola o al forn. Ella no bevia vi, però cuinant en gastava sovint.

Recordo les plates de crema, de "la crema de l'Àvia", que els nets sempre esperaven quan l'anaven a veure i que ella en aquests casos sempre tenia a punt. I també recordo la crema cremada del dia de Sant Josep.

Recordo altres cremats no tan bons, quan es despistava i l'olor d'agafat s'escampava per la casa, i llavors venien les corredisses. L'olor de cremat del sofregit, o de l'arròs, o de les llenties, i després la feinada per netejar aquelles cassoles carbonitzades.

Recordo les truites més inversemblants, amb tota mena d'ingredients, segons les restes que hi hagués a la nevera. I els arrossos també de restes, i els altres, "els arrossos nous", sobretot el dia de convidats; en general tots els arrossos molt bons, tant els reciclats com els normals. I també alguna excepció, algun experiment fallit.

Recordo els pastissos de pa, fets amb les molles acumulades al llescar-lo, barrejades amb llet, ous, sucre i un raig de licor, i llavors cuit al forn. (1)

Recordo, quan era petit, els caramels de sucre cremat, fets caramel·litzant el sucre al foc, i després abocant-lo damunt d'escuradents escampats pel marbre, prèviament untat d'oli.

En canvi, no recordo l'època de les tallarines diàries, quan ella no era capaç de cuinar una altra cosa. Aquelles èpoques durant les quals s'ho passava tan malament a causa de la depressió. Quan tot i voler fer àpats variats acabava bullint cada dia les tallarines, ja que era l'únic que es veia capaç de fer. Llavors, durant aquelles

èpoques més dolentes, jo no vivia allí.

La meva mare de vegades en parlava, d'aquelles tallarines. Com a exemple. Parlava de les seves dificultats per fer les feines més bàsiques quan es trobava malament. I explicava que era gràcies a la seva immensa força de voluntat que aconseguia fer aquells mínims.

Ara bé, sobre les tallarines, el que no explicava la meva mare era que el dinar no era mai "només" tallarines, ja que hi havia també segon plat, normalment carn, que també calia coure, i postres, en general fruita. Una fruita que com la carn, com els paquets de tallarines, com el pa, l'oli, la llet, com tot el que es gastava, calia anar-ho a comprar. I en quantitats importants, perquè érem una bona colla. Tenia ajudes (dels fills, de les minyones), però la responsable de tota aquella logística era ella. Encara que algunes temporades es passés bona part del dia estirada al llit, amb aquells ulls de vidre sense vida que encongien el cor, era capaç d'alçar-se quan tocava i fer aquells mínims, si és que se'n pot dir així. Perquè no eren tan mínims, aquells "mínims".

Hi ha persones que en situacions semblants, d'episodis depressius severos, no fan absolutament res, i no ho fan perquè són incapaces de fer-ho. En canvi, ella aconseguia alçar-se i fer el dinar, un dinar que a ella d'altra banda li semblava molt poca cosa, perquè suposo que el comparava amb els dinars esplèndids que sovint feia quan es trobava bé.

I la cuina n'era només una part. Després hi havia la roba, la de la casa i la de cadascú; comprar, rentar, plegar, endreçar. I tot el relacionat amb els col·legis dels fills. I...

Jo no he tingut mai cap depressió, però em sembla que mai he arribat a fer "la poca feina" que ella feia quan es trobava malament. Dic quan es trobava malament, perquè, per descomptat, no he tingut mai el grau d'activitat que ella tenia quan estava estable (de les eufòries ja ni en parlo, quan es podia passar vint-i-quatre hores seguides, o més, d'activitat frenètica, sense parar).

Crec que la meva mare era una depressiva atípica, a causa de la seva força de voluntat i del seu sentit de la responsabilitat: no fer res no ho feia mai. Feia menys, o molt menys, però aquell molt menys, "aquell no fer res", seguia sent una activitat lògicament important.

--

(1) Quan es llescava el pa, les molles es guardaven a calaix del pa, i quan n'hi havia una bona quantitat era quan ella en feia algun pastís o algun altre plat.

## 3.18 - Diferents explicacions

"Saber amb certesa és no saber. El dubte ens ajuda a créixer, la certesa ens congela." Gabriele Romagnoli (1)

Segons els dies, la meva mare tenia diferents explicacions sobre l'origen de les seves depressions: d'una banda l'origen orgànic, i d'una altra el familiar o social. Aquestes dues teories, segons els moments, podien ser pures i excloents, o acumulatives. El resultat per tant eren aquests tres models explicatius: el biològic pur, el social pur i el barrejat. Podia defensar, en un moment donat, qualsevol dels tres models amb una seguretat i convenciment absoluts. I l'endemà, o quan fos, un altre model, amb el mateix convenciment.

(\*) "La causa de caure en la depressió va ser l'enamorament que sentia pel meu marit i la mitificació que vaig fer de les seves qualitats."

(\*) "Abans creia que la depressió era el resultat de no aconseguir ser com volia ser, però aquesta malaltia no té res de psicològica, és cíclica i imprevisible, només és útil la química."

(\*) "Diuen que l'origen és genètic, però jo diria que si no existeixen les circumstàncies per tal que la malaltia es desencadeni pot no aparèixer al llarg de tota la vida."

Per acabar de completar l'escenari, encara hi havia una altra explicació: "És la voluntat de Déu". Una explicació que alhora implicava aquesta altra: "Tot el que Ell vol està bé". Aquesta explicació o vivència sobrenatural tampoc era del tot uniforme, perquè tot i tenir ella gairebé sempre aquesta actitud d'acceptació, de vegades, algunes vegades, poques, tenia una actitud de queixa o revolta, davant d'aquesta voluntat divina que la feia patir tant. Eren moments puntuals, comptats, però aquests moments existien.

Explico tot això perquè si parlaves amb ella i no eres conscient d'aquest ventall d'explicacions, algunes compatibles entre elles i d'altres més incompatibles, podies treure una conclusió una mica esbiaixada, o força equivocada, sobre com entenia ella l'origen de la seva malaltia. Per exemple, si tenies poc contacte amb ella i només sortia aquest tema de les explicacions una vegada, et podies quedar amb la idea que la seva explicació era la que t'havia donat a tu "aquell dia en concret". I podies quedar-ne ben convençut, sobretot si, tal com era habitual en ella, te l'havia exposat amb molta contundència i seguretat, amb una argumentació sense clivelles.

Quin era l'origen de la malaltia de la meva mare, "segons el seu punt de vista"? Doncs segons els dies era un, o l'altre, o l'altre... En conjunt, suposo que es podria dir que la seva vivència era aquest conglomerat explicatiu seqüencial, de vegades enfocat de manera més simplista (d'una simplicitat decantada cap a una banda o l'altra, tant se val) i de vegades d'una manera més polièdrica.

És clar, amb les seves oscil·lacions ens posava fàcil als altres que ens poguéssim quedar amb l'explicació que "a nosaltres" més ens convenia, la que ens generava menys conflictes (en funció dels nostres prejudicis, pors, interessos...). De manera que el resultat era que, a l'hora de formar-nos una opinió, d'adoptar una postura, ens enfocàvem més cap als aspectes sobrenaturals, d'altres cap als orgànics, o als familiars o socials...

Tots ens cuinàvem al nostre gust la nostra particular explicació. I encara ens la

seguim cuinant, quan hi pensem o en parlem.

--

(1) Gabriele Romagnoli, La Vanguardia (La Contra) 26-5-2016.

## 3.19 - Maneres de ser

"La llibertat és la voluntat de ser responsables de nosaltres mateixos." Friedrich Nietzsche

La sensació de seguretat que donava la meva mare abans de casar-se es corresponia amb una veritable seguretat? Per què va prendre les decisions que va prendre? Per què el seu pare era tan important per a ella? Per què tenia una relació difícil amb la seva mare? Per què va casar-se amb l'home que es va casar, amb les coses tan inquietants que ell li deia per carta quan festejaven? Per què...?

Moltes preguntes, i avui poques possibilitats d'obtenir respostes... perquè ella ja no hi és, i perquè si hi fos, potser tampoc seria capaç de respondre-les: que siguem protagonistes d'uns fets no vol dir que sapiguem sempre perquè els hem protagonitzat, o perquè els hem gestionat de la manera que ho hem fet. Sovint som grans desconixedors de nosaltres mateixos.

De les diferents facetes o característiques de la meva mare ara em referiré a una que és probable que tingui relació amb el que he exposat: el seu anhel de ser "una persona modèlica" en tot, tal com queda de manifest en aquesta llista seva:

(\* "Volia ser:  
Bona com la Mare Teresa.  
Ordenada com el meu marit.  
Intel·ligent com la meva germana.  
Dolça com la María Luisa.  
Simpàtica com la Isabel.  
Guapa com la Ingrid Bergman.  
Esvelta com la Marylin.  
Alegra i sociable com la Queta.  
Etc., etc., etc."  
(la llista acaba així, amb els "etc.").

Si hagués continuat la llista, hi hauria pogut afegir punts com, per exemple, "bona proselitista religiosa", "excel·lent administradora familiar", "modèlica mare i educadora"... perquè eren desitjos seus que en altres moments també posava de manifest. De la manera que era ella, amb el seu elevat grau d'autoexigència, la llista podia ser inacabable.

Sí, la meva mare tenia aquests anhels de perfecció, i tenir anhels d'aquest tipus (ideals, il·lusions...) en principi no és dolent, ens ajuda a viure. Però ser esclaus d'aquests anhels també ens pot fer molt desgraciats:

"És de sentit comú que com més exigents o menys realistes siguin els nostres criteris, més probabilitats tindrem de sentir-nos defraudats. Un problema bastant freqüent que mina la nostra autoestima són aquestes exigències no raonables que ens marquem a nosaltres mateixos i que es tradueixen en el tan utilitzat 'hauria'." Luis Rojas Marcos (1)

D'altra banda, la llargada d'una llista d'aquest tipus no és el més determinant. Un dels punts, qualsevol, només un, viscut de manera suficientment obsessiva, pot arruïnar completament una vida.

A més, des de la perspectiva de l'estabilitat mental, és igual que el punt sigui de tipus altruista i solidari, o al revés, egoista, frívol... El que compta (com a factor

mental desestabilitzador) és el seu caràcter obsessiu.

La meva mare tenia aquest punt obsessiu. Sobretot en l'àmbit religiós. Un punt obsessiu que també incloïa, i això encara era més greu, el que haurien de fer les persones "de les quals ella se'n sentia responsable". Sobretot els fills, encara que ja fossin majors d'edat i estiguessin completament independitzats.

Si els fills no feien el que ella considerava que havien de fer, "se sentia una fracassada". (2)

--

(1) Luis Rojas Marcos. La autoestima. Espasa, 2007 (p. 155)

(2) I per això alguns dels fills ens vam enfrontar a les seves expectatives (i a les del nostre pare), ja que si no ho haguéssim fet hauríem sigut uns desgraciats. No perquè la nostra opció fos millor que la seva (això podria ser opinable), sinó sobretot perquè la nostra opció "era la nostra".

## 3.20 - Els records

"Amb la meva germana, quan evoquem escenes de quan érem nens o adolescents, a casa, jo tinc una versió del que va passar en un determinat dia mentre menjàvem i ella la contrària. Què passa per tal que, després d'anys, cadascú recordi el mateix fet de manera diferent?" Juan Marsé (1)

Els records estan exposats a tota mena d'incidències, de vegades lleus, i de vegades tan importants que entre els records i la realitat a què es refereixen gairebé no hi ha relació.

De fet, hi ha records completament inventats, fruit d'un procés d'elaboració del que no en som en absolut conscients. De manera que podem defensar amb tota la convicció i passió del món fets que només existeixen en la nostra ment, que no han passat mai, però que estem convençuts que han passat. Quan actuem així, "falsegem però no mentim", perquè diem coses que no són veritat però convençuts que ho són. (2) (3)

De vegades els records coincideixen molt, potser del tot, amb els d'altres observadors. De vegades "també" coincideixen amb la realitat. En general, recordem coses que han passat de debò, però de vegades (més de les que ens pensem) potser les recordem maquillades, o retallades, o ampliades amb fragments d'altres experiències, o amb falques d'invencions. Aclarir-se no sempre és fàcil.

Per tant, no puc afirmar que qualsevol cosa de la qual n'hagi estat testimoni passés ben bé segons els meus records (i en conseqüència, tal com l'explico).

L'excursió pels records vinculats a la vida i la mort dels meus pares sé que està condicionada per aquestes limitacions, pròpies de qualsevol excursió al món dels records. Quan parlo dels records familiars en sóc conscient.

Volia fer-ho explícit, per tal de contextualitzar de forma adequada el grau de fiabilitat de les versions que jo pugui oferir sobre el que, des del meu punt de vista, potser va passar en un moment determinat, o que anava passant durant diferents períodes de la vida de la meva mare.

--

(1) Juan Marsé. La Vanguardia, 7-4-2016

(2) Pel que fa als records dels altres, doncs igual. Si desconfio de mi, dels altres com a mínim en la mateixa mesura. De vegades encara més: la gent que parla amb molta seguretat em genera un grau de desconfiança d'una intensitat semblant a la seva seguretat. No ho puc evitar, és una reacció alhora racional i visceral.

(3) Giuliana Mazzoni ho explica així: "L'acte de recuperar records de la memòria no és un acte de tipus passiu en què es reactiva una imatge, una clara fotografia d'un esdeveniment, sinó que és més aviat un acte en què es reactiven diferents informacions, apedaçades i reorganitzades, de manera que creen un esdeveniment mental que podria anomenar-se 'record'. La memòria seria, per tant, fonamentalment, un procés de tipus reconstructiu i no una simple recuperació." (¿Se pude creer a un testigo?, Editorial Trotta, 2010, p. 58)

## 4 Família i religió

"Dios hace las cosas bien y con orden. ¿Para qué iba a construir con excesivo mecanismo intelectual el alma de un ser destinado, por esencia, a las bellas sinrazones del cariño?"

*José María Pemán*

## 4.1 - Pretendents

"Ell et dominarà." Gènesi

El candidat del meu avi per casar-se amb la meva mare era el meu pare. El candidat de la meva àvia era un metge. A la meva àvia el meu pare no li agradava, crec que sobretot per una qüestió classista: li semblava que el meu pare, un home amb pocs estudis (s'havia posat a treballar als tretze anys), fill d'una família molt humil, no era un bon partit per a la seva filla.

Mentre el meu avi i la meva àvia lloaven les virtuts dels seus respectius candidats, la meva mare pensava en un altre. Pensava en el Simon, un enginyer de vint-i-tres anys. En alguna nota diu que n'estava ben enamorada. Segons sembla només van tenir una relació epistolar. A ella mai n'hi vaig sentir a dir ni una paraula, només en vaig trobar la pista un cop ella ja morta, llegint les seves notes. Les notes per al seu llibre, cosa que potser vol dir que tenia pensat esmentar-lo.

Del candidat de la meva àvia sí que n'havia sentit a parlar. La meva mare deia que sort en va tenir, de no casar-s'hi, ja que es veu que després aquell metge també va patir episodis depressius. Deia que haurien fet una mala parella, els dos amb problemes emocionals. Jo li havia dit algun cop que ves a saber, que junts potser cap dels dos no hauria patit depressions.

El cas és que al final va ser el candidat del meu avi, qui es va casar amb la meva mare. La meva mare tenia una immensa devoció pel meu avi, tanta, que no es pot deslligar la seva decisió de casar-se amb el meu pare del fet que aquest fos el desig del meu avi:

(\*) "És difícil anar al Cel, oi, Déu meu? Però a mi m'hi voldràs, oi? Em pregunto si el meu pare ja hi és. Com me l'estimava, el meu pare! Quin buit que va deixar dins meu! Perquè, analitzant-ho, si em vaig casar amb el meu marit va ser a causa del meu pare. Si vaig deixar córrer allò del Simon va ser pel meu pare."

Suposo que el meu avi veia el meu pare com un home capaç d'obrir-se camí a la vida, intel·ligent, treballador, de paraula, honest. Un bon gendre, i a més capaç de sotmetre el caràcter rebel de la meva mare. El meu avi, per fer propaganda del meu pare deia això: "Aquest és l'únic que la podrà dominar".

Des d'abans de casar-se, tant per part del meu avi com per part del meu pare ja estava clar quin era el model de matrimoni i el paper que corresponia a cadascú. La meva mare sabia bé tant el que pensava el seu pare com el que pensava seu futur marit. I malgrat, tot es va casar amb el meu pare.

## 4.2 - L'oca i el pastor

(\*) "El meu marit era com gairebé tots els homes de la seva època, un masclista acabat. Estimava molt la seva dona, però la volia submissa i casolana. Al cap de pocs anys de casar-me vaig trobar un dibuix seu, que havia fet quan anava a col·legi, en el que es veia una oca, i un pastor amb un bastó. Vaig pensar que reflectia d'allò més bé la seva manera de ser i la nostra relació. Ell m'estimava molt, però volia que jo fos perfecta, segons la seva idea de perfecció, seguint el camí que ell havia somniat que seguiria jo com a dona seva. 'Ell sabia el que em convenia', i com que ho sabia havia d'aconseguir que ho fes. Vaig fer emmarcar el dibuix i li vaig ensenyar, dient-li que era la imatge de la nostra relació." (1)

Recordo aquest dibuix emmarcat i penjat al costat de la porta de l'habitació dels meus pares: un pastoret que, amb un bastó, guia una oca. No sé quan la meva mare va penjar el dibuix, però com a mínim els últims onze anys sempre va estar allí. I no era un dibuix que després de penjar-lo hagués quedat oblidat en aquell pany de paret (com tantes coses que pengem i que s'acaben fent "invisibles", de tan acostumats que estem a veure-les). Ella el tenia present, i de tant en tant en parlava, el feia servir d'exemple per explicar el que ella considerava que havia sigut la relació amb el meu pare.

Bé, això quan pensava "des d'aquest punt de vista", ja he dit que la meva mare tenia diferents punts de vista, segons els dies i les circumstàncies.

Per exemple, un cop mort el meu pare, durant els dinars dels dissabtes en els quals sovint hi havia fills i nets convidats, de tant en tant explicava que havia rellegit alguna de les cartes que el meu pare li enviava quan festejaven, i quan ho explicava sempre afegia "que es tornaria a casar amb ell una altra vegada", que ho tornaria a fer tot igual.

Sobta que ho digués, si es pensa en el que el meu pare li deia abans de casar-se en aquelles cartes (això sí, amagat entre grans declaracions amoroses i lloances). Ja n'he posat alguns exemples en un altre apartat ("Sempre et voldré veure submissa i humil", etc.), unes coses que sembla que haurien d'haver fet que la meva mare fugís esperitada de l'home que les hi escrivia.

D'altra banda, a les acaballes de la vida, suposo que aquest autoengany tenia una part positiva: ignorar les arestes i els conflictes, embellir el passat... De vegades, mentir-nos és una bona alternativa, per tal d'estar en pau amb nosaltres mateixos, per tal d'estar una mica més a gust a la vida. Sobretot, quan allò que embellim són fets consumats i inamovibles.

(\*) "Malgrat tot, em tornaria a casar amb el meu marit amb els ulls clucs. No podria estimar ningú com vaig estimar-lo a ell, situat en el seu pedestal i volent enlairar-m'hi durant tota la seva vida. Penso que ell, a la seva manera va ser feliç, i jo a la meua manera també."

A més, hi ha una altra cosa: per a la meua mare l'avaluació que feia d'haver-se casat amb el meu pare era inseparable de la realitat present: l'existència dels seus fills i nets. Són dos àmbits diferents, d'una banda, les decisions que prenem en un moment de la vida i si posteriorment les considerem assenyades o no. I d'una altra banda, la realitat que avui ens envolta, fruit tant de decisions anteriors com de diferents atzars.

(1) Sobre el context i les causes de la rotunda afirmació de la meua mare es podrien posar molts exemples. En poso un: quan els meus pares es van casar eren habituals (no sé si fins i tot obligatoris) els cursos de preparació per al matrimoni, que coincidien en remarcar el paper subordinat de la dona. Josep Maria Gassó era un monjo de Montserrat especialitzat en impartir cursos d'aquests. Era l'autor de "Cinc aspectes de l'amor conjugal", del qual se'n van fer diferents edicions. Adreçant-se a la dona, deia en aquest llibre: "Voler ésser esclava incondicional del marit: heus ací la clau eficaç per a la bona marxa de l'harmonia en la parella i de la fidelitat de la llar". I també: "Quan emprem els termes esclavitud i submissió no entenem pas la submissió i l'esclavitud pròpies dels esclaus o esclaves del paganisme, sinó una actitud de generosa i humil abnegació per a adaptar-se voluntàriament al criteri i les disposicions del marit." Fragments citats per Maria Aurèlia Capmany a "La dona", Dopesa, 1975 (p. 268, 269).

## 4.3 - L'Opus Dei

"Me preguntas..., y te contesto: tu perfección está en vivir perfectamente en aquel lugar, oficio y grado en que Dios, por medio de la autoridad, te coloque." Josemaría Escrivá de Balaguer, Camino, 926 (1)

Es va fer de l'Opus Dei (d'ara endavant, OD) quan tenia trenta anys. En va ser membre fins que es va morir als setanta-set. És obvi que és impossible parlar de la meva mare i no parlar de l'OD. (2)

Sé que si hi ha persones de l'OD que llegeixen això no compartiran coses que en dic. De manera que vull aclarir que les meves opinions sobre l'OD no són gratuïtes. Esbiaixades o equivocades potser sí, però gratuïtes no. El context és aquest: la meva mare era de l'OD, alguns germans meus també se'n van fer, i jo vaig anar un munt d'anys a un col·legi de l'OD. També vaig anar a un esplai de l'OD, on em van dir que podria ser un bon membre de l'OD. Tinc alguns coneguts que també són membres de l'OD, i m'he llegit tots els llibres del seu fundador, alguns diferents vegades, fins i tot prenent-ne notes. També he llegit biografies seves escrites pels seus simpatitzants. Desinformat em sembla que no ho estic. (3)

De vegades, quan dic segons quines coses sobre l'OD a una persona de l'OD, em diu que el problema és que "jo no ho entenc". Sobretot si el tema de debat és algun dels, per a mi, "tres grans temes": obediència, mortificació i condició de la dona. Però a mi em sembla que no és que no entengui les postures de l'OD sobre aquests temes, sinó que, senzillament, no les comparteixo.

És fàcil deduir que si aquests escrits sobre la meva mare els escrivís un dels meus germans de l'OD serien molt diferents. Sobretot, pel que fa als temes relacionats amb la religió en general, i l'OD en particular. Segurament també serien diferents en d'altres sentits, ja que de vegades, parlant d'aquestes coses, veig que a alguns dels meus germans els són més còmodes els relats familiars nets de conflictes.

Quan critico l'OD procuro que no sigui amb lleugeresa. En posaré un exemple. Abans he esmentat l'obediència, la mortificació i la condició de la dona. Pel que fa a la mortificació, entenc per què el cristianisme en general, i alguns corrents seus de manera més concreta, com ara l'OD, fan l'exaltació que fan de la mortificació. Seguir el raonament no costa: "Si Jesucrist va assumir la tortura de la crucifixió per tal de salvar-nos a nosaltres, en la mesura del possible nosaltres hem d'intentar imitar-lo." No tenir fe no impedeix entendre el raonament. El tema és si el comparteixes o no.

Que jo no el comparteixi és irrellevant, perquè fa molts anys que vaig abandonar qualsevol pràctica o vinculació religiosa, però no és irrellevant, si estic parlant de la meva mare. Perquè els criteris i les referències de l'OD sobre aquest tema per a ella eren molt importants:

"Me consta que a partir de 1928 intensificó su mortificación corporal de modo muy notable. La madre y los hermanos de nuestro Fundador me contaron que, durante aquellos años de Madrid, cuando usaba las disciplinas se encerraba en el cuarto de baño del piso donde vivían, y abría los grifos del agua para disimular los ruidos de los golpes. Pero era inevitable oírlos. Además, aunque luego limpiaba cuidadosamente las paredes y el suelo, su madre y su hermana descubrían después, consternadas, algunas manchas de sangre que el Padre no había advertido." Alvaro del Portillo (4)

"Y como, para prevenir infecciones, le prohibieron el uso irritante de disciplina y cilicios, se buscó una fusta lisa 'para domar el potro', el caballo salvaje y la mula espantadiza que todos llevamos dentro." Andrés Vázquez de Prada (5)

He triat l'exemple de la mortificació perquè en la biografia de la meva mare hi té un pes important. Ja des d'abans de fer-se de l'OD: quan anava al col·legi de les monges, allí ja es parlava de cilicis, no ho va descobrir després. Més endavant tornaré a parlar de la mortificació.

--

(1) Josemaría Escrivá de Balaguer va ser el fundador de l'Opus Dei. Totes les cites del Camino estan tretes de l'edició virtual de [www.escrivaobras.org](http://www.escrivaobras.org). El número és la referència del punt (el llibre té 999 punts). A l'annex final "Cites i bibliografia" hi ha més explicacions sobre els punts del Camino citats.

(2) És possible que quan parlo de l'OD no sigui del tot objectiu, ja que no li tinc gaire simpatia. En canvi, hi ha gent de l'OD que em cau molt bé. Són coses diferents.

(3) O potser sí que estic desinformat, perquè com a norma no llegeixo textos contraris a l'OD, ni assajos ni testimonis de gent que n'ha sortit: amb la literatura "oficial" en tinc de sobres per formar-me la meua opinió. Segurament en aquest tipus de textos crítics que no utilitzo podria trobar pistes d'aspectes de l'OD que desconec. Perquè el que és obvi és que des de l'OD (la font informativa en què jo m'he basat) sempre es dona la versió que es considera més convenient, que no té per què ser la més fidel (de la mateixa manera que els crítics amb l'OD també poden facilitar informacions esbiaixades).

(4) Alvaro del Portillo (successor de Josemaría Escrivá de Balaguer). Entrevista sobre el fundador del Opus Dei. Cesari Cavalleri. Rialp, 1993, p. 200

(5) Andrés Vázquez de Prada. El fundador del Opus Dei. Rialp, 1983, p. 278

## 4.4 - La incorporació

(\*) "La Carmiña, que feia un munt de temps que em seguia, em va escriure la carta [demanant l'admissió a l'Opus Dei] i em va dir: 'No hi ha marxa enrere'. I jo, tonta del tot, vaig firmar el full, sense pensar què firmava ni a què em comprometia."

El 1958 la meva mare es va fer de l'OD. Suposo que, com a tantes altres persones com ella d'aquella època, li va semblar que era una forma de ser millor catòlica. Tanmateix, es veu que no acabava de decidir-se, i va haver de necessitar una empenta, tal com queda reflectit en la nota anterior. (1)

És curiós tot el que diu la meva mare en un paràgraf tan curt: que la Carmiña feia temps que li anava al darrera, que va ser la Carmiña qui li va escriure la carta, que la Carmiña li va dir que no se'n podia desdir, i que ella, la meva mare, no sabia "què firmava ni a què es comprometia".

Malgrat aquest inici (que explica bastant bé com funcionava l'OD llavors), després d'haver demanat l'admissió ella estava la mar de contenta. I el cert és que mai, a partir de llavors, va fer el més mínim comentari en el sentit de queixar-se del fet de pertànyer a l'OD, al contrari. De vegades potser en criticava algun detall, però la seva comoditat i entusiasme com a membre de l'organització i admiradora incondicional del seu fundador era la norma. Fins al dia que va morir.

Ella ho vivia així i des de l'OD també la veien així, "una autèntica dona Opus Dei", tal com me la va definir fa poc una coneguda seva, també membre de l'OD. Per a la meva mare, la vida sense l'OD era inimaginable, no va tenir mai el més petit dubte en aquest sentit.

Pel que fa a l'últim punt de la nota, "sense pensar què firmava", això encara era més real del que ella es pensava. Llavors l'OD es regia per les seves Constitucions de 1950, unes Constitucions que ni eren públiques ni es facilitaven als nous membres, i que a més, si algú hi podia accedir, si no sabia llatí no s'assabentava de res, perquè per tal de dificultar-ne la lectura no es traduïen. Tant una cosa com l'altra, la no publicació i la no traducció, estava clarament estipulada a les mateixes Constitucions, al seu punt 193:

"Aquestes Constitucions, les instruccions publicades i les que en un futur puguin publicar-se, així com els altres documents no han de divulgar-se; encara més, sense llicència del Padre, aquells dels esmentats documents que estiguessin escrits en llengua llatina ni tan sols s'han de traduir a les llengües vulgars." (2)

De tota manera, era un desconeixement relatiu o anecdòtic, ja que de fet sabia bé on es ficava. El paper que va jugar la Carmiña és real, igual que és cert el secretisme en relació a les Constitucions, però ningú la va enganyar, el model de vida que se li ofería era ben clar. (3)

De l'OD la va atraure l'accent que posava "en la santificació del treball ordinari", és a dir, que una catòlica podia arribar a ser santa vivint "en el lloc i condició en què Déu l'havia posat". En el cas de la meva mare això es concretava en viure tal com ja de petita li havien ensenyat que havia de viure una dona: sent una devota catòlica, confessant-se i combregant regularment, seguint les indicacions del confessor, resant, mortificant-se, fent apostolat i, en tant que dona casada, ocupant-se del marit, tenint molts fills i educant-los cristianament.

Els tres eixos que he esmentat a l'apartat anterior estan ben clars des del primer moment: obediència, mortificació i condició subordinada de la dona. Des del seu rol d'esposa i mare de família, ara, a través de l'OD, aquests tres eixos seran, encara més, "un camí de santedat". (4)

--

(1) En el mateix escrit, just abans diu: "El dia 9 de gener vaig pitar". En l'argot de l'OD pitar és escriure al "Padre" (el prelat de l'OD, llavors el mateix mossèn Escrivá) sol·licitant la incorporació a l'organització (la meua mare considerava aquesta petició com la seva incorporació, desconec exactament els tràmits que es seguien).

(2) M'hauria agradat haver tret aquesta cita d'algun llibre o web pertanyents "a la literatura o informació oficial de l'OD", però en aquest tipus de pàgines no l'he sabut trobar en castellà, només en llatí. En qualsevol cas, la cita és autèntica, malgrat l'hagi d'haver anat a buscar a publicacions "no oficials". En aquest sentit, aquesta dificultat de consulta com a mínim és sorprenent (amb la majoria de documents oficials de l'OD crec que segueix passant el mateix).

(3) No només pel que li explicava la Carmiña: a Camino, que llavors ja era un llibret força conegut i del qual (quan ella es fa de l'OD) se n'havien publicat ja unes quantes edicions, queda ben clar el pla de vida que es proposa a les persones que s'acosten a l'OD.

(4) Amb l'al·lucinant que l'OD feia un joc de mans o de paraules i aquesta opció la presentava com una renovació dins de l'Església. Per descomptat no és un objectiu meu parlar ara del paper renovador que s'atorgava l'OD dins de l'Església, primer perquè m'interessa poc i segon perquè seria molt llarg (caldría parlar de l'origen dels Instituts Seculars, dels diferents moviments dins de l'Església semblants a l'OD, de la voluntat de l'OD de diferenciar-se de qualsevol altra opció dins de l'Església, etc.). Tal com he dit, aquí no toca parlar de tot això.

## 4.5 - Les seves expectatives

"Y en el mar se escucha la voz enérgica de Cristo: (...) No quiero que te conformes con lo que dan los demás; te pido más, mucho más. (...) Necesito madres valientes, que me ofrezcan sus hijos para que yo haga lo que quiera con ellos." Jesús Urteaga (1)

Al seu dormitori la meva mare hi tenia penjades les fotos de tots els fills, fotos individuals, de cadascú als dos anys. Li agradava mirar-les, recordar quan teníem aquella edat, quan érem encantadors, dependents, modelables, quan ella podia pensar que quan cresquéssim seríem tal com ella volia que fóssim.

Abans ja m'he referit a la manera de ser autoexigent de la meva mare. També m'he referit a la frustració i al patiment que suposava per a ella que no tots els fills haguéssim sortit com ella esperava, és a dir, creients i practicants. La importància en la seva vida d'aquest aspecte religiós era immensa.

A partir del moment que els fills ens vam anar fent grans i vam anar triant els nostres propis camins, a ella li va tocar enfrontar-se a les opcions d'alguns fills que no entenia. Unes opcions que de vegades l'entristien molt. Ella volia "que tots els fills anéssim al Cel", i si li semblava que ens desviàvem del camí que hi duia, s'ho passava fatal, ja que no anar al cel era terrible:

"Por muy hombre que seas -no lo olvides-, si murieras en pecado mortal, te irías al infierno." Jesús Urteaga (2) (3)

Vivia en un món ple d'amenaçes i contradiccions. D'una banda amb missatges com l'anterior (això sí, sovint amb un to més moderat, però amb un fons igual de radical i amenaçador). I d'una altra banda amb missatges més realistes i de voluntat tranquil·litzadora, com això que li deia un dia, en un dels moments més negres de la meva mare, la que crec que era la seva millor amiga de l'OD:

"Al món cadascú hi té el seu paper, com tu el teu. Encara que et vegis poqueta cosa, has tingut uns fills i els has criat i intentat educar sabent que farien ús de la seva llibertat, que és el més gran que tenim, a banda de ser fills de Déu. I t'han sortit com a la majoria de les famílies. En conjunt pots estar molt contenta del paper que t'ha tocat representar, perquè l'has representat molt bé, dins de la teva petitesa. I ara ho has d'acceptar, perquè Déu t'ha fet així i et demana el que pots donar, però més no." (4)

Creo que la meva mare no va acabar d'assimilar mai aquest tipus de missatges més realistes i d'intenció tranquil·litzadora, crec que sempre van dominar dins seu els altres. Patia per partida doble, d'una banda a causa del disgust de veure algun fill apartat de Déu, i d'una altra perquè això volia dir que com a mare havia fracassat. Com a catòlica la seva missió era fer apostolat, i resultava que havia fallat amb l'apostolat més important, el del seus fills.

I si havia fallat era (pensava ella) perquè no havia donat prou bon exemple, no havia sabut viure amb la suficient alegria, amb la suficient humilitat, sense orgull, resant amb la suficient devoció... No n'havia sabut prou, i per tant el seu exemple no havia estat prou eficaç, i a causa d'això alguns fills s'havien apartat de Déu. Se sentia trista per l'allunyament de Déu d'alguns fills, i alhora se'n sentia culpable. (5)

D'altra banda aquestes frustracions religioses anaven acompanyades dels

sofriments propis de totes les mares en relació als seus fills. És a dir, el desig que tinguéssim salut, que les coses ens anessin bé i que estiguéssim contents. En aquest sentit era una mare completament normal. I per descomptat, tenint els fills que tenia, uns quants, sempre n'hi havia algun que per aquesta banda també era motiu de preocupació.

El resultat era que unes preocupacions es sumaven a les altres, i tot feia pila.

--

(1) Jesús Urteaga, *El valor divino de lo humano*. Ediciones Rialp, 1963 (p. 174, 175); la primera edició és de 1948. Des de petit recordo el llibre sempre a casa dels meus pares. Però fins ara no l'havia llegit i m'he quedat astorat: "Transigencia con el error? ¡Fornicación de la verdad!" (p. 104), "¡Adelante, con violencia, los hombres de Dios!" (p. 118), "¡Fuera de Cristo no tendrás paz! ¡No! ¡Jamás!" (p. 124), "Te repetiré, para terminar, el grito eterno: ¡Con Cristo o contra Cristo! ¡Decídetes!" (p. 289). No són cites buscades amb lupa, tot el text és incendiari i bèl·lic. Jesús Urteaga era un dels capellans més coneguts de l'OD, amb més projecció pública, i va ser precisament a ell a qui la meua mare va demanar la possibilitat de publicar dins de les col·leccions que ell dirigia el llibre que ella intentava escriure.

(2) *Ibid.* p. 86

(3) Segons ella, alguns dels fills vivíem en pecat mortal. I el que encara era pitjor, hi vivíem "sense propòsit d'esmena". I això la turmentava molt. Per cert, jo era un d'aquests fills (és a dir, que pel que fa al tema religiós vaig ser un dels seus principals motius de preocupació).

(4) A la meua mare li arribaven els dos tipus de missatges, de vegades de part de les mateixes persones (també d'aquesta amiga), en uns moments uns missatges, en uns altres moments els oposats.

(5) Ni tan sols l'alleujava que en conjunt ho hagués fet molt bé, ja que la majoria de fills li van sortir catòlics i practicants com volia.

## 4.6 - Ajudar a viure?

"La por és també una emoció religiosa. Resideix en l'origen de les religions, les quals protegeixen contra ella, alhora que la utilitzen sense treva i sense decòrum."  
José Antonio Marina (1)

És veritat que durant la seva vida de casada i la seva vida com a membre de l'Opus Dei, tant el meu pare com la gent de l'OD van ajudar la meua mare a viure: van ser sempre al seu costat, de manera incondicional. Tan incondicional, que ella no parava de lloar i d'agrair aquell suport, sense el qual, deia, "hauria sigut incapaç de viure".

He dit de manera incondicional, i de fet crec que la paraula més adequada seria constant. Perquè incondicional només ho era en la mesura que estava clar que ella assumia el seu rol d'esposa dependent del marit i el seu rol de membre de l'OD subordinada a les normes d'aquesta organització. En la mesura que aquesta subordinació no es qüestionava, l'ajuda rebuda sí que era "incondicional".

No sé quina hauria sigut la vida de la meua mare si no s'hagués casat amb el meu pare. O com li haurien anat les coses si no s'hagués fet de l'OD. Ves a saber, seria tan gratuït dir que potser li haurien anat millor, com dir que potser li haurien anat pitjor. En qualsevol cas, suposo que malgrat el seu caràcter rebel, devia tenir també una certa tendència a la subordinació, fos quin fos l'origen d'aquesta tendència, ja que sinó tot seria massa inexplicable.

Des de fora, en general és fàcil veure les trampes de segons quines relacions de submissió i dependència. En canvi, des de dins una visió objectiva és més difícil, sobretot quan el rol social dependent d'una persona ha estat alimentat pel seu entorn des de la infantesa, de manera que està tan interioritzat que es viu com allò més normal.

No és fàcil desemascarar aquestes situacions. No t'ho posen fàcil. Perquè a aquesta situació de dependència i subordinació hi arribes a través d'un procés en què s'hi barregen moltes coses, tant grans ideals d'una banda, com d'una altra una teranyina de pors i inseguretats.

En relació amb aquestes pors i inseguretats, el sentiment de formar part d'un grup (familiar o religiós) et dóna seguretat. Aquesta és la part positiva.

Però hi ha l'altra part: has assumit uns rols que t'imposen unes servituds que alhora et porten, de mica en mica, sense que te n'adonis, a situacions de fragilitat creixent (i alhora, paradoxalment, tal com he dit també de seguretat). De fet aquest és l'objectiu: no la plena autonomia, sinó la dependència, ja que d'aquesta manera qui tutela es converteix en imprescindible. Quan arribes a aquest punt és quan l'ajuda incondicional (és a dir, condicionada) apareix com el referent que et garanteix la seguretat que necessites.

El meu pare, en una cita que ja he reproduït abans, en una carta li ho deia així a la meua mare:

"Sempre et voldré veure submissa i humil, que són els moments que el cor es vessa més cap a tu."

I al Camino hi ha moltes cites com aquesta (la 617):

"Obedeced, como en manos del artista obedece un instrumento —que no

se para a considerar por qué hace esto o lo otro—, seguros de que nunca se os mandará cosa que no sea buena y para toda la gloria de Dios."

--

(1) José Antonio Marina. Anatomía del miedo. Anagrama, 2006 (p. 10)

## 4.7 - El peu al coll

(\*) "La veritat és que ens estimem molt, malgrat que la meva vida hagi transcorregut amb el taló de la seva sabata damunt del meu coll."

El que explico a continuació va passar durant una audiència a Roma amb Josemaría Escrivá de Balaguer (en aquests escrits en general m'hi referiré com a mossèn Escrivá). M'imagino que, com en d'altres ocasions semblants, en trobades dels meus pares amb responsables de l'Opus (directors del col·legi, de l'esplai, tutors dels fills), mossèn Escrivá va fer molt de cas al meu pare, fent-ne grans elogis, i en canvi no va fer gaire cas a la meva mare. (1)

Suposo que una mica descontenta amb aquells elogis selectius, la meva mare li va dir a mossèn Escrivá que sí, que el meu pare era una gran persona, però que li tenia posat el peu al coll, ell a ella, i que això no era agradable. I llavors mossèn Escrivá li va dir, amb un somriure, "que pitjor seria al revés, que fos ella qui li tingués posat a ell el peu al coll, amb les seves sabates de taló d'agulla".

Aquella resposta presumptament graciosa no va agradar gens a la meva mare, la va decebre, i li va quedar gravada. Li havia sentit explicar unes quantes vegades, queixant-se'n. Suposo que per a ella va ser especialment incòmode, perquè sentia cap a mossèn Escrivá una profunda admiració i veneració, de manera que el fet que ell digués allò, sent una persona tan important com era per a ella, la devia desconcertar.

També és cert que l'admiració de la meva mare no era monolítica, sinó que feia algunes oscil·lacions. De vegades podia tenir una actitud admirativa i a continuació una altra de crítica. De fet, molts cops tractava de masclista mossèn Escrivá. Fent servir aquesta mateixa paraula, masclista. I a continuació potser ho justificava amb l'argument de "ja se sap, en aquella època...", o canviava de tema i començava a fer grans elogis de mossèn Escrivá, parlant d'altres aspectes seus.

Pel que fa a la vessant admirativa, hi ha una anècdota curiosa i significativa. No sé a partir de quin moment, mossèn Escrivá va decidir unir el seu nom compost: Josemaría (2). I la meva mare llavors va fer el mateix amb el seu nom també compost, unir-lo.

No m'hi vaig acostumar mai, no perquè m'importés gaire que ella l'escrivís d'una manera o d'una altra, sinó pel que, des del meu punt de vista, significava aquella decisió seva; amb el nom unit jo la veia menys ella mateixa, més submissa i menys lliure.

--

(1) Era una situació habitual, tant, que uns quants anys més tard, alguna vegada ho vaig comentar amb algun d'aquells interlocutors (amb un parell hi tenia una bona relació), mirant de fer-els-hi entendre que aquella actitud seva, lloant sempre el meu pare i ignorant la meva mare, no era ni justa ni intel·ligent. L'èxit d'aquestes reflexions crec que va ser mínim, ja que no vaig tenir mai la sensació que acabessin d'entendre el cas, és a dir, "el problema".

(2) Això, a banda de la modificació dels seus cognoms, no sé si anterior o posterior a la del nom; es veu que mossèn Escrivá era un senyor una mica preocupat per aquestes coses tan "sobrenaturals".

## 4.8 - Discretas

"Ellas no hace falta que sean sabias: basta que sean discretas."

Mossèn Escrivá justificava posteriorment aquesta frase del punt 946 de Camino amb l'argument del context històric en què la va escriure, en concret referint-se a que llavors no hi havia dones a les universitats (la primera edició de Camino es va publicar el 1939). En lloc de preguntar-se per què no n'hi havia, o per què n'hi havia tan poques, ho trobava normal.

De fet, algunes dones sí que anaven a la universitat. Per exemple, Clara Campoamor hi havia anat: s'havia llicenciat en dret, i després havia sigut diputada, del 1931 al 1933, durant la Segona República. Va destacar com a defensora dels drets de la dona.

Però Clara Campoamor no era precisament el model de dona que tenia al cap mossèn Escrivá. I mentre ella reivindicava els drets de les dones, mossèn Escrivá anava redactant Camino. Segons les biografies dels seus simpatitzants, anava fent diferents ampliacions i múltiples revisions del text. (1)

És a dir, no escriu Camino d'una tirada i el dóna per definitiu, sinó que triga anys, perquè reflexiona sobre cada un dels punts que inclou. Reflexiona i, després, pren decisions tan significatives com, per exemple, incloure en el punt 980 aquesta cita de Sant Pau:

"¿Acaso no tenemos facultad de llevar en los viajes alguna mujer hermana en Jesucristo, para que nos asista, como hacen los demás apóstoles y los parientes del Señor y el mismo Pedro?"

En aquest cas, aquesta devia ser la seva conclusió: de la mateixa manera que els apòstols van ser servidors de Jesucrist, "les dones han de servir els homes".

De fet, pel que fa a aquest tema Mossèn Escrivá no és gens original, ja que es limita a repetir els estereotips masculistes de l'època (religiosos i laics). Com en el cas de Pius XI el 1930 amb l'encíclica Casti Connubii (2). I com en el cas (per la banda laica) dels companys de Clara Campoamor del Partit Republicà Radical, que van votar en contra del dret al vot de la dona.

Aquesta concepció de les dones com a assistents no era només teòrica o ideològica, sinó que quedava reflectida en l'organització interna de l'OD. Per exemple, en l'organització de les cases dels "numeraris" o "numeràries" (les persones de l'OD que no es casen). En aquestes cases, les persones encarregades de fer d'assistents en les cases dels homes eren les numeràries, ja que se suposava que ells, "com a homes", estaven dedicant-se a feines més importants, feines que els impedièren cuinar, fregar, netejar els lavabos, fer la bugada, etc.

En cap moment, en els escrits o xerrades de mossèn Escrivá hi ha referències a les virtuts del treball domèstic dels homes. I per descomptat, era impensable la possibilitat que ells arribessin a fer d'assistents en cases de dones.

No sé com funciona avui l'OD. L'últim paràgraf l'he redactat en passat, perquè em referia a l'OD del qual la meua mare se'n va fer membre el 1958. En qualsevol cas, si l'OD evolucionava, ho feia amb lentitud. Per exemple, uns quants anys després, el 1968, mossèn Escrivá encara deia coses com aquesta:

"Por eso, me atrevo a afirmar que las mujeres tienen la culpa del ochenta por ciento de las infidelidades de los maridos, porque no saben conquistarlos cada día, no saben tener detalles amables, delicados." (3)

Aquest tipus de frases anaven acompanyades de la proclamació del respecte que li mereixien les dones, de l'alta estima en què les tenia... sempre, és clar, que s'emmotllesin al paper que ell considerava que els corresponia (discretes, submisses, cuidadores, etc.).

Per fer palesa aquesta gran consideració, l'argument definitiu consistia en dir que no era possible menysvalorar les dones, "ja que Déu s'havia fet home a través d'una dona". Per a mossèn Escrivá, com per a l'Església, la Mare de Déu estava dotada d'un munt de virtuts considerades femenines, que havien de ser el referent de totes les dones.

La manifestació més exhaustiva d'aquesta atribució de virtuts eren les lletanies del rosari. I el rés del rosari, amb les corresponents lletanies, era un hàbit que mossèn Escrivá no es cansava de recomanar.

El resultat era que, mentre resaven el rosari i recitaven les lletanies, a les dones com la meva mare no els era fàcil qüestionar el paper que els marits i l'Església els havien assignat: "Res a i no pensis". (4)

--

(1) Amb el títol de "Consideraciones espirituales" ja havia fet circular uns primers textos (més reduïts) el 1934. Sobre el punt 946, a banda de l'explicació del context històric, algunes persones de l'OD justifiquen la frase amb l'argument que és una frase bíblica (com si la Bíblia fos un bon referent, amb la seva recopilació de genocidis, esclavituds, actituds misògines, lapidacions, etc.). D'altra banda, Pedro Rodríguez, a "Camino, edición crítico-histórica" (Rialp, 2002; segons les persones de l'OD l'estudi més rigorós de Camino) al parlar d'aquesta frase s'esforça en justificar-la de diferents maneres, però no fa cap referència al tema bíblic. Curiosament no diu tampoc que altres autors ja l'havien fet servir, com per exemple Severo Catalina (La mujer, 1857) o Leopoldo Augusto de Cueto (La mujer de Guipúzcoa, 1872), és a dir, que era una frase coneguda i coherent amb la tradició misògina dominant.

(2) "(...) se atreven todavía a decir, con mayor audacia, que es una indignidad la servidumbre de un cónyuge para con el otro; (...) tal libertad falsa e igualdad antinatural con el marido tórnase en daño de la mujer misma, pues si ésta descende de la sede verdaderamente regia a que el Evangelio la ha levantado dentro de los muros del hogar, muy pronto caerá (...) en la antigua esclavitud, y volverá a ser, como en el paganismo, mero instrumento de placer o capricho del hombre." Pius XI, Casti Connubii, 1930, [www.vatican.va](http://www.vatican.va)

(3) Conversaciones con Mons. Escrivá de Balaguer. Rialp, 1969 (p. 207). És part d'una entrevista que li va fer Pilar Salcedo i que s'havia publicat l'any anterior a Telva i Mundo Cristiano (la meva mare estava subscripta a les dues revistes).

(4) No sé si al meu pare li feia molta gràcia que la meva mare fos de l'OD (ell no ho era). Però en podia estar content, ja que l'OD era un formidable aliat seu: l'OD esperava de la meva mare que fos una esposa submissa, dedicada als fills i pendent del marit. Exactament el mateix que n'esperava el meu pare.

## 4.9 - Casa't i sigues submisa

"Tendrás que aprender a ser sumisa, como dice San Pablo. O sea, a ponerte debajo, porque tú serás la base de vuestra familia."

És una de les frases del llibre "Cásate y sé sumisa", publicat el 2013 per l'editorial Nuevo Inicio, de l'Arquebisbat de Granada. Francisco Javier Martínez, llavors arquebisbe de Granada, va dir que el llibre era una obra evangelitzadora i que feia un gran servei a moltes persones. (1)

Llavors la meva mare, el 2013, feia vuit anys que havia mort. Però al llarg de la seva vida havia llegit i escoltat moltes frases semblants. Recordo en algun casament familiar, enmig de la missa (i sense que ningú protestés) la lectura de l'Epístola als Efesis: "Que les dones es subordinin en tot als seus marits". (2)

Avui aquest tipus d'opinions són minoritàries, i quan es fan públiques provoquen bastantes crítiques, mentre que el 1950, quan es va casar la meva mare, eren les opinions dominants. De manera que, llavors, per a una dona ser conscient d'aquests despropòsits era més difícil, i revoltar-s'hi encara més.

Si he citat un llibre del 2013 és per fer evident que mentre la meva mare va viure, en l'entorn religiós que ella es movia (l'Opus Dei, l'Església que representava Francisco Javier Martínez, etc.), aquestes idees no es van anar diluint, com passava en la resta de la societat, sinó que van seguir vigents. (3)

Un detall més: al web de l'editorial Nuevo Inicio es diu de l'autora del llibre, Costanza Miriano, que "és feliç perquè és catòlica". (4)

La meva mare també era catòlica, molt catòlica, i malgrat tot de vegades era profundament infeliç. (5)

--

(1) Costanza Miriano. Cásate y sé sumisa. Nuevo Inicio, 2013 (no indico les pàgines de cada una de les cites perquè les he tret de l'edició digital del llibre, sense paginar)

(2) A la biblioteca de casa dels meus pares hi havia bastants llibres "d'orientació espiritual i educació familiar", llibres que insistien en el tema del paper subordinat de la dona. Alguns d'aquells llibres els guardo. Al morir la meva mare vaig decidir conservar-los, i ara me n'alegro, perquè si els fullejo m'adono que no faig demagògia, quan explico aquestes coses com les explico.

(3) Ja sé que dins de l'Església hi ha corrents d'opinió molt diferents, alguns completament en desacord amb aquestes opinions, però jo em refereixo "al corrent de l'Església en què estava inserida la meva mare".

(4) Algunes frases més del llibre: "Esta realidad, que la mujer lleve inscrita la obediencia en su interior -el hombre, en cambio, lleva la vocación de la libertad y de la guía-, no nos gusta mucho, pero es necesario entender bien el sentido que tiene." / "Cuando [tu marido] te dice algo, por lo tanto, lo debes escuchar como si fuera Dios el que te habla." / "Cuando entre vuestras dos opiniones te parezca que la suya es claramente errónea, para vosotros, y probablemente también para los niños, confía también en su lucidez." Etc.

(5) Mossèn Escrivá, sobre aquesta combinació de felicitat i adversitats diu: "Piensa que Dios te quiere contento y que, si tú pones de tu parte lo que puedes, serás feliz, muy feliz, felicísimo, aunque en ningún momento te falte la Cruz." Amigos de Dios", punt 141 (recull d'homilies publicades pòstumament, el 1977).

## 4.10 - Les amigues

"El amigo de verdad es amigo en las cuatro estaciones." Eduardo Galeano (1)

És evident que a la meva mare alguna amiga seva de l'OD li va oferir una amistat sincera i afectuosa, una calidesa genuïna.

Però què hauria passat amb aquelles amigues de l'OD si ella un dia els hagués dit que deixava l'OD? O encara pitjor, si els hagués dit que no només deixava l'OD, sinó que alhora pensava que tot allò de la religió eren rondalles, i l'OD en concret una organització opressiva, entre altres coses perquè promovia el sotmetiment de les dones.

Haurien seguit sent amigues seves, en aquest cas? Em sembla que hauria sigut complicat. Perquè crec que el principal interès d'aquelles amigues pel que fa a la meva mare era, sobretot, "el seu benestar religiós". Es a dir, que fos una bona catòlica. Si es podia ser bona catòlica i alhora feliç, esplèndid. Però si tot junt no podia ser i calia triar, l'elecció era clara: la dimensió religiosa havia de ser la prioritat.

Això és fàcil d'entendre, si et situes en el seu punt de vista (el d'elles i de la meva mare): en aquesta vida només hi estem de pas; la veritable felicitat no és la terrenal, sinó "la de l'altra vida"; per seguir el camí que porta cap al cel i la felicitat eterna, l'OD és una opció immillorable; etc.

Faig un incís: la meva mare també tenia altres amigues, en general creients i practicants, però no totes. En aquesta pàgina, però, em refereixo només a les amigues que, com ella, pertanyien a l'OD.

Segueixo. De fet, penso que l'amistat d'aquelles amigues de l'OD era semblant a l'amor del meu pare: t'estimo -argumentava ell- perquè confio que tu acabaràs sent com jo crec que has de ser. T'estimem -pensaven elles- perquè confiem que, igual que nosaltres, aniràs seguint el camí que ens porta cap al cel.

Es pot parlar en casos així de veritable amistat? No ho sé, primer caldria posar-se d'acord sobre què entenem per amistat. En qualsevol cas, crec que hi ha "formes d'amistat" que no es basen en el fet de compartir creences o ideologies, però que fan (o com a mínim poden fer) "la breu vida terrena" una mica més fàcil, suau i agradable.

Què es pot salvar, d'un tipus d'amistat sobretot molt lligat al fet de compartir unes mateixes creences? Suposo que la resposta no és fàcil, perquè cada cas pot ser diferent. Suposo que depèn de moltes coses: de les fragilitats prèvies i del grau d'autoestima de cadascú, de la disponibilitat o no d'altres amistats, de l'existència o absència d'altres espais de socialització...

La resposta no és fàcil, però de tota manera a mi la pregunta no em sembla gratuïta.

--

(1) Los hijos de los días. Siglo XXI Editores, 2011.

## 4.11 - Que faci el que vulgui

"Només mantenint una distància és possible percebre, i només conservant una certa distància és possible respectar (...) Heus aquí, doncs, una de les claus del respecte: la 'justa' distància. Cal estar molt atents per saber-la trobar; no hi ha mesures canòniques que ens puguin servir ni mètodes de càlcul; en cada cas la seva troballa dependrà de la nostra capacitat per percebre i per estar atents." Josep Maria Esquirol (1)

Quan vaig tornar a viure amb la meva mare la meva intenció era procurar que les coses li fossin una mica més fàcils. La teoria era clara, la pràctica de vegades no tant.

Amb aquest propòsit, era necessari estar atent i ser prudent, per tal de saber quan el millor era afavorir les decisions que ella prenia... i quan potser era millor mirar de fer-la reflexionar. I que així, ella mateixa, pogués veure que allò que en aquell moment potser li semblava tan clar, potser no era el que més li convenia, si l'objectiu principal era que no perillés la seva estabilitat.

Les decisions potencialment conflictives podien ser de diferents tipus, però les de més risc sobretot eren les relacionades amb els fills o d'altres parents.

El cas és que quan em semblava oportú, o necessari, ficava cullerada, opinava, i eventualment intentava convèncer-la o dissuadir-la del que fos.

Aquesta postura de vegades intervencionista no era ben vista per tothom. Algun germà de vegades se n'havia queixat, o me l'havia censurat, amb l'argument que la meva mare havia de poder fer sempre el que li semblés millor. I era veritat, tenia raó. Però també ho era que, si el resultat d'alguna decisió desafortunada era un petit o no tan petit cataclisme (aquestes coses passaven), ella en pagava les conseqüències. I de rebot jo també, ja que era qui vivia amb ella (i llavors havia de mirar de reconduir la situació).

Mentrestant, aquell germà que havia defensat amb arguments coherents i consistents la total autonomia de la meva mare, s'estava tan tranquil a casa seva, en general sense ni assabentar-se del que havia passat.

Intervenir sempre implica un risc. I no fer-ho també. Sens dubte, es pot equivocar qui fa i qui no fa.

Durant aquells anys tinc assumit que les meves decisions no van ser sempre les més encertades. Ara bé, mirat en conjunt, em sembla que hauria sigut encara més desencertat si, com a norma, no hagués intervingut mai. Ho repeteixo: segur que ho hauria pogut fer millor... però segurament ho hauria fet pitjor si, davant dels problemes que sorgien o s'endevinaven, m'hagués limitat a fer d'espectador.

No és que vulgui defensar-me. Només vull recordar que viure amb una persona amb problemes emocionals t'enfronta a situacions i dilemes complicats. Davant d'aquestes situacions, pots mirar-te-les des de lluny, desentendre-te'n... O implicar-t'hi, mullar-te, intentant trobar amb humilitat i paciència les millors solucions, o si més no les que semblen menys dolentes (cosa que de vegades és l'únic viable).

Per a mi, les alternatives menys dolentes eren aquelles que, en teoria, semblava que podien acabar generant, en conjunt, un menor patiment.

En el cas de la meua mare el criteri "del risc de patiment" em semblava clau, ja que de vegades era bastant previsible que, en funció de les decisions que es prenguessin, ella podia acabar passant-s'ho malament. I les conseqüències del seu patiment eren fàcils d'imaginar: com més malestar, frustració i sofriment, més riscos de nous episodis depressius. Si més no per a mi, a aquelles alçades ja no hi havia cap dubte, que hi havia relacions clares de causa-efecte entre una cosa i l'altra.

Per això em semblava que de vegades estava justificat ser intervencionista, per tal d'intentar minimitzar aquestes possibilitats de desestabilització. (2)

D'altra banda, aquest és l'escenari en què es mouen tots els familiars que conviuen amb persones amb problemes emocionals importants. La vida quotidiana d'aquests familiars sovint està marcada per aquesta actitud vigilant i eventualment intervencionista. No per cap afany de protagonisme, sinó només per tal d'intentar minimitzar el risc de conflictes i recaigudes del familiar amb problemes. En els moments difícils o potencialment difícils l'objectiu és aquest (o hauria de ser-ho): intentar rebaixar la pressió, mirar d'evitar les situacions potencialment conflictives, procurar allunyar els problemes... I d'aquesta manera, amb una mica de sort, fer la vida de la persona vulnerable potser una mica més fàcil. Una altra cosa és si, malgrat aquest propòsit, després s'encerten les decisions.

Si en aquests casos es té la temptació de jutjar els familiars per com fan les coses, s'ha d'anar amb molt de compte. Sobretot quan els judicis es fan des de fora. Sobretot quan es fan des de lluny. Sobretot quan es fan sense saber ben bé què passa en aquella família. (3)

--

(1) Josep Maria Esquirol. El respeto o la mirada atenta. Gedisa, 2006 (p. 60, 62)

(2) És clar, també hi ha el perill d'intervenir quan no cal intervenir, quan és inadequat fer-ho, quan les decisions que estan en joc més que estar relacionades amb perills de desestabilitzacions tenen a veure amb criteris personals que no fan al cas. Aquest risc sempre hi és, perquè els límits no sempre són clars.

(3) Amb això no vull dir que em semblin malament les opinions formulades "des de fora", al contrari. De vegades són molt útils, sobretot quan es fan amb lucidesa, molta atenció i també molt de respecte. En aquests casos, benvingudes siguin. Però fins i tot en aquests casos, per lúcides i benintencionades que siguin, si "des de dins" no es poden assumir (perquè les circumstàncies no ho permeten, o perquè no ho pot assimilar qui ho hauria d'assimilar) poden no tenir gaire sentit, o molt poca utilitat.

## 4.12 - Que no faci el que vulgui

"Es tracta de pensar millor per tal de viure millor." André Comte-Sponville (1)

Sobre aquest tema que he explicat abans d'intervenir o no, ara posaré un exemple que potser no és el més adequat, ja que en aquest cas no sé fins a quin punt el més important era protegir la meva mare o tranquil·litzar-me a mi mateix.

Havia sortit al diari la notícia d'una dona que havia denunciat el seu marit per haver-la violada. Al voltant de la notícia s'havia generat una polèmica pública, i la meva mare, que sempre estava a punt d'escriure cartes als diaris, en va escriure una criticant aquella dona i les persones que li feien costat, amb l'argument terrible que la seva obligació com a dona casada era estar sempre a disposició del marit, i que per tant allò no era una violació.

Em va ensenyar la carta abans d'enviar-la, em vaig quedar esgarrifat, i vaig mirar de convèncer-la de què no l'enviés. El cas és que al final no la va enviar, sobretot perquè un altre germà, de la seva corda religiosa i per tant amb "criteris morals de confiança", li va dir més o menys el mateix que jo. En canvi hi va haver com a mínim un altre germà, i alguna amiga seva, que van censurar el que jo havia fet i la van animar a fer el que volgués: "Què m'havia pensat jo, intentant impedir que enviés la carta?"

A mi m'hauria fet realment mal, molt, veure publicada aquella carta amb el nom de la meva mare. M'hauria fet molt de mal perquè era una carta que posava de manifest, públicament, un dels aspectes, des del meu punt de vista, més tristos de la meva mare, aquella concepció de la submissió de la dona en la relació de parella. I a sobre amb un exemple tan terrible.

A més, jo sabia que la meva mare "no era només allò" (o potser ni tan sols allò), perquè igual un altre dia podia escriure una carta en sentit contrari, amb la mateixa fermesa. Però això ho sabia jo, i la gent que la coneixíem. En canvi, algú que hagués llegit només la carta del diari s'hauria quedat només amb el que deia allí, una cosa espantosa. Espantosa per a mi, però que de fet era el que s'havia estat inculcant a les dones fins feia ben poc: que la seva obligació (encara que no en tinguessin ganes) era satisfer sempre els desitjos del marit. (2)

No me'n vaig penedir gens, d'aquella intervenció amb el propòsit de fer-la canviar d'opinió, al contrari. Recordo a més que per a mi va ser motiu de reflexió el paper d'aquell germà i d'aquella amiga als quals els semblava molt bé aquella iniciativa de la meva mare (encara que potser no compartissin el contingut de la carta, només perquè escriure-la i enviar-la era una decisió seva).

D'acord, a ells els semblava molt bé. Doncs a mi no: la manera com entenia jo en què consistia estimar la meva mare i fer-li costat m'impedia estar d'acord amb ells. Estimar-la i fer-li costat per a mi era, de vegades, ser intervencionista. Com en aquell cas. De fet, anar a viure amb ella en definitiva va ser la forma d'intervencionisme més gran. (3)

Un últim apunt: per descomptat que quan vaig intentar convèncer-la no vaig fer la més mínima al·lusió a la seva vida personal. A la meva família la sexualitat era com si no existís, era un tema tabú, i encara més tabú si es referia a la pròpia.

--

(1) André Comte-Sponville. La felicidad, desesperadamente. Paidós, 2001 (p. 16)

(2) Amb el que costa eradicar aquestes actituds (hi ha molts homes que encara les tenen interioritzades), només falta això, que la teva mare es manifesti públicament d'aquesta manera tan reaccionària i contrària als drets i la dignitat de les dones. Precisament ella, que alhora, en un altre moment, era capaç de reivindicar aquests mateixos drets amb entusiasme i fermesa!

(3) D'altra banda, vaig ajudar la meva mare a enviar moltes altres cartes als diaris (a través del correu electrònic) amb el contingut de les quals de vegades hi estava en complet desacord (per exemple, sobre el divorci o l'avortament). En aquests casos em semblava que aquella falta de coherència meva (contribuir a la difusió d'unes idees seves que jo rebutjava) tenia una compensació suficient: la meva mare se sentia satisfeta, i la satisfacció facilitava el manteniment dels seus equilibris emocionals. Però és clar, la carta de la violació era una altra història.

## 4.13 - Sobre la mortificació

(\*) "No he entès mai el sofriment, Senyor. Per molt que m'ho expliquin, no ho entenc. Per què la Creu? Per què la teva creu? Per què vas venir al món? No entenc el pecat, que pugui ofendre tant el meu Déu. Si tu eres Déu, per què no passaves del pecat? No ho entenc."

Aquest text és una de les excepcions dins del conjunt de les notes de la meva mare dedicades al sofriment i la mortificació. N'hi ha alguna altra de semblant, però la majoria de vegades que parla del sofriment i la mortificació no és rebutjant-los, sinó entenent-los, assumint-los, trobant-els-hi el sentit religiós de la "corredempció amb Jesucrist".

Malgrat el domini de les notes "a favor" (del sofriment i la mortificació) de vegades semblava que en la seva vida diària la seva actitud no estava tan polaritzada, sinó que era més ambivalent. Em refereixo si més no als seus darrers onze anys de vida, durant els quals vam conviure.

Parlo de la mortificació perquè considero que és un aspecte que "també" té a veure amb les seves depressions. És un altre aspecte conflictiu, que afegit als que ja arrossegava, la feien encara més fràgil. No més forta, tal com pregonaven aquells que n'exaltaven les virtuts (de la mortificació) sinó més vulnerable, a causa de la seva confusió i del seu disgust pel fet de no ser capaç de mortificar-se "prou", amb la suficient intensitat, amb la suficient "alegria sobrenatural", etc.

Podria explicar algunes històries (històries seves) en què els protagonistes són els cilicis i d'altres estris i formes de mortificació. Ara només n'explicaré una, més discreta, però que em sembla prou significativa d'això que intento explicar, d'aquesta relació seva complicada amb la mortificació.

Era molt aviat, ni tan sols havia començat a clarejar. La meva mare es llevava sempre molt d'hora, i jo no tant. Ella dormia a una punta del pis, i jo a l'altra, amb un llarg passadís entremig. No sé per quin motiu, em vaig despertar abans de la meva hora habitual i, a l'altra punta del pis vaig veure la petita claror de les espelmes del seu altaret, a la seva habitació. Suposo que m'hi devia acostar per dir-li bon dia... i em vaig quedar glaçat.

Aquells dies la meva mare de vegades es queixava del mal que li feia un clau que tenia al genoll (una de les diferents "peces" que duia a diferents parts del cos a causa de diferents incidents i accidents que l'havien fet passar unes quantes vegades pel quiròfan). Val a dir que el fet de queixar-se "també li feia mal": la feia sentir malament, perquè pensava que no s'hauria de queixar, que hauria de dur el dolor en silenci, etc.

Suposo que si aquells dies de vegades es queixava és que n'hi devia fer bastant, de mal, perquè no era en absolut una persona que es queixés amb facilitat dels mals que tenia, i ho dic en plural, perquè en tenia uns quants.

Bé, doncs me la vaig trobar agenollada en un reclinador que tenia a la seva habitació (una herència de la capella que hi havia hagut a casa dels meus avis), un reclinador que a més estava en males condicions, amb l'encoixinat per agenollar-se bastant deteriorat, no recordo si fins i tot amb alguna molla desmarxada.

Li vaig dir que què feia agenollada allí, tenint com tenia el genoll malament, i a sobre amb aquell reclinador desmanegat, que per a ella era com una tortura. De fet era

això, "una tortura autoinfligida", una mortificació buscada. I llavors ella, plorosa, em va dir que estava oferint el seu mal a Déu, que estava resant i demanant-li que curés un germà meu que llavors no estava bé. Que així, mortificant-se, Déu valorava més la seva súplica.

La veritat és que jo també m'hauria posat a plorar. Em va fer tanta llàstima, veure-la tan desvalguda, tan crèdula, plorant, amb el seu mal, dient el que deia... M'hauria posat a plora amb ella... i potser també a cridar, si hagués tingut al davant alguna de les persones que havien alimentat en ella aquelles històries de les mortificacions:

"Bendito sea el dolor. -Amado sea el dolor. -Santificado sea el dolor...  
¡Glorificado sea el dolor!" Camino, 208

"En su cuarto guardaba el Padre, en una caja, el cilicio y las disciplinas. Impresionaba este instrumento de flagelación, de cuyos cabos pendían trozos de herradura y cuchillas de afeitar, y puntas remachadas." Andrés Vázquez de Prada (1)

Li vaig fer prometre que no es tornaria a agenollar en aquell reclinadori. Si més no, mentre no tingués el genoll curat i el reclinadori arreglat (no sé si fins i tot la vaig amenaçar amb llençar el reclinadori). El cas és que el reclinadori no el va fer arreglar, i el genoll no tenia cura... de manera que ves a saber, és probable que algun altre cop repetís la història, això sí, suposo que calculant que no la pogués enxampar.

--

(1) Andrés Vázquez de Prada, "El Fundador del Opus Dei". Rialp, Madrid, 1983 (p. 161)

## 4.14 - Més mortificació

"Donde no hay mortificación, no hay virtud." Camino, 180

Quan la meva mare encara vivia, un dia vaig parlar d'aquest tema de les mortificacions amb un germà meu de l'OD. Em va dir que, en el cas de la nostra mare, ell estava convençut que aquell tipus de mortificacions no se li fomentaven. Que estava convençut que tenint en compte la situació de la nostra mare, amb els seus múltiples mals físics i emocionals, segur que intentaven treure-li aquestes idees del cap. No em va convèncer, però la conversa amb ell va acabar així, i no en vam parlar més.

Fa uns dies vaig anar a veure una amiga de la meva mare, també de l'OD. No només amiga, sinó alhora la seva directora durant molts anys (1). És una dona simpàtica, decidida, i em va fer grans elogis de la meva mare, parlant-me sobretot de la seva exuberant vitalitat, originalitat, creativitat i alegria.

Com que la conversa era fàcil i agradable, vaig aprofitar i li vaig explicar l'anècdota del reclinadori, afegint-hi a continuació el que jo en pensava: que aquell tipus d'actituds de la meva mare per a ella no eren "emocionalment saludables". Ni emocionalment ni físicament, ja que després a causa de mortificacions com aquella anava encara més adolorida tot el dia, perquè li feia més mal el genoll, a més de tots els altres mals que ja arrossegava. Uns mals físics que al seu torn repercutien sobre els emocionals, agreujant-los.

Després de la meva exposició l'amiga de la meva mare em va mirar somrient i em va dir, de manera clara i ferma, que hauria d'estar orgullós d'ella, pel fet de ser capaç d'actuar d'aquella manera. Que l'havia d'admirar per la seva abnegació, per la seva disposició a fer pels fills aquells sacrificis (en aquell cas tal com ja he dit l'objectiu de la mortificació era que Déu s'apiadés i alleugés els mals d'un germà meu). Que havia de valorar que ella es sacrificés, ja que ho feia perquè era el que considerava més efectiu de cara a aconseguir el que volia, el bé dels seus fills.

No em va dir: "Caram, no sabia que ella ho visqués així, que ho dugués a aquests extrems i li provoqués tant de patiment, em sap greu!". No em va dir res d'això, només em va parlar d'admiració i agraïment. I jo vaig tenir la sensació d'estar escoltant una extraterrestre.

Ara bé, l'amiga, des del seu punt de vista tenia raó. Però a mi aquella raó, aquell comportament de la meva mare no em desperta admiració, gens ni mica, sinó només tristesa. Perquè recordo la meva mare plorant quan la vaig enxampar agenollada al reclinadori, plorant de dolor, del mal que li feia el genoll, plorant alhora per no ser capaç de mortificar-se més (i més abnegadament), plorant perquè a causa "de la seva insuficient mortificació" Déu no atenia prou les seves súpliques. Aquell dia la recordo plorant, adolorida, trista. I si sento alguna cosa, no és admiració, sinó frustració, ràbia, tristesa.

Aquella amiga tenia "la seva raó"... però jo no estava parlant d'allò que parlava ella, ni tenia gens d'interès a parlar-ne. Parlàvem de coses diferents i en idiomes diferents. Ella parlava del sentit de la corredempció cristiana, i jo li parlava d'Antonio Machado:

"¿Quien me presta una escalera para subir al madero, para quitarle los clavos a Jesús el Nazareno? (...) ¡No puedo cantar, ni quiero, a ese Jesús del madero, sino al que anduvo en el mar!"

Però no li vaig fer cap comentari, era obvi que no tenia sentit fer-ne cap, hauria sigut inútil.

El cas és que els comentaris de l'amiga em van confirmar que l'opinió de feia més de deu anys del meu germà no era correcta: si aquella amiga de la meva mare que alhora havia estat la seva directora no havia entès el que jo havia intentat explicar-li, per a mi era obvi que no era possible que hagués tingut cap a la meva mare l'actitud que el meu germà li havia atribuït. Al contrari, segurament havia aprovat aquelles mortificacions, i és possible que fins i tot les hagués estimulat. I és normal: si pensava que allò era digne d'admiració, per quin motiu no havia d'estimular-li aquelles pràctiques? (2)

Uns dies després, casualment, vaig veure un altre dels meus germans (crec que ja ho he dit algun cop abans, que som una família molt extensa). Aquest germà també és de l'OD. Ens veiem molt poc, em va preguntar què feia, i li vaig dir que estava escrivint aquests records i reflexions sobre la nostra mare, però que no sabia si els acabaria compartint amb la família, que em feia molta mandra pensar en compartir-los amb segons quins germans, perquè tenia clar que seria motiu de discrepàncies.

--

(1) No sé si dir-ne "directora" és correcte, segons la terminologia de l'OD, però en relació a la meva mare exercia funcions d'aquest tipus.

(2) No puc assegurar que fos aquella mateixa amiga, però si no era ella la protagonista del que explico a continuació era una altra de la mateixa colla, del grup de dones de l'OD amb qui la meva mare es relacionava. Recordo una conversa per telèfon, la meva mare parlant d'un cilici que una amiga seva s'havia deixat al dormitori de la casa dels Pirineus de la meva mare. Resulta que l'amiga estava preocupada per si algú anava a la casa i trobava el cilici, i els comentaris que en pogués fer, sobretot segons qui fos qui el trobés. És a dir, que en les seves converses amb les amigues de l'OD el tema "cilicis i mortificacions" era present, no era una raresa. Tant l'episodi del reclinadori com el de la conversa per telèfon sobre cilicis diria que van passar els dos "ja al segle XXI", entre el 2002 i el 2003.

## 4.15 - L'holocaust

"Haga de si misma un holocausto en honor de tres amores: Dios, su esposo y sus hijos. Ellos han de absorberla completamente. No ha de tener más ilusiones, porque todo lo demás tiene categoría de minucias y pequeñeces que han de desaparecer ante los tres grandes ideales con que la ha bendecido el Señor."

És part de la carta que un jesuïta li escriu a la meva mare, un any després d'haver-se casat ella (encara faltaven uns anys perquè es fes de l'OD). En aquella època aquell mossèn feia de conseller espiritual de la meva mare; es veu que abans ella l'havia escrit dient-li que estava preocupada per la seva responsabilitat de mare (feia poc havia nascut el meu germà gran).

Llavors les coses eren així, el que s'esperava de les dones era el seu holocaust familiar (1). El seu món havia de ser exclusivament el de la religió, la maternitat, els fills i el marit. El pensament dominant masculí era aquest. I no només dins de l'Església. Per exemple, Gregorio Marañón, metge, escriptor, polític i pensador liberal, que s'havia oposat a la dictadura de Primo de Ribera i que en un primer moment va donar suport a la Segona República, un intel·lectual alhora presumptament defensor dels drets de les dones, escrivia això:

"Prácticamente -digámoslo de un modo rotundo- una buena madre durante los años de la fecundidad, que son los centrales de su vida, no podrá ser ni deberá ser apenas otra cosa que madre. (...) Nada hay, por tanto, que añadir; la madre debe ser madre por encima de todo; y la maternidad, ya lo sabemos, no implica sólo un problema de incompatibilidad en el tiempo, sino que supone el máximo desarrollo de la esencia misma de la feminidad; y esta feminidad llena de trabas al espíritu para la abstracción mental y ética que se precisa ante el ejercicio de muchos de esos cargos públicos." (2)

Per part de l'Església, les directrius encara eren més clares:

"Estéense con gusto en casa, si la obligación no las obliga a salir, y esto nunca se proponen a hacerlo sin licencia de su marido (...) a quien también deben agrandar y obedecer con la mayor prontitud en todas las cosas que no contradicen a la piedad cristiana." Catecismo para párrocos (3)

Dic tot això per contextualitzar el que després es troba la meva mare quan es fa de l'OD, és a dir, no res de nou en aquests aspectes de la condició de la dona i del seu paper dins de la família. I no res de nou tampoc pel que fa als holocausts (familiars o del tipus que siguin), que s'esperen de tot catòlic:

"Hay que darse del todo, hay que negarse del todo: es preciso que el sacrificio sea holocausto." Camino, 186

"Para acompañar a Cristo en su Gloria, en el triunfo final, es necesario que participemos antes en su holocausto, y que nos identifiquemos con El, muerto en el Calvario." Forja, 1022. (4) (5)

--

(1) Els diccionaris associen la paraula holocaust en primer lloc amb sacrificis humans: "Entre els hebreus sacrifici en què la víctima és consumida enterament pel foc" (DEC). I en segon lloc, en sentit figurat, es refereixen a ofrenes i sacrificis.

(2) Gregorio Marañón. Tres ensayos sobre la vida sexual. Biblioteca Nueva, Madrid, 1931 (p. 123, 146)

(3) Catecismo para párrocos. Editorial Magisterio Español, 1971 (segona part, capítol VIII, punt 27, "En qué consisten los deberes de la mujer", p. 369). És un dels llibres que hi havia a la biblioteca de casa dels meus pares. El més sorprenent és que el text d'aquest catecisme és del Concili de Trento (1545), i resulta que quatre segles més tard encara es reeditava (no sé si es segueix publicant), l'Església el feia servir i famílies com la dels meus pares el tenien de referent, o com a mínim se l'havien comprat.

(4) Forja és una altra de les obres de mossèn Escrivá . A Camino i Forja no és difícil, trobar-hi cites semblants (i a Surco, una altra obra seva, igual).

(5) Una altra cita per situar-se en l'ambient que envoltava la meua mare: "Consideran unos que la destrucción de la víctima es esencial para que haya sacrificio (...) Otros, sin embrago, consideran que lo esencial en el sacrificio es la oblación de la víctima y que basta que la destrucción sea potencial: esto es, que el oferente esté dispuesto a llegar a la destrucción, si la persona a quien la víctima se ofrece, o las circunstancias, así lo exigieren." Ho escriu Alfonso Rey a "¿Por qué ir a Misa el domingo?", Ediciones Palabra, 1974 (p. 42). L'editorial és de l'OD (m'imagino que l'autor també, el llibre està farcit de cites de mossèn Escrivá). És un altre dels llibres que hi havia a casa dels meus pares.

## 4.16 - Pastoral de la salut

"Cualesquiera sean la causa o las circunstancias que desencadenan la depresión, el papel de la experiencia religiosa y el poseer convicciones sólidas de la fe ocupan una posición clave en la recuperación del equilibrio mental y en la curación de la enfermedad." James M. Wingle, bisbe d'Ontario.

Encara que sigui un descregut, no tinc cap mena de dubte sobre el fet que estar aixoplugat sota una creença que doni seguretat i sentit a la pròpia existència fa més fàcil conservar (o recuperar) l'estabilitat emocional. Crec que les persones no creients en aquest sentit podem ser més vulnerables, sobretot si no tenim algun sistema de creences alternatiu. (1)

Tinc moltes referències de persones catòliques per a les quals les seves creences han sigut el puntal que els ha servit per estructurar la seva vida de manera autònoma, productiva, generosa i alhora emocionalment estable. No me n'oblido mai, perquè a més cap a alguna d'aquestes persones sento una gran admiració.

Ara bé, dit això, després resulta que les coses de vegades són una mica més complicades. La cita inicial està treta d'un document sobre les depressions del Consell Pontifici de la Pastoral de la Salut (2). I en cap de les vint-i-sis ponències incloses en aquest document no es fa cap referència a la possibilitat que, de vegades, la manera com es viu la religió pugui ser un element que compliqui la vida, en lloc de facilitar-la. I que per tant, eventualment, en alguns casos la dimensió religiosa pugui afavorir les depressions, en lloc d'ajudar a prevenir-les o superar-les.

Les creences (religioses o no religioses) ajuden a viure, però de vegades també poden ser perjudicials per a les persones que hi creuen. Depèn de diferents factors: de les mateixes creences, de l'entorn del creient, de la manera de ser d'aquest creient, de la manera de viure les seves creences, etc. De la mateixa manera que conec persones creients amb un sòlid equilibri emocional, també en conec de les altres, de les que han perdut aquest equilibri, o que potser no l'han tingut mai. Creure en Déu pot ser una ajuda, però no vacuna contra les depressions, ni és una garantia per poder-ne sortir.

En el cas de la meva mare, des del meu punt de vista la religió va tenir un paper ambivalent. D'entre les diferents "famílies" del catolicisme va triar una via que es presentava com a innovadora, però que de fet era més aviat rígida, autoritària i dissimuladament misògina, una barreja que conformava una mena de teranyina de la qual ella n'era poc o no gens conscient: només veia el flotador que l'ajudava a surar, però no en veia aquells altres elements que no afavorien el seu equilibri emocional.

He fet servir la paraula teranyina perquè la xarxa d'arguments que envoltava el món religiós de la meva mare estava molt ben teixida. Per exemple, al mateix document ja esmentat el cardenal Javier Lozano Barragán, president Consell Pontifici de la Pastoral de la Salut, es refereix a "lo que en último análisis es la depresión: un alejarse del Señor".

Però què passa si, malgrat "no allunyar-te del Senyor" (com la meva mare) la cosa no rutila? Cap problema, ens ho explica en una altra ponència l'arquebisbe Jorge Arturo Medina:

"Saberse amado y repasar la larga lista de los dones que hemos recibido de Dios, es (...) un buen camino para 'alcanzar amor'. En esta

perspectiva la depressió debe ser vista como una forma de participació en la passió y en la cruz de Cristo y como una realitat dolorosa que nos permite 'completar lo que falta a la passió de Cristo, en favor de su cuerpo que es la Iglesia". (3)

És a dir, es fa que tot encaixi. Del dret i del revés. De manera que si és el cas que la fe no ajuda a superar la depressió, és perquè Déu ho vol així i, per tant, si ell ho vol, està bé que sigui així.

D'altra banda, cal reconèixer que aquesta idea del sentit sobrenatural de la depressió pot ser molt útil a una persona creient per tal de suportar la depressió que pateix. Aquesta és la part positiva de ser creient en el cas de patir una depressió.

Però a banda de suportar-la, l'ajudarà a superar-la? Doncs potser no, perquè si patint la malaltia segueixes els designis divins i alhora contribueixes a completar l'obra redemptora de Crist, el que has de fer és estar orgullós de patir la depressió. De manera que el desig humà d'evitar el sofriment entra en contradicció amb el desig sobrenatural de celebrar el sofriment.

Per tant, el resum d'aquest embolic suposo que seria aquest: en general, tenir un sistema de creences fa més fàcil la vida, però de vegades també la pot fer més difícil. De vegades pot alleujar una depressió i de vegades la pot empitjorar. I de vegades pot fer les dues coses alhora, sumant per una banda i restant per una altra. (4) (5)

--

(1) Viure sense arrepenjar-te enlloc és molt difícil, potser impossible: encara que alguns no siguem religiosos suposo que, per no acabar naufragant, sempre "ens inventem alguna cosa" que doni sentit a les nostres vides.

(2) 'La depressión', Consejo Pontificio para la Pastoral de la Salud, Palabra, 2004. És el recull de les actes de la XVIII conferència internacional sobre la depressió (Ciutat del Vaticà, 2003). Aquest llibre es va publicar un any abans de morir la meua mare, gairebé cinquanta anys després de l'inici de les seves depressions. No sé si des del Vaticà abans ja s'havia promogut i difós alguna altra aproximació a les depressions (al llibre no hi ha cap referència en aquest sentit). Però els continguts de tipus religiós del llibre (i la seva relació amb la salut) no són cap novetat pel que fa a la doctrina o criteris de l'Església, és a dir, el context religiós en què va viure la meua mare. Per això m'ha semblat oportú fer servir aquests textos, tot i la seva tardana publicació (en relació a la vida de la meua mare).

(3) He seleccionat unes poques cites breus d'un llibre de gairebé cinc-cents pàgines i amb textos de diferents autors. Hi ha moltes més cites semblants, perquè els espais dedicats a la perspectiva religiosa de la malaltia són molts. També és cert que d'aquest mateix llibre podria seleccionar-se'n altres fragments, i amb ells fer un bon text sobre les depressions, clarificador i útil. Ara bé, aquest altre llibre no tindria cap sentit que el promogués l'Església, ja que per a ella només adquireix sentit quan el tema es vincula amb l'experiència religiosa, o més ben dit, amb una determinada experiència religiosa "sempre positiva".

(4) A Camino, el principal llibre de referència de la meua mare, de missatges poc adequats per a una persona depressiva (o en risc de ser-ho) no en falten: "No olvides que eres... el depósito de la basura. (...) Humíllate: ¿no sabes que eres el cacharro de los desperdicios?" (592\*); "Cuando te veas como eres, ha de parecerse natural que te desprecien." (593); "Si te conocieras, te gozarías en el desprecio" (595\*); etc. Es podria pensar que aquestes idees potser no afectaven la meua mare, però es veu que no era el cas. Escrivia ella: "El Padre es sentia un drap brut, escombraries. Com m'haig de sentir jo? Què he fet com a mare dels meus fills?"

(5) No he traduït les cites d'aquesta pàgina per no arriscar-me a alterar el seu sentit.

## 4.17 - Sumar i restar

"La Virgen Santa María, Madre del Amor Hermoso, aquietará tu corazón (...) si acudes a Ella con confianza." Camino, 504\*

Continuo amb el tema de l'apartat anterior, passant ara de les consideracions generals al cas de la meva mare.

És obvi que, quan et sents perdut, desvalgut, impotent, sentir que tens un Pare Celestial que t'estima i una Mare de Déu que vetlla per tu, pot ser molt reconfortant. Tenir fe, resar, anar a missa, creure en el Cel i en la vida eterna, tot això a la meva mare l'ajudava a viure. Igual que ajuda a milions de persones: si no fos així, no existirien les religions. Tots necessitem creences, i necessitem també acompanyar-les d'hàbits i rituals: som éssers de costums, socials, comunitaris.

Si penso en ella, m'entendreix, per exemple, recordar-la quan resava el rosari o l'Àngelus, o recordar els seus altars amb el Nen Jesús i la Mare de Déu. Recordar les espelmes enceses, les seves estampes, la seva ampolleta d'aigua beneïda a la tauleta de nit per sentir-se protegida. O les seves col·leccions de ruquets i aneguets, als quals la gent de l'OD atribuïa significats que no tinc del tot clars, però que sens dubte per a la meva mare eren importants. (1)

Tenir una segona família, la de la gent de l'OD, ajudava a viure a la meva mare. Una segona família dins de la qual se sentia acollida. De fet, ella tenia tres famílies: la família del marit i els fills (més els pares i germans), la família de la gent de l'OD amb qui es relacionava, i la família sobrenatural, Déu, la Verge i els sants. Les tres se les sentia seves i se les estimava. (2) (3)

En diferents moments, en aquests escrits (no sé si amb el suficient encert) he intentat no fer una crítica del fet religiós, sinó només una crítica d'alguns aspectes concrets de la religiositat de la meva mare, i només en la mesura que considero que eren aspectes que incidien, d'una manera o d'una altra, sobre els seus estats emocionals.

És en el context de la manera concreta de viure la religió de la meva mare que situo els comentaris que faig sobre aquest tema. Insisteixo, no amb la intenció de desacreditar ni de fer cap "esmena a la totalitat" del fet religiós, sinó només amb la intenció d'identificar, entre les vivències, influències i pràctiques religioses de la meva mare, la part que sumava i la part que restava, en relació amb la difícil gestió de les seves emocions.

El meu punt de vista òbviament no és el mateix que el de les persones que comparteixen les creences de la meva mare. Per a aquestes persones, el fet religiós, en concret el catòlic (i encara més concretament l'OD), sempre sumava. Jo en canvi crec, dic, que també hi va haver resta. I que va ser important. Més important que la suma? No ho sé, crec que la suma també va ser important. Potser és suficient dir-ho així, que van existir els dos efectes.

Dir-ho, en lloc de negar-ho com fan d'altres. Com fa també, tal com he explicat abans, la Pastoral de la Salut del Consell Pontifici Vaticà, quan al parlar de les depressions (i a l'aprofundir de manera exhaustiva en les seves causes) ni es planteja que el fet religiós, a més de ser sovint una gran ajuda, "un veritable antidepressiu", en determinades circumstàncies també pot restar. (4)

És possible que algú, llegint tot això, pensi que estic obsessionat amb el tema

religió, i sobretot amb l'OD. Però per parlar de la meva mare (ja ho he dit i repetit abans) m'és imprescindible parlar de la religió, i de l'OD en concret. Per això en parlo.

En canvi, si la meva mare hagués sigut atea i s'hagués sentit atreta pel Partit Comunista i s'hi hagués afiliat, i a causa de la seva militància i de l'autoritarisme del partit hagués acabat caient en una depressió, ara en lloc de parlar de l'OD estaria parlant del Partit Comunista. Però no va ser així, la meva mare no es va fer del Partit Comunista, ni de l'Església de la Cienciologia, ni de les Carmelites Descalces. Es va fer de l'OD.

--

(1) Pel que fa a les seves oracions em passa igual, quan penso en els seus precis a la Verge o a algun sant par tal que "intercedissin" davant de Déu, amb l'objectiu que Ell satisfés les seves súpliques. A mi, que no crec en res d'això (o potser precisament perquè no hi crec), m'entendreix profundament pensar en la meva mare resant, desvalguda i alhora esperançada...

(2) Mossèn Escrivá feia servir la paraula "família" per a referir-se a la gent de l'OD, la família espiritual de la qual ell n'era el pare, "El Padre".

(3) O potser ella ho vivia com una única família, que incloïa les tres famílies, i precisament per això patia tant quan veia que un fill perdia la fe (o no parlava bé de l'OD).

(4) En una nota d'un dels primers apartats m'he referit al psiquiatre i psicoanalista Jordi Font. Igual que en el cas de la Pastoral de la Salut, ell (a "Religión, psicopatología y salud mental", Paidós, 1999) parla de la relació entre la religió i diferents patologies, però només parla de coincidències o coexistències, no diu en cap moment que el fet religiós pugui ser, en alguns casos, motiu o afavoridor d'alguna patologia (llevat de quan es refereix "a les sectes" i altres desviacions del que per a ell és l'ortodòxia...).

## 4.18 - Creure

"Sóc atea i ja està. Crec que no hi ha res en què creure, excepte en ser amable amb els altres i fer el que puguem per ells." Katharine Hepburn (1)

A la meva mare la preocupava la meva falta de fe. Per a ella la fe consistia en creure en Déu i en una vida després de la mort. Que jo no tingués aquesta fe era terrible.

A mi, en canvi, em preocupava la seva falta de fe. Perquè, des del meu punt de vista, la falta de fe més evident i més greu és la de qui ha perdut la fe en la vida, és a dir, la de qui pateix una depressió. Com que a causa de la depressió no creu en res, la vida li és insuportable i només pensa en la mort. A causa de la depressió, de la tristesa, de la buidor i de la negror que l'envolta, veu la mort com un alliberament. Dir que en aquest estat es pateix una falta de fe absoluta em sembla una afirmació molt ajustada a la realitat. L'Alexander Lowen ho explica així:

"Un home que proclama que creu en Déu pot tenir poca fe; ho demostraria, per exemple, el fet que es deprimeix. D'altra banda, un ateu pot ser un home amb una gran fe. Potser no creu en un Déu sobrenatural que regeix els destins, però la seva fe podria estar relacionada amb la seva identitat, amb l'amor cap als seus companys i amb l'amor per la vida." (2)

La meva mare tenia dues fes, una de caràcter sobrenatural, religiosa, i una altra terrenal. La segona de vegades li fallava, quan patia depressions (i llavors, de rebot, de vegades també li trontollava la primera).

Jo també tinc dues fes, de fet tots en tenim dues (com a mínim). Perquè tots tenim les nostres creences, del tipus que siguin (religioses, polítiques, ecològiques, socials, culturals, esportives...), i alhora tots estem exposats a les oscil·lacions, més grans o més petites, dels nostres estats d'ànim.

Sobre el primer tipus de fe, alguna vegada li deia a la meva mare que no es preocupés, que l'important no són les creences, sinó què en fem, de les creences. I que siguin les que siguin les nostres creences, si les fem servir per procurar ser bones persones, solidàries, compassives, doncs que ja anem bé.

Si a ella la creença en el seu Déu li servia per a això, doncs perfecte. I si a mi viure allunyat del seu Déu no m'impedia el mateix, doncs igual, també anava pel bon camí. I que, per tant, no calia que es preocupés, ja que en definitiva no érem tan diferents.

La meva mare de vegades em deia que sí, i de vegades em deia que no. És normal, si sempre m'hagués dit que sí no hauria sigut la meva mare. Quan em deia que no, algun cop m'havia dit que, per demostrar-me que ella tenia raó, quan es morís, alguna nit, quan jo estigués dormint, vindria i em despertaria fent-me pessigolles als peus.

Fa deu anys que ella va morir i, de moment, no ha vingut. Dic que no ha vingut perquè tinc el son lleuger, i si una nit m'hagués fet pessigolles als peus crec que ho hauria notat.

De tota manera, potser la meva mare tenia raó. I ara potser està la mar de a gust al Cel, amb les seves dues fes reforçades: en companyia de Déu i sense cap ombra de depressió. I potser no em ve a fer pessigolles perquè, estant allí, s'ha adonat (potser

Déu li ho ha dit) que jo també tenia raó, i que el més important no és si creiem o no creiem en Déu, sinó què en fem, de la nostra vida.

--

(1) Cita recollida per Joan Konner a 'La Bíblia del ateo', Seix i Barral, 2008 (p. 94)

(2) Alexander Lowen. La depresión y el cuerpo (1972). Alianza editorial, 1998 (p. 196)

## 5 Diagnòstics i abordatges

"No hi ha factors psicològics o socials en la malaltia mental! La malaltia mental, per definició, és biològica!"

*Monte Misericordia, Samuel Shem*

## 5.1 - Hoy como ayer

Hoy como ayer, mañana como hoy,  
¡y siempre igual!  
Un cielo gris, un horizonte eterno  
y andar... andar.

Moviéndose a compás, como una estúpida  
máquina, el corazón.  
La torpe inteligencia del cerebro,  
dormida en un rincón.

El alma, que ambiciona un paraíso,  
buscándole sin fe,  
fatiga sin objeto, ola que rueda  
ignorando por qué.

Voz que, incesante, con el mismo tono,  
canta el mismo cantar,  
gota de agua monótona que cae  
y cae, sin cesar.

Así van deslizándose los días,  
unos de otros en pos;  
hoy lo mismo que ayer...; y todos ellos,  
sin gozo ni dolor.

¡Ay, a veces me acuerdo suspirando  
del antiguo sufrir!  
Amargo es el dolor, ¡pero siquiera  
padecer es vivir!

La meva mare havia copiat en un full aquest poema de Gustavo Adolfo Bécquer, i a continuació hi havia escrit:

"Per què vaig aprendre sent adolescent aquest poema? És que ja intuïa que en el futur retrataria 'les meves emocions interiors?'"

## 5.2 - Primer diagnòstic

"Com més detalls m'explicava (...) jo no em podia treure del cap que la seva depressió postpart havia sigut l'explosió d'una bomba de rellotgeria que estava fent tic-tac des de feia ja molt de temps." Mariela Michelena (1)

Abans no li van diagnosticar a la meua mare allò que li passava van passar bastants anys (vuit, segons els meus càlculs basats en els seus comentaris). Anys de patiment i de desconcert, d'anar d'un metge a un altre, prenent-se de vegades vitamines, "reforçants", anant a diferents especialistes, fent-se les proves que li deien (anàlisis, electrocardiogrames, ressonàncies magnètiques, etc.). Sense que ningú sabés veure què li passava, sense aclarir res.

"En la depressió el pas del patiment individual a la malaltia és més complex que en altres malalties, ja que de vegades el mateix individu no acaba d'estar convençut que allò que li passa sigui un trastorn psíquic. Espera ser diagnosticat d'un trastorn físic, ja sigui del cap, del cor, de l'equilibri..., i comença un itinerari que habitualment s'inicia amb el metge de capçalera (...) i que continua amb el neuròleg i amb altres especialistes, en un intent de buscar un diagnòstic de malaltia orgànica o de fer palès que les proves orgàniques (...) són negatives i que, per tant, aquesta no pot ser la causa del seu problema." Carme Ferré (2)

La meua mare de vegades en parlava, d'aquells anys. De vegades recordava el punt d'inflexió, quan finalment li van fer el diagnòstic encertat, i de l'alleujament que va suposar per a ella saber que tenia "allò", que el que li passava no eren manies seves. Va ser el 1965, i el que li van diagnosticar llavors va ser una depressió postpart.

Ara bé, la meua mare no tenia només una depressió postpart. De fet, un professional una mica atent, interessat de debò en el seu historial, hauria hagut de ser capaç de veure que aquella depressió postpart era "una de les manifestacions" (o episodis) dels problemes depressius més generals que feia ja anys que ella arrossegava. El postpart no era una causa única. Però suposo que d'entrada era més fàcil aquest diagnòstic. I en qualsevol cas va ser un avanç important, ja que per primer cop va aparèixer la paraula "depressió".

Més tard, no sé exactament quan, al marge que les depressions postpart es seguissin reproduint amb cada nou fill, ja no es parlava d'aquest fet com a causa única de les depressions.

També va ser més tard que li van diagnosticar la bipolaritat. No sé si al principi els episodis eufòrics ja existien. Si més no, quan ella es referia a aquells primers anys, no parlava d'eufòries, i no queda clar a partir de quin moment s'estableix per primer cop el diagnòstic de la bipolaritat. (3)

En qualsevol cas, al marge del moment d'inici dels diferents símptomes i del moment concret dels diagnòstics, ja he comentat abans que ella donava una importància molt diferent a cada un dels dos aspectes de la seva malaltia. Les depressions eren espantoses, causa de profunds sofriments mentre les patia i d'una gran por quan no l'afectaven: por que "allò terrorífic" la pogués tornar a atrapar.

En canvi, les eufòries eren una altra cosa. I si li feien por era sobretot perquè sabia que, "després de les eufòries, arribaven les depressions".

--

(1) Mariela Michelena. Mujeres malqueridas. La Esfera de los Libros, 2007 (p. 129)

(2) Carme Ferré. Depressió: pacients i familiars. Cossetània Edicions, 2005 (p. 59)

(3) No recordo que ella comentés mai un moment i psiquiatre concrets pel que fa al diagnòstic de la bipolaritat, però al cap d'uns anys del diagnòstic de les depressions, dels medicaments que surten a les receptes ja es dedueix que la bipolaritat està identificada.

## 5.3 - Incompliment de pautes?

"Els antidepressius normalment són la primera elecció en el tractament de la depressió. Es considera un remei ràpid i barat. No obstant això, els assajos clínics revelen que únicament entre el 20 i el 40 per cent dels pacients superen el trastorn només amb l'ús de fàrmacs." Emily Anthes (1)

En les seves notes la meva mare no fa mai, ni tan sols una vegada, una associació directa entre prendre's medicaments i trobar-se bé. De vegades diu que la seva malaltia és exclusivament orgànica i que, per tant, només és útil la medicació, però són sempre frases, "declaracions de principis" que mai s'acompanyen de testimonis ni afirmacions que les avalin. Ni una sola vegada diu: "estic bé gràcies a la medicació", o "recordo aquella temporada que gràcies a la medicació em vaig estabilitzar", o alguna cosa semblant. Ni una sola vegada. No surt en cap de les seves notes, ni parlant vaig sentir mai que ho digués.

Un cop aclarit això, ara parlaré del seguiment de les pautes farmacològiques, un tema controvertit, perquè hi havia qui posava en dubte que ella es prengués la medicació de forma regular. Com que la meva mare va medicar-se durant molts anys, i al llarg d'aquests anys les circumstàncies no van ser sempre les mateixes (ni el seu estat, ni la seva edat, ni el seu entorn, ni els seus psiquiatres, ni les pautes prescrites...), em sembla arriscat fer cap generalització.

Sobre algunes excepcions no hi ha dubtes, ella mateixa en parlava, d'algunes vegades que havia deixat de medicar-se. Per exemple, amb motiu del seu "miracle" (en parlaré més endavant). I també quan es quedava embarassada, ja que llavors deixava la medicació de forma sistemàtica, fins que naixia el fill, per tal de no perjudicar-lo (i perquè a més ella durant l'embaràs es sentia molt bé).

Al marge d'aquests casos, reconeguts per ella mateixa, especular ara sobre d'altres eventuals incompliments (decidits o atzarosos) només pot ser això, una especulació. Si en parlo és perquè, tal com he dit, hi havia gent (metges i familiars) que dubtaven que realment es prengués sempre la medicació.

No és una qüestió irrellevant, però des del meu punt de vista potser per motius diferents dels que de vegades s'argumentaven.

La meva mare, com tothom, el que volia era trobar-se bé. Volia trobar-se bé però tenia la desgràcia de patir una malaltia complicada que de vegades feia que es trobés molt malament. Durant anys, va passar èpoques durant les quals es trobava fatal, primer sense ni saber ni tan sols què li passava, sense que ningú li encertés el diagnòstic. Després, quan finalment li van encertar, no va aconseguir tampoc l'estabilitat que anhelava, tot i en general anar fent el que els metges li deien.

Es medicava, però malgrat la medicació, seguia oscil·lant entre les depressions i les eufòries, i a sobre patia els efectes secundaris (de vegades molt severos) dels medicaments que es prenia.

A mi se'm fa difícil de creure que si hagués trobat una ajuda de debò en la medicació, no hagués seguit sempre de manera seriosa les pautes. Però és que aquesta ajuda, insisteixo, no la va trobar: els episodis de relativa estabilitat (o els de més gran inestabilitat) no hi havia indicis que estiguessin associats a pautes farmacològiques concretes. Si hi havia elements que influïen en les variacions dels seus estats d'ànim, sembla que eren uns altres, fossin els que fossin.

De manera que, si ella no notava que els medicaments l'ajudaven, ¿seria tan estrany que, en algun moment, no hagués seguit al peu de la lletra les pautes? ¿No seria fins i tot bastant normal i fàcil d'entendre? Sobretot tenint en compte els efectes secundaris dels medicaments que es prenien.

Pateixes una malaltia terrible, no trobes alleujament amb el tractament, fa anys que vas tombant d'un professional a un altre, vas fent i prenent-te tot el que et van dient i, tot i així, resulta que no aconseguies cap resultat positiu evident.

Lavors pot passar que et trobis en aquesta situació: que els professionals, i potser també els familiars, comencin a sospitar (amb fonament o sense) que potser no segueixes les pautes establertes de la medicació. I obertament o no, et culpabilitzin, d'alguna manera, de la teva situació, de la falta de millora, en la mesura que "potser no estàs seguint les pautes".

Em sembla una actitud poc lúcida, poc atenta i poc empàtica (per dir-ho d'una manera suau). Resulta que ningú sap abordar de manera eficaç el problema que tens, i passen els anys, passen els metges, passen els diferents medicaments, tot va passant. Només és estable el teu patiment, la teva desesperació.

Lavors, et donen el cop de gràcia: et responsabilitzen del fracàs del tractament (i segons com, fins i tot del fet de patir la malaltia). Et diuen, o insinuen, que el problema no és que els medicaments no siguin adequats, o que els professionals no els pauten amb encert, sinó que el problema ets tu, la malalta. La més feble i indefensa.

La psiquiatria és una ciència limitada i inexacta. Aquesta realitat hauria d'infondre humilitat i prudència als professionals que s'hi dediquen. I passa que no sempre és així. Alhora, la consciència d'aquestes limitacions hauria d'estimular també una actitud sobretot comprensiva i compassiva per part dels familiars. I no és tampoc sempre el cas.

--

(1) Emily Anthes. Tras el éxito de la terapia cognitivo-conductual. Cuadernos Mente y Cerebro nº 14, 2016 (La depresión, causas síntomas y tratamientos, p. 60)

## 5.4 - Sobre el desordre

(\*) "Per no poder, ni tan sols podia desordenar."

Un argument a favor de la hipòtesi que la meva mare potser no es prenia sempre la medicació que tenia prescrita és que era molt desordenada. Tenia aquesta anomenada, la de la tendència o presumpta tendència al desordre. I això podria explicar un eventual incompliment de les pautes de la medicació. I conseqüentment, també explicaria la falta de resultats positius de la medicació que es prenia (dels diferents medicaments i en diferents combinacions que es va anar prenent durant molts anys). De manera que tot encaixaria.

He dit que "tenia l'anomenada de desordenada", he parlat de "tendència o presumpta tendència al desordre". Des del punt de vista concret del meu pare això no era cap hipòtesi, era una cosa evident. I el cas és que el punt de vista del meu pare afectava molt la meva mare, tant, que ella mateixa s'ho va acabar creient, això del seu desordre.

Ara bé, tenint en compte la vida que duia la meva mare i tot el que gestionava, les rutines que seguia cada dia, de manera matemàtica... crec que no era desordenada en absolut. Era una etiqueta que li havien encolomat, i que la va fer patir immensament.

Impetuosa sí que ho era, i de vegades imprevisible. Però confondre aquests trets amb desordre, i alhora assimilar, per dir-ho d'alguna manera, el desordre a una mena de "manca moral", o de "defecte de caràcter", hi ha una gran diferència. Perquè és clar, ser desordenada podria ser només una característica, una peculiaritat, ni positiva ni negativa. Però no era el cas, era un defecte. Un defecte que s'havia de corregir.

Ella era vital, impetuosa, i de vegades imprevisible. A causa de ser així també era incompresa. I no només per part del meu pare, sinó també de més gent. Entre aquesta gent hi havia persones per a ella molt importants. Estava envoltada de persones que compartien, i refermaven, l'opinió que d'ella tenia el meu pare.

Vaig conviure amb ella els últims anys de la seva vida. No se m'acudiria dir que era una persona desordenada. En absolut. Era puntual (sempre ho havia sigut), complia els compromisos que assumia, gestionava la casa amb bon criteri, anava a comprar, cuinava... Potser sí que de vegades quan es posava a cosir feia una bona estesa de robes, fils i agulles. O de cassoles a la cuina quan cuinava. I què? Això, i algun altre detall anecdòtic semblant, justificava encolomar-li l'etiqueta de desordenada?

Assumeixo que llavors ella era gran, que no tenia la vitalitat de quan era més jove, i que l'edat devia contribuir a asserenar la seva vida. Però aquest és un aspecte que incideix sobre la vitalitat, i no sobre la forma de ser més o menys ordenada.

També és veritat que alguna vegada algú potser relativitzava la importància d'aquest tema, i li deia: "d'acord, potser ets desordenada, però no té tanta importància." Però no era això el que calia, aquesta relativització, sinó negar aquesta presumpta característica seva.

El que em dol, avui, és no haver-hi pensat llavors, en tot això. No haver-li arribat a dir el que ara escric. Perquè penso que, si llavors ho hagués fet, potser l'hauria ajudat a alliberar-se una mica d'aquell pes.

## 5.5 - Una altra hipòtesi

"La depressió és cosa de la Janet o del seu matrimoni?" Richard O'Connor (1)

Abans de manifestar-se la bipolaritat la meva mare ja tenia un caràcter fort, una vitalitat, una manera de fer les coses i de dir-les de vegades contundent, segons com invasiva, que de vegades podia incomodar els altres, però que a ningú se li hauria passat pel cap de qualificar com a patològica. Més tard, aquests mateixos trets, durant els períodes d'estabilitat (sense eufòries ni depressions), de vegades s'interpretaven com que estava "una mica alta", "una mica eufòrica". I llavors, de vegades es procurava moderar aquests estats (amb la modificació de la medicació), amb la idea de mirar d'evitar que, més endavant, arribessin les veritables eufòries, aquestes sí que molt problemàtiques.

Allò que primer era una característica sense connotacions mèdiques llavors es convertia en un símptoma de malaltia. El canvi és gran. I arriscat. Perquè medicar de manera preventiva la seva vitalitat "normal", encara que es fes amb la bona intenció (amb la intenció, no vol dir que s'aconseguís) d'evitar que arribessin els descontrols de les eufòries, implicava "negar-la a ella": implicava negar-se a acceptar-la tal com era.

No em sembla forassenyat pensar que, de vegades, amb aquesta actitud preventiva enfocada a evitar els extrems emocionals de les eufòries, el que s'estigués fent fos precisament socavar la seva estabilitat emocional "normal". I que d'aquesta manera, llavors s'estigués provocant, o facilitant, que es produís allò que es volia evitar, les oscil·lacions emocionals descontrolades.

A veure si ho explico més bé. Mentre la meva mare no va ser qüestionada en la seva manera de ser, potser no era sempre una persona amb la qual fos fàcil de tractar, però és obvi que no era una persona amb problemes de salut mental. De manera que podria ser, és una especulació, que el rebuig dels altres davant d'aquella forma de ser seva (amb les seves rebel·lies, desacords, eventuais contundències, etc.), fos un factor important (o si més no "un factor més") que contribuís a desencadenar els seus problemes emocionals. I que, posteriorment, un cop la bipolaritat ja manifestada, també contribuís a dificultar-ne el control.

En aquesta evolució hi ha un factor important del qual ja n'he parlat: el seu casament. Sobretot a partir de llavors (a causa de les expectatives del meu pare), "tal com era ella" va començar a ser un problema. Perquè el model de bona esposa era un altre. I el que abans era una característica, allò que sempre havia sigut només una característica, llavors es converteix en un defecte.

És un procés que es posa en marxa sense cap mala voluntat, però que, a causa de la pressió de l'entorn, fa que ella, la víctima del procés, acabi sentint-se culpable de ser com és, "defectuosa".

El caràcter de la meva mare, que ja he dit que era fort, només es va fer de vegades difícil de gestionar a partir del moment que es va manifestar la malaltia, amb els corresponents episodis eufòrics, que era quan ella es tornava molt invasiva. Insisteixo, abans de la malaltia (i durant els períodes d'estabilitat de la malaltia) podia ser una persona manaire, i de vegades de difícil conviure amb ella, però aquest aspecte, encara que de vegades pogués incomodar, entrava dins d'una absoluta normalitat.

Torno al principi, a la medicació d'aquests estats concrets: un cop manifestada la

malaltia, durant els períodes d'estabilitat, ¿era sensat intervenir farmacològicament "per tal de rebaixar la seva vitalitat normal", amb l'objectiu d'intentar prevenir les vitalitats anormals de les eufòries? (2)

No vull fer lectures fàcils de res ni treure conclusions simplistes. Al contrari, només vull aportar una mica de complexitat a les explicacions sobre els problemes de la meva mare. És possible que les coses no siguin com les plantejo aquí, però segurament tampoc eren com les hi explicaven llavors a ella. Ni, encara pitjor, com se les explicava ella mateixa a causa de com estava influenciada pel que li deien.

--

(1) Richard O'Connor. Superar la depresión. Urano, 1999 (p. 28)

(2) Aquí no em refereixo a l'ús de la medicació "en general", sinó només a la medicació administrada amb aquesta finalitat concreta durant aquestes etapes concretes.

## 5.6 - Diferents normalitats

"No hi ha una normalitat estàndard. La normalitat és subjectiva. Hi ha set mil milions de versions de normalitat en aquest planeta." Matt Haig (1)

Reprenç el tema del capítol anterior, i potser em repetiré una mica, però és que aquest tema de les diferents maneres de ser i de la gestió de les diferències em sembla prou important. Tant en el cas de la història de la meva mare com en general, en tots els casos.

L'Elisabet és una coneguda que fa anys que està ingressada en una residència psiquiàtrica. M'explica que és habitual que, quan a la residència hi ha algun incident amb descontrol o agressivitat per part d'alguna persona ingressada, se li donin sedants per tal de controlar la crisi. En teoria són intervencions puntuals, però quan vas de visita a la residència, la impressió general és que moltes persones estan sobremedicades: se les veu sempre bastant apagades. Per descomptat, així són més fàcils de gestionar.

A la residència de l'Elisabet, "la normalitat" sovint és aquesta.

El que és normal és molt subjectiu. Només existeix respecte d'un "patró de normalitat" establert (inventat) prèviament. Tenint en compte que és així, té sentit plantejar-se aquesta pregunta: el patró de normalitat vigent a la residència de l'Elisabet, establert per les persones que administren la residència, ¿és el que afavoreix més els interessos de l'Elisabet i les altres persones ingressades?

Ara torno a la meva mare, i als patrons de normalitat que l'envoltaven i que la condicionaven. ¿Hauria pogut ser millor, la seva vida en conjunt, si alguns aspectes seus que no encaixaven "en la normalitat dels altres", en lloc d'haver-se fet tots els esforços que es van fer per reprimir-los, s'hagués deixat que es manifestessin amb més espontaneïtat? Tot i patir la malaltia que patia, ¿podria haver tingut una vida millor, si s'hagués fet un esforç més gran per entendre "la seva pròpia normalitat"?

¿Hauria pogut ser més fàcil, la seva vida, si els altres haguéssim entès (tant abans com després de manifestar-se la bipolaritat) que "els seus límits" podien no coincidir del tot, o no sempre, amb els nostres límits? És a dir, si haguéssim assumit, per exemple, algunes incomoditats com a part inevitable de la convivència amb ella, en lloc de voler-la canviar i encasellar dins de la nostra definició de normalitat.

Encara més: ¿què hauria passat si, ja abans de manifestar-se la bipolaritat, ella no hagués tingut el sentiment que la seva extraordinària vitalitat i el seu punt d'anarquia no eren cap defecte, sinó només una característica? ¿Què hauria passat si ella no hagués tingut aquest sentiment "de no ser com havia de ser", ja que els altres esperaven d'ella que fos d'una altra manera? ¿Què hauria passat si la seguretat de quan era soltera, en lloc d'anar-se afeblint amb un creixent sentiment de frustració i d'inutilitat, l'hagués pogut conservar?

I relacionat amb tot això. Pel que fa als fàrmacs que es va arribar a prendre: ¿podria ser que en el seu cas hagués passat una cosa en part semblant al que passa a la residència de l'Elisabet? Dit de manera més explícita: ¿realment va ser sempre clara, la frontera entre el tractament de la malaltia i el sotmetiment de la persona?

D'acord, contestar aquesta pregunta suposo que no és fàcil. Però plantejar-la em sembla normal.

--

(1) Matt Haig. Raons per seguir vivint. Empúries, 2015 (p.127)

## 5.7 - Restrenyiment

"Una depressió és, en sentit literal, una fondalada del terreny o una disminució de la pressió atmosfèrica, qualsevol cosa que va cap avall partint d'un estat precedent més o menys equilibrat." Emanuela Muriana i altres (1)

Crec que des de petita la meva mare ja tenia alguns problemes de restrenyiment. Quan als trenta-set anys finalment li van diagnosticar que patia una depressió i es va començar a medicar, el problema del restrenyiment encara es va agreujar més, fins al punt de convertir-se, amb raó, a partir de llavors, en un tema obsessiu per a ella. Crec a més que els últims anys de la seva vida aquest problema encara va ser pitjor, ja fos pels medicaments concrets que llavors es prenia o per algun canvi relacionat amb l'edat.

Aquells últims anys vigilava molt el que menjava, de forma habitual munts d'espínacs, de kiwis i de suc de taronja, fins al punt que algun cop que havia estat ingressada a causa d'algun traumatisme o operació (això va passar diferents vegades), li dúiem carmanyoles amb uns purés fets segons les seves instruccions que tenien una mala pinta espantosa, però que deia que, "per al seu problema", li anaven millor que el menjar de l'hospital.

La preocupació que tenia la meva mare pel que fa als seus problemes de restrenyiment era tan gran que sovint deia que, si estigués en un camp de concentració, aquesta seria la causa de la seva mort, al no poder disposar dels seus laxants. Perquè de laxants se n'havia de prendre de tota mena, tant els de "manteniment" com els excepcionals, en casos ja d'emergència després de dies amb els budells del tot bloquejats.

Ho explico perquè em sembla un detall rellevant, en el context d'aquest recorregut per la seva vida i les seves depressions. Em costa d'entendre que receptant-li els medicaments que li receptaven, ningú li parlés dels seus efectes secundaris de manera més clara. I que quan aquests efectes secundaris apareixien, ningú n'hi fes gens de cas, o molt poc.

Que jo sàpiga, cap psiquiatre va considerar que el restrenyiment de la meva mare "també" era competència seva, en la mesura que el provocava o empitjorava la medicació que li receptava. Per a ells el restrenyiment "no era un problema de salut mental", i per tant ells no se n'havien d'ocupar. Si de cas, que anés "a un digestòleg", que són els que s'ocupen del tema. I de fet alguna vegada hi va anar, i no li van resoldre mai res, a banda de proposar-li algun cop alguna solució radical puntual.

Com li havien de resoldre el problema si la causa no es modificava? I el problema no era menor, perquè el restrenyiment, a banda dels obvis mals de panxa, en els moments més crítics li provocava també mal de cap, dificultats per pensar, sensació d'ofec i cansament. Podia provocar-li estats molt invalidants.

D'un metge a l'altre, cadascú ocupat només de la seva parcel·la, indiferents al que passava a les altres parcel·les, encara que allò que hi passés ho haguessin provocat o afavorit ells amb les seves intervencions. Suposo que la meva mare de gran devia tenir els budells completament desmanegats, d'una banda a causa dels efectes dels medicaments, i d'una altra, a causa de tots els intents (també farmacològics) de minimitzar el problema del restrenyiment. Durant anys, els seus budells van ser un veritable camp de batalla.

Doncs bé, la pregunta que sobre aquest tema crec que s'escau és aquesta: tot aquell desgavell, tots aquells malestars relacionats amb el restrenyiment, en alguns casos bastant invalidants, contribuïen a facilitar la seva estabilització emocional? O al contrari, encara la dificultaven més? Tot aquell patiment (físic i mental) relacionat amb els seus restrenyiments, no devia contribuir també, en alguna mesura, a alimentar encara una mica més les seves depressions?

--

(1) Emanuela Muriana, Laura Pettenò, Tiziana Verbitz. Las caras de la depresión. Herder, 2007 (p. 15)

## 5.8 - Conillets d'índies

(\*) "Em pregunto com pot aguantar un cos tanta quantitat de química. El metge de la Seguretat Social no entenia que jo sola em prenguéss tantes pastilles."

La teoria és aquesta: quan hi ha millores és gràcies a la medicació, quan no n'hi ha, la causa és un misteri. El que és positiu és gràcies als metges; el que és negatiu, no se sap. És l'adaptació de la teologia cristiana a la farmacologia: tot el que va bé és gràcies a Déu, tot el que va malament són imponderables. O culpa nostra.

Quan es fa evident que no hi ha millora, de vegades s'atribueix a la falta d'implicació del malalt: no té prou paciència per tolerar els efectes secundaris, ni per seguir esperant els desitjats efectes positius (encara que no n'hi hagi cap indicatiu per cap banda), no té prou confiança en el professional, etc. Diagnòstic: falta d'implicació, falta d'adherència al tractament. "Falta" (del que sigui, però del malalt). És a dir, s'articula l'oportuna "transferència de responsabilitats" per tal que tot encaixi. Que li encaixi al metge, és clar.

En resum: qualsevol cosa abans que qüestionar l'expertesa dels experts de torn i l'eficàcia dels fàrmacs que recepten.

Després d'aquesta introducció, toca remarcar una altra vegada (ho sento per la insistència) el que ja he anat dient: no em consta cap període de bonança de la meua mare associat amb una determinada pauta farmacològica. Amb els mateixos o diferents professionals, i de vegades amb iguals o molt semblants pautes farmacològiques, s'anaven repetint les oscil·lacions anímiques descontrolades. I si dins d'aquesta dinàmica, arribava algun període de calma, no es podia identificar mai amb cap pauta determinada. Malauradament per a ella, no hi havia relació farmacològica causa-efecte. Durant trenta anys va ser així.

No tinc ningun interès en parlar de medicaments concrets. Crec que aportaria poca cosa a aquest relat sobre la meua mare. Però de medicaments en general sí que em sembla que pot tenir sentit. Perquè crec que pot ajudar a entendre el grau de desprotecció en què estava la meua mare (ella, i totes les persones com ella, en la seva situació). (1)

Crec que s'ha de parlar, per exemple, de les pressions de les farmacèutiques per aconseguir (de vegades amb conductes molt poc ètiques) que s'aprovin els seus nous medicaments, i de les seves estratègies perquè després els metges els receptin. Se n'ha de parlar, perquè el resultat és que, al final, qui paga les conseqüències d'aquestes pressions i estratègies són els malalts. De vegades, prenent medicaments "tan eficaços com un placebo", o que causen uns efectes secundaris insuportables (o fins i tot noves malalties), o que són caríssims quan resulta que hi ha un medicament alternatiu d'efectes iguals o millors (potser amb la patent ja expirada i, per tant, molt més econòmic), etc.

Algú tan poc sospitós d'estar en contra de l'ús de medicaments psicoactius com el psiquiatre Juan Antonio Vallejo-Nágera, fa anys ja deia això, referint-se a les farmacèutiques i a la promoció de nous medicaments:

"De vegades han mentit descaradament, anuncien cada nou antidepressiu com 'molt més eficaç i amb menys efectes secundaris' que tots els disponibles fins ara, i després gairebé sempre (...) comprovem que són totalment falses les dues afirmacions." (2)

Acabo. De les moltes vegades que he estat a la consulta d'un metge, d'un psiquiatre, un neuròleg o d'altres especialistes (gairebé sempre d'acompanyant, de la meua mare o d'altres persones), a l'hora de parlar del tractament farmacològic només una vegada, un d'aquests metges, va fer un comentari en relació amb la prudència amb què cal contemplar les afirmacions optimistes de les farmacèutiques sobre l'eficàcia dels seus medicaments. (3)

Al llarg dels anys, i de moltes visites, només una vegada.

--

(1) Haré una excepció. Durant el 1983 la meua mare es va estar prenent Alival (nomifensina), "Para el paciente que ha perdido la ilusión de vivir", tal com deia un anunci que podria ser de la Coca-Cola però que era de Hoechst, el laboratori fabricant de l'Alival, abans que el medicament fos retirat l'any següent a causa de greus efectes secundaris. Aquest anunci sortia al final d'un llibre titulat "Trastornos depresivos en la práctica diaria", editat per Hoechst, un llibre l'únic objectiu del qual era (després d'insistir en les causes "biològiques" de les depressions) convèncer els metges perquè receptessin el nou fàrmac. Amb aquest propòsit es va distribuir de forma massiva entre els metges de capçalera. A mi me'l va donar un d'aquells metges, i llavors el vaig guardar sense saber que, ara, revisant papers i llibres, descobriria aquesta coincidència: que l'Alival, un dels molts medicaments que es va prendre la meua mare, tenia aquesta història inquietant.

(2) 'Ante la depresión'. Juan Antonio Vallejo-Nágera. Planeta, 1994, p. 107

(3) Si a algú li interessa aquest tema dels abusos de les farmacèutiques i no sap per on començar a buscar, un llibre rigorós és 'Mala farma', de Ben Goldacre (Paidós, 2013). Un altre llibre semblant: 'Medicamentos que matan y crimen organizado', de Peter Gotzsche (Los Libros del Lince, 2014, amb pròleg de Joan-Ramón Laporte).

## 5.9 - Efectes secundaris

"Aplastado, anonadado,  
torpe, mineralizado,  
compungido, sometido,  
cada vez más deprimido,  
lento como un caracol  
tomando haloperidol."

És l'inici d'un poema fet per un malalt bipola. Val a dir que en el poema a més d'aquest tipus d'estrofes també n'hi ha d'altres com aquesta:

"Gracias a las treinta gotas  
que te dan cuando alborotas  
te evitas muchos problemas,  
ni deliras ni blasfemas,  
ni alucinas cosas raras,  
ni te compras cosas caras,  
ni acabas siendo ingresado  
por estar tan exaltado." (1)

Aquest poema parla de l'haloperidol, però no l'he triat per això (ja he dit que em semblava més prudent no parlar de medicaments concrets), sinó només perquè el poema parla d'una manera divertida i alhora seriosa dels efectes ambivalents de la medicació en el cas de les malalties mentals.

La primera estrofa, la meva mare se l'hauria pogut fer seva, i fer-ne ella múltiples versions amb tota mena d'adjectius (de connotacions negatives, per descomptat). En canvi, no hauria pogut escriure una estrofa com la segona o semblant, perquè ja he dit més d'una vegada que no hi ha cap indicatiu que la medicació en algun moment o etapa li hagués sigut útil: els períodes d'estabilitat arribaven i marxaven de manera "farmacològicament arbitrària".

"A alguns malalts, més que ajudar-los, els fàrmacs [psicoactius] els perjudiquen i per tant s'haurien de fer servir amb precaució."

Ho diu el psicòleg clínic Richard P. Bentall (2). Però no sembla que, en general, "la comunitat psiquiàtrica" sigui de la mateixa opinió, a la vista de la dificultat o incapacitat de la majoria de professionals per plantejar-se, com a mal menor, en alguns casos, la suspensió del tractament (per tal d'evitar "el mal major" dels desproporcionats efectes secundaris adversos). Cap dels psiquiatres de la meva mare s'ho va plantejar. (3)

A algun altre apartat parlo de les vegades que la meva mare va decidir, pel seu compte, deixar la medicació, i de si sempre va ser estricta amb les pautes quan se la prenia. Crec que si hagués tingut un professional amb qui hagués pogut parlar si més no de la possibilitat de reduir o espaiar la medicació (o eventualment suprimir-la) s'hauria sentit més còmoda. I potser les coses li haurien anat més bé. I quan dic parlar no vull dir comentar això i automàticament rebre un sermó allisonador i dissuasiu, sinó parlar de debò, valorar pros i contres i que es tingués en compte la seva opinió (4).

Això no va passar. De fet, crec que si ella en algun moment hagués proposat un diàleg d'aquest tipus, probablement la situació que s'hauria trobat hauria sigut semblant a aquesta que descriu també Richard P. Bentall:

"Encara que els motius d'un pacient per a voler suspendre el tractament poden ser molt racionals (és possible que els fàrmacs siguin ineficaços o tinguin uns efectes secundaris insuportables), els receptadors sovint consideren el fet de rebutjar el tractament com una prova de falta de 'insight' del pacient i una indicació, per tant, de la necessitat d'un tractament més agressiu."

--

- (1) Citat a 'La malaltia de les emocions'. E. Vieta, F. Colom i A. Martínez-Arán. Columna, 1999 (p. 108)
- (2) Richard P. Bentall. Medicalizar la mente. Herder, 2011 (p 423, 409)
- (3) Com si fossin incapaços de fer-se preguntes diferents de les plantejades en els seus "manuals biològics"... com si fos més important el manual que la persona.
- (4) Will Hall, a "Discontinuación del uso de drogas psiquiátricas" explica molt bé per què aquest diàleg i aquesta llibertat són drets del malalt que el sistema sanitari hauria de contemplar (i afavorir) en lloc de dificultar (publicació només virtual amb llicència CC, [www.freedom-center.org](http://www.freedom-center.org)).

## 5.10 - Obeir

"L'Errol donava la sensació d'estar absolutament segur del que feia. Tenia certes respecte de tot, però només parlava d'una cosa: de fàrmacs. Si els seus malalts volien parlar de diagnòstics, ell parlava de fàrmacs. Si volien parlar de símptomes, ell parlava de fàrmacs. D'estrès? Fàrmacs. De sofriment? Fàrmacs. De problemes familiars? Fàrmacs. De treball? Fàrmacs." Monte Miseria (1)

He llegit alguns llibres sobre les depressions i la bipolaritat. No sóc cap expert en el tema, només una persona una mica curiosa.

En aquest tipus de publicacions, el protagonisme dels psicofàrmacs com a primera i principal opció en casos de diagnòstics de depressions i bipolaritat es complementa amb la figura del psiquiatre com a autoritat indiscutible. En aquest escenari, el malalt és algú que com a norma ha d'obeir i callar. És a dir, ha de seguir de manera estricta les pautes farmacològiques que se li prescriuen. I si no ho fa, es considera "que no es vol curar".

Val a dir que de vegades és així: hi ha persones que tenen una vida pitjor de la que podrien tenir a causa del seu rebuig a uns medicaments que els podrien ajudar a gestionar millor els seus problemes.

D'altra banda, el cas contrari també és cert: hi ha persones que tenen vides pitjors a causa dels medicaments que es prenen.

És un tema complicat, i com que ho és, no és legítim simplificar el discurs al parlar-ne. Però per part dels professionals la temptació de simplificar-lo sovint és gran. De vegades, a causa d'una actitud paternalista i benintencionada "de no fer ballar el cap als malalts"... o senzillament per facilitar-se la feina ells mateixos. També, perquè sovint estan massa plens de certes, mancats dels dubtes que haurien d'acompanyar sempre la pràctica d'una professió com la seva.

Com que és un tema complicat, també cal reconèixer que, de vegades, aquesta simplificació pot ser útil (que no és el mateix que legítima). En qualsevol cas, aquesta eventual opció hauria de ser l'excepció, un fet molt puntual. Perquè si en la relació entre el professional i el malalt la manipulació i el principi d'autoritat es converteix en la norma (en el cas dels malalts mentals institucionalitzats sovint és així), el que es normalitza és una relació abusiva.

Fins fa ben poc, el criteri del malalt (de qualsevol malaltia) era molt poc tingut en compte. El metge decidia, no hi havia debat. En les malalties no mentals, des de fa uns anys això ha anat canviant molt: avui hi ha molts professionals (no tots) que actuen amb una gran transparència i un respecte admirables.

En el cas de les malalties mentals, el ritme és molt més lent. D'una banda, a causa de la resistència dels professionals. D'una altra, a causa de la impossibilitat, de vegades, de raonar amb el malalt.

De manera que es pot dir que hi ha una evolució general a favor de l'autonomia de tots els malalts, que alhora hi ha un gran endarreriment en el cas de les malalties mentals, i que hi ha unes circumstàncies relacionades amb aquests tipus de malalties que, en part, només en part, fan comprensible (però no justificable) aquest endarreriment.

L'objectiu hauria de ser sempre el màxim empoderament possible de la persona

malalta mental. L'ús de la medicació hauria de ser sempre el resultat d'un procés dialogat, sincer i respectuós, en el qual no s'hauria d'ocultar cap dels riscos existents: ni els de no prendre's la medicació, ni els de prendre-se-la. I la decisió final hauria de correspondre sempre al malalt.

Ara torno a la meva mare. Quan estava estable era capaç de raonar amb molta coherència. Però jo no tinc la sensació que en general se la tractés com a una persona veritablement adulta i autònoma, pel que fa als seus problemes emocionals i a la forma de gestionar-los.

Considero que, també en aquest àmbit, se la va preferir submisa i no empoderada. El resultat va ser una nova submissió, afegida a les altres que ja arrossegava.

--

(1) Monte Miseria. Samuel Shem. Anagrama, 2000 (p. 471)

## 5.11 - L'antipsiquiatria

"Tots hauríem de dedicar-nos sense pausa a aprendre a desprendre gran part del que hem après i a aprendre a aprendre el que no se'ns ha ensenyat." Ronald D. Laing (1)

Quan tenia dinou anys i encara vivia amb els meus pares vaig sentir a parlar de l'antipsiquiatria i vaig llegir algun dels llibres dels seus impulsors i divulgadors, Ronald D. Laing, David Cooper i Thomas Szasz. Vaig accedir a aquelles lectures no a través d'un interès per la salut mental (que llavors encara no tenia) sinó a través d'uns coneguts del món de l'art i la contracultura. Llavors aquestes barreges entre art i salut mental, amanides amb l'exaltació de les drogues al.lucinògenes, en segons quins ambients eren habituals.

No sé si llavors vaig assimilar gaire aquelles lectures, ho dubto. Potser només em van servir per consolidar una actitud contestatària dins de l'àmbit familiar, però que en canvi no es traduïa en cap actitud social compromesa o reivindicativa. Llavors, el meu principal interès era jo mateix, i poca cosa més.

Mirat des d'una perspectiva històrica, penso que en el seu moment la irrupció del moviment de l'anomenada antipsiquiatria va suposar un important revulsiu. Les seves actituds eren extremes, però hi havia tants excessos de sentit contrari... Uns excessos de sentit contrari que, de fet, i lamentablement, no han desaparegut del tot. Alguns encara s'han consolidat més, com la visió fonamentalment biologista dels problemes mentals.

Parlo d'aquestes lectures per posar de manifest que quan als dinou anys vaig començar a llegir per primera vegada alguna cosa relacionada amb la salut mental, resulta que van ser precisament aquells textos que criticaven els models familiars tradicionals, textos que parlaven del malestar dels seus membres i que, en última instància, responsabilitzaven aquests models familiars dels eventuais problemes mentals que afectaven els seus integrants. Però jo m'ho llegia com una mena d'exercici intel.lectual, ja que el món de les malalties mentals per a mi encara era desconegut.

Quan ara penso en aquells anys veig que, d'aquells textos, tenint en compte la complexitat d'algunes relacions dins de la meva família, n'hauria pogut fer lectures més comprometedores, i de fet més ajustades als propòsits dels seus autors. Però no va ser així.

De vegades ens passa, que la vida se'ns escola, entretinguts nosaltres en divagacions i discursos teòrics, mentre resulta que tenim la realitat davant del nas, i no la sabem veure.

--

(1) Ronald D. Laing. El cuestionamiento de la familia. Paidós, 1982 (p. 58)

## 5.12 - La genètica

"Els gens i els seus productes, les proteïnes, són importants determinants dels patrons d'interconnexions entre les neurones del cervell i els detalls del seu funcionament. Com a corol·lari, caldria indicar que un component que contribueix al desenvolupament de les malalties mentals més greus és el genètic." Francisco Mora (1)

Es veu que a la família de la meva mare hi havia algun antecedent de problemes emocionals. La meva mare algun cop s'hi havia referit, però sense donar-ne grans detalls. Parlava de dos casos, de dues dones, i després entre els seus papers vaig trobar aquesta única referència:

(\*) "La meva tia i una cosina tenen també aquesta arrel cíclica."

No m'oblido de la genètica, de l'herència, de la biologia. Si en parlo poc no és perquè menystingui la seva importància, al contrari: si la meva mare va patir les oscil·lacions emocionals que va patir va ser perquè tenia unes fragilitats que ho afavorien.

Tots tenim les nostres fragilitats, algunes potser ens condicionen des que naixem. D'altres estan latents i potser s'acaben activant un dia, o no. És obvi que el pes de la biologia és molt gran, de vegades aclaparador, només cal veure els casos més visibles, com les discapacitats físiques o mentals congènites.

Naixem caracteritzats, i segons siguin les característiques, també condicionats, de vegades molt. Tenir els ulls d'un color o d'un altre és una característica poc rellevant. A més, avui si volem ens podem posar lentilles per canviar el color dels ulls. En canvi, si som alts o baixos això ja no és modificable, i ens pot marcar més, de manera indiscutible en els casos extrems, per exemple si patim nanisme.

Pel que fa als aspectes psicològics i emocionals passa el mateix. El nostre temperament també té una base biològica. Podem intentar gestionar-lo de la manera més favorable possible, però no el podem canviar (és com ser alts o baixos).

Aquesta capacitat de gestió del temperament, més gran o més petita, forma part del caràcter, aquest sí que construït, sobretot durant la infantesa. És veritat que entre el temperament i el caràcter (entre allò heretat, immutable, i allò adquirit, variable) la frontera no és clara: els extrems sí, però les zones límit no.

El que vull dir amb tot això és que si al llarg d'aquest escrit parlo poc de la part genètica, heretada, és perquè no hi podem fer gaire cosa. Ser-ne conscients, i intentar gestionar-la de la manera més encertada possible. Amb els mitjans que tinguem a l'abast, farmacològics, psicològics, socials, els que siguin.

De la història de la meva mare crec que és important remarcar aquest aspecte constituent, orgànic, immodificable: la seva vulnerabilitat emocional (encara que abans de començar a tenir problemes no ho semblava, ja que era una persona decidida, enèrgica, que donava una gran sensació de seguretat).

Un cop ressaltat i assumit aquest aspecte genètic, em sembla que llavors el que té sentit de debò és tornar a parlar de tot allò que envoltava la seva vida, i que segons els casos l'ajudava o desajudava a gestionar el condicionant genètic. Parlar de tot allò que va provocar que aquella fragilitat invisible durant molts anys, arribés un punt que s'acabés evidenciant i transformant en una greu i de vegades invalidant malaltia

(sobretot durant els períodes depressius).

No sé si amb "les cartes genètiques" que li havien tocat, la meva mare hauria pogut tenir una vida millor, més fàcil. Jo crec que sí, que hauria pogut tenir una vida una mica més fàcil. Si no ho cregués, suposo que ara no estaria escrivint això.

--

(1) Francisco Mora. ¿Cómo funciona el cerebro? Alianza editorial, 2011

## 5.13 - La TEC

Quan durant l'últim any de la seva vida la meva mare va veure com reapareixia la depressió i que els canvis de medicació que es van fer no donaven cap resultat, un dia el psiquiatre li va insinuar la possibilitat dels electroxocs, i ella el va tallar en sec. Uns quants anys abans havia deixat d'anar a un altre psiquiatre perquè també li havia fet la mateixa proposta:

(\*) "No vaig tornar més amb el psiquiatre que, cansat d'estabornir-me amb pastilles, em va receptar, com a últim recurs, l'electroxoc. Només el nom ja m'espanta. Sentir la paraula i recordar pel.lícules terrorífiques va ser una mateixa cosa, i és que a més no parlava només d'un, sinó d'uns quants, per tal d'aconseguir l'estabilització només durant uns mesos."

La paraula "electroxoc" no deixa indiferent. Genera reaccions fortes que tenen poc a veure amb la realitat de la seva utilització actual, sinó sobretot amb les escenes de les pel.lícules i novel.les en què surt el tema, com a norma presentant els electroxocs d'abans, sense sedació, i a més molts cops utilitzats no com a mètode terapèutic sinó punitiu. Un tipus d'utilització que, malauradament, va ser real. (1)

Trobo comprensible la por de la meva mare, ja que ella també estava influïda pel cine i la literatura, i segurament també pel record del funcionament dels antics manicomis, a través del testimoni d'algun conegut, o d'algun article llegit sobre el tema.

Ella insistia una vegada i una altra que passar una depressió era el pitjor que li podia passar a algú, una cosa tan terrible que qui no n'hagués patit mai cap era impossible que ho pogués arribar a imaginar. Llavors, si allò era el pitjor del món, quina interpretació es pot fer del seu rebuig radical a la possibilitat de passar per un electroxoc? Que per a ella encara hi havia "una cosa pitjor" que les depressions? Que pitjor que una depressió era "allò", un electroxoc?

He parlat amb alguna persona a qui recentment li han fet electroxocs (em sembla fonamental diferenciar entre la pràctica actual i la de fa unes dècades) i el seu testimoni no m'espanta, sobretot si el comparo amb el testimoni de les persones que han passat depressions greus. He recollit testimonis de satisfacció, i també d'agraïment, de persones que han rebut electroxocs (avui TEC, teràpia electroconvulsiva). La meva mare també va tenir alguna referència desdramatitzadora d'aquest tipus:

(\*) "La vigília havia parlat amb una amiga que fa anys que està atrapada en una depressió. M'havia dit que li estaven fent electroxocs. Em va semblar veure millor la meva amiga, no se'm va abraçar plorant com feia sempre, i encara que amb falles de memòria, tenia millor aspecte."

Explico tot això perquè encara que ho pugui entendre no deixa de fer-se'm estrany, aquest rebuig visceral a aquesta opció, descartant ja d'entrada fins i tot la possibilitat de parlar-ne, com era el cas de la meva mare. Sobretot, em costa d'assimilar tenint en compte que, tal com ja he dit, la gent que ha passat per una greu depressió coincideix en assegurar, igual que la meva mare, que "allò és el pitjor del món". (2)

Dic això i no vull jutjar res ni relativitzar en absolut el sofriment de la meva mare, de cap manera (o el sofriment de les persones que patint depressions, havent-se'ls suggerit la TEC la rebutgen com ella). A més, tampoc és tan complicada d'entendre, aquesta actitud: una cosa són les raons, i una altra les emocions, i aquests tipus de

decisiones (de fet totes les nostres decisions, encara que sovint no en siguem conscients) estan molt condicionades per les emocions.

Bé, si més no volia exposar aquest fet, que potser sobta una mica, i que sobretot em serveix per adonar-me (per adonar-me més) que sovint "els camins de la nostra ment són un misteri". (3)

--

(1) Una de les utilitzacions més sinistres van ser les de Donald Ewen Cameron durant els seus experiments per "formatar cervells" amb presumptes finalitats terapèutiques (i també en el marc de les seves col.laboracions amb els programes de tortura de la CIA), aplicant electroxocs 30 o 40 vegades més intensos que els en aquell moment recomanats en la pràctica psiquiàtrica (a més de l'administració de diferents còctels farmacològics). Aquest personatge, d'altra banda, va ser el primer president de l'Associació Mundial de Psiquiatria (i en el moment de la publicació del primer DSM, també president de l'Associació Americana de Psiquiatria). Naomi Klein, a "La doctrina del xoc" (Paidós, 2007) li dedica el primer capítol.

(2) No tinc una opinió clara sobre la utilització avui de la TEC. Per sort tampoc em cal, vull dir que no tinc cap persona propera que s'estigui plantejant aquesta opció. No em sembla greu la pèrdua de la memòria immediata just després de les sessions, tenint en compte que després de mica en mica aquest tipus de memòria es va recuperant. Tampoc em sembla greu que els efectes antidepressius de la TEC siguin temporals, que no durin, i que al cap d'un temps s'hagi de repetir (potser) la TEC, o buscar un tractament alternatiu. Dic que no em sembla greu sobretot tenint en compte el que diuen les persones que han passat per una depressió, "que és el pitjor del món".

(3) Suposo que si jo hagués passat les depressions de la meua mare hauria tingut moltes possibilitats d'acabar-me suïcidant, perquè no tinc els frens que ella tenia. Però si pel motiu que fos no ho hagués fet (suïcidat-me) i haguessin anat passant els anys, provant diferents tractaments i sense que les depressions em marxessin, potser no hauria descartat provar la TEC. Però tot això només són suposicions...

## 5.14 - Psiquiatria i religió

"Entre los numerosos trastornos psicopatológicos que hoy conocemos (...) hay algunos que acaso por su propia naturaleza y cuando se manifiestan en su máxima intensidad, sí que pudieran exigir la necesidad de establecer un diagnóstico diferencial entre psicopatología y posesión diabólica." Aquilino Polaino (1)

Una vegada la meva mare va anar a la consulta d'un psiquiatre, no a causa dels seus problemes emocionals, sinó a causa de la seva preocupació per un problema familiar, del que no en dono cap detall perquè no em sembla necessari. Anys enrere, ja havia anat a la consulta d'aquell mateix psiquiatre, llavors sí que amb motiu de les seves depressions (crec que llavors va ser un referent molt breu). Era un psiquiatre de l'Opus, és a dir, per a ella una persona de confiança.

Aquesta vegada la vaig acompanyar (llavors sovint l'acompanyava en les seves visites als metges). Doncs bé, aquell psiquiatre, després d'escoltar l'exposició que li va fer la meva mare sobre el problema que la capficava, li va dir que no ho veia clar, que la història li generava dubtes. I al final, li va dir que el millor que podia fer era demanar l'opinió d'un mossèn, perquè el tema que li plantejava, des del seu punt de vista, desbordava les seves competències com a psiquiatre.

Em vaig quedar bocabadat. Perquè el motiu de la consulta per descomptat no era religió, sinó de salut mental. Si hagués sigut religió jo no hauria acompanyat la meva mare, més ben dit, a ella no li hauria passat mai pel cap que la pogués acompanyar.

De fet, era de salut mental per partida doble, també la de la meva mare: en aquell moment, alimentar les seves preocupacions (segons com es tractés el tema) podia repercutir sobre el seu equilibri emocional. Tal com de fet va passar.

Ho vaig trobar escandalós. Per gust li hauria dit quatre coses, a aquell psiquiatre, però me les vaig haver d'empassar. No li podia dir res perquè si ho hagués fet la meva mare s'hauria sentit molt incòmoda, allí al mig. I ella ja estava prou angoixada.

Ser creient (o no ser-ho) no és cap garantia d'excel·lència o incompetència professional. De metges incompetents te'n pots trobar tant de creients com d'agnòstics o ateu. Això és evident. L'únic que he volgut exposar amb l'exemple anterior és que, quan et mous en segons quins ambients, segurament tens més possibilitats d'acabar coincidint amb personatges estranys com aquell psiquiatre. Amb persones que, en lloc d'ajudar-te a resoldre problemes, de vegades te'n creen de nous.

No faig cap generalització. Per descomptat no vull dir que els altres psiquiatres de qui va dependre la meva mare, en general "catòlics com cal", o fins i tot de l'Opus, tinguessin aquest grau d'ineptitud. En absolut. Estic convençut que alguns, potser la majoria, eren molt assenyats i competents.

De fet, després de la visita a aquell psiquiatre que li va recomanar que busqués l'orientació d'un capellà, vam organitzar una visita a un altre psiquiatre. També de l'Opus, perquè calia que fos "algú de l'Opus" qui contradigués l'opinió anterior, ja que sense aquest aval, per a la meva mare la seva opinió no hauria sigut creïble. I aquest nou psiquiatre va actuar de manera impecable. És a dir, de manera "normal": va parlar només des d'un punt de vista mèdic, sense barrejar psiquiatria i doctrina com havia fet l'altre.

Aquell segon psiquiatre no només va enfocar bé la consulta, sinó que a més va tenir en compte la situació de fragilitat en què estava la meva mare, cosa que en definitiva en aquell moment era el més important. Si jo l'acompanyava aquell cop no era tant perquè em preocupés el contingut de la seva preocupació, sinó perquè sobretot em preocupava que la seva preocupació l'acabés desestabilitzant.

Malgrat aquella segona visita, la meva mare no es va quedar tranquil.la del tot, aquells dies se la veia capficada. I m'imagino que també devia fer la consulta a algun mossèn (si no és que ja l'havia fet abans). Però d'això no en vaig saber res, perquè d'aquest tipus de consultes a mi no me'n parlava (eren temes que si de cas potser comentava amb altres fills, amb algun dels que compartia les seves creences).

--

(1) "Psiquiatría y posesión diabólica", [www.fortea.us/english/psiquiatria/aquilino.htm](http://www.fortea.us/english/psiquiatria/aquilino.htm) (sense data de publicació, consultat el 2015). L'Aquilino Polaino és un psiquiatre també de l'Opus.

## 5.15 - Mals professionals

"A la medicina, com a la vida, hi ha alguns individus disposats a saltar-se tots els principis ètics que calgui per aconseguir el seu benefici personal." Salvador Esquena (1)

De mals professionals n'hi ha en tots els oficis. I de maleducats i mentiders també. I de corruptes. Recordo el cas d'un ginecòleg. Era un metge de reconegut prestigi, va visitar la meva mare i li va dir que tenia un tumor cancerós que, naturalment, s'havia d'extirpar de manera urgent. La meva mare va sortir de la consulta espantada.

Va tornar-hi al cap de pocs dies acompanyada de la dona d'un germà meu, metgessa. La meva cunyada va demanar al ginecòleg que li expliqués bé el problema, que li ensenyés les proves que justificaven el diagnòstic i la urgència d'operar. El ginecòleg no va voler, va insistir en el seu diagnòstic però sense aportar-ne cap prova.

La meva mare llavors va anar a un altre ginecòleg, i aquest li va dir que no tenia res. Crec que això va passar uns vint anys abans de morir ella, i mentre va viure ningú més li va diagnosticar cap tumor de cap tipus. Es va morir a causa d'altres motius.

Un cas diferent. La boca de la meva mare era un desastre i la feia patir molt. Va arribar un punt que va decidir posar-se implants i va triar un dentista molt bo, ja que l'habitual seu, un home tranquil i acurat, no en posava. El dels implants es veu que era tan bo i considerava tan valuós el seu temps, que estalviava l'anestèsia, per no haver d'anar a poc a poc esperant que fes efecte.

Cada vegada que havia d'anar al dentista pel tema dels implants, la meva mare es posava a tremolar. Això va passar "quan els dentistes normals ja no feien mal". No vaig entendre mai aquella elecció de dentista de la meva mare, i encara menys que la mantingués. Crec que estava relacionada "amb que li feia un bon preu"... però la meva mare no tenia cap necessitat d'estalviar en aquestes coses. (2)

Un altre cas. Havia decidit operar-se de cataractes. L'oculista que va triar li va començar a programar visites: avui no sé quines proves, demà no sé quines gotes... Era un oculista d'una mútua, i a banda de l'operació cobrava per les visites prèvies: com més visites, més ingressos. A causa d'aquelles visites, la meva mare cada vegada estava més cansada (estava un altre cop en una etapa depressiva), perquè a més les visites s'anaven programant sobre la marxa, no hi havia hagut cap avís que les coses anirien d'aquella manera. En aquelles visites jo acompanyava la meva mare, fins que li vaig dir que prou. Vam buscar un altre oculista, li va fer una visita de reconeixement, la va citar per al dia de l'operació, i el mateix matí de l'operació ja tornava a ser a casa. Amb un resultat excel·lent (però que va poder gaudir poc, ja que es va morir al cap d'uns quatre mesos).

I podria anar seguint: protectors de l'estómac que la descalcificaven, medicaments recalcificants que li descalcificaven les mandíbules i li empitjoraven els seus problemes dentals, sutures superficials de traus profunds deixant el pus a dins, pròtesis de malucs amb una cama més curta que l'altra després de l'operació, hidrocolonteràpies que en lloc d'alleujar-la la feien sentir fatal durant dies i dies, etc.

Explico tot això perquè té relació amb el tema d'aquestes pàgines. Sens dubte, totes aquestes situacions i experiències adverses i doloroses són una bona ajuda, de cara a prevenir o superar estats depressius. De manera individual potser no en són la causa, però segurament, sobretot si s'acumulen i es prolonguen, contribueixen a

alimentar ansietats i malestars i, per tant, a cronificar les desestabilitzacions emocionals.

--

(1) Salvador Esquena. En la pell del pacient, Ara Llibres, 2016 (p. 48). En una entrevista a l'Ara (28/02 /2016) ho explicava així: "Llicenciats en medicina (...) que quan entra un pacient a la consulta l'enganyen i l'estafen. Li diuen que s'ha de fer un tractament quan teòricament qualsevol consens mèdic diria que no se l'ha de fer. Hi ha metges i empreses que ho fan i tots sabem que enganyen sistemàticament els pacients. (...) A aquests se'ls hauria de retirar el títol."

(2) A més del mal durant la col.locació dels implants, després aquells implants li van fer mal sempre, de manera gairebé permanent. Però aquest mal crònic posterior també podia estar relacionat amb els efectes secundaris de la medicació, que li deixaven la boca com un fregall ressec, provocant-li llagues, dolor, dificultat per parlar i sempre una gran incomoditat.

## 5.16 - L'homeopatia

"L'altre dia un amic em va exposar les diferents concepcions que hi ha de la salut (...) també a l'hora d'enfocar les depressions. (...) Em va parlar de l'homeopatia i les coses que va dir em van agradar. (...) Em va dir que l'homeopatia tenia en compte els factors físics i psíquics (...) que és una opció seriosa, i que en molts casos de depressions els resultats són satisfactoris."

Em sap greu haver-ho de reconèixer, però això és part d'una carta que li vaig escriure a la meva mare. La data no la sé, perquè tenia el mateix mal costum d'ella de no posar dates, però suposo que correspon a pocs anys abans de reincorporar-me al domicili familiar. Ara se'm fa estrany, que ho hagués escrit jo, però no ho puc negar, tinc la carta al davant.

Em podria justificar (pel que fa al fet d'haver-la escrit), si en aquell moment el meu suggeriment l'hagués fet amb la intenció que ella reduís o deixés la medicació convencional, i així estalviar-se els importants efectes secundaris que li provocava (tenint en compte que d'efectes positius no estava clar que n'hi hagués). És a dir, si el suggeriment l'hagués fet no confiant en hipotètics efectes positius de l'homeopatia, sinó només per evitar els negatius de la medicació que es prenia.

També podria argumentar que, a banda de la reducció o supressió dels efectes secundaris negatius dels medicaments, potser s'haurien pogut produir veritables efectes positius. Uns efectes positius que segons l'homeopatia serien el resultat de "les propietats terapèutiques de les dissolucions infinitesimals", però que es podrien explicar més fàcilment per l'efecte placebo. Però que, en qualsevol cas, i això seria l'important, serien efectes positius.

Per tant, si em plantejo si a la meva mare l'homeopatia li hauria pogut ser d'utilitat, la resposta és que sí i no. Sí, perquè si hi hagués tingut fe, potser li hauria fet algun efecte. No perquè, com que no hi tenia fe, no era possible que li fes efecte (a banda que, a sobre, quan estava enfonsada no tenia fe en res). (1)

Un altre aspecte interessant, relacionat amb aquest tema. Segurament, la diferència més gran entre l'atenció facilitada per un homeòpata i un metge convencional és el temps dedicat a les visites, i l'interès, per part del primer, en tenir una visió general de la persona malalta. (2)

En el cas d'un metge homeòpata, aquest temps més gran i aquest interès global forma part de la seva oferta, de manera que té sentit que s'aconsegueixin resultats terapèutics. Si més no, en el cas d'aquelles malalties en què està demostrada l'eficàcia de les paraules, i la dels placebos. I les depressions són una d'aquestes malalties. (3)

De manera que es pot pensar que si la meva mare hagués trobat un metge homeòpata ("o com un homeòpata", en el sentit que li dedicés temps, estigués interessat en una visió global de la seva salut i dels seus problemes emocionals, algú capaç de guanyar-se la seva confiança, etc.), potser sí que l'hauria ajudat. No només a estalviar-se els feixucs efectes secundaris dels medicaments antidepressius que es prenia (uns medicaments, no em cansaré de repetir-ho, d'una eficàcia no demostrada, en el seu cas) sinó potser també a beneficiar-se d'algun efecte positiu de les boletes homeopàtiques gràcies a l'efecte placebo.

D'altra banda, tot això ho penso ara. Llavors no recordo què pensava d'aquest tema, només tinc el testimoni una mica incòmode d'aquesta carta, de la que no en

recordava res fins que l'he trobat.

I encara una altra cosa: vaig escriure aquella carta "parlant de teories", i el cert és que quan, uns anys més tard, em vaig implicar de debò en els problemes dels meus pares, la realitat més aviat em desbordava. Tot ho veia molt complicat, i em feia por, pensar en la possibilitat d'un canvi profund en els tractaments de la meva mare (suposant que ella hi hagués estat d'acord).

No veia clar el que es feia, però tampoc veia clara cap alternativa. I a més, tal com he dit, tenia por. Por que buscant millores les coses encara empitjoressin, i llavors jo pogués ser "el culpable" d'aquells canvis negatius. Sí, també tenia por i inseguretats, de manera que era més fàcil anar tirant.

Bé, suposo que sobretot he introduït aquesta anècdota de la carta sobre l'homeopatia per deixar constància que, en algunes ocasions, crec que jo també vaig anar una mica a la deriva, i que de vegades la meva aportació a l'hora de facilitar la gestió dels problemes de la meva mare no va ser tan positiva i clara com m'hauria agradat.

--

(1) D'això ja n'he parlat, sobretot a l'apartat "Creure".

(2) Dylan Evans, a 'Placebo' (Alba Editorial, 2010, p. 221), diu això: "És molt probable que els diferents elements que diferencien la típica visita a un metge convencional de la visita a un especialista en alguna disciplina alternativa -com el temps, l'entusiasme, el ritual i el contacte- augmentin la resposta placebo en la teràpia alternativa i la disminueixin en la teràpia convencional. (...) És, per tant, molt possible que, en el context de la pràctica clínica actual, alguns tipus de teràpia alternativa puguin ser més eficaços que la medicina ortodoxa per alleujar certes malalties, per molt que siguin placebos purs."

(3) Està demostrat en bastants estudis, però cal anar amb compte, perquè no es pot parlar "de les depressions", generalitzant, com si totes fossin iguals.

## 5.17 - Resum

"Una història que assignés la mateixa importància a tots els fets no seria res més que una enumeració d'esdeveniments, i no aconseguiria penetrar en el sentit dels esdeveniments. Escriure la història significa sempre interpretar la història. El problema rau en saber si l'interpretet té suficient coneixement dels fets i suficient respecte pels fets com per evitar el perill de seleccionar algunes dades per tal de reforçar una tesi preconcebuda." Erich Fromm (1)

La meva mare tenia una fragilitat (biològica, orgànica, genètica...) relacionada amb la gestió de les emocions. Malgrat aquesta fragilitat, no va patir cap depressió fins als trenta anys. Llavors se li va manifestar (va emergir, es va desencadenar) la bipolaritat, o primer les depressions i més endavant la bipolaritat, amb els seus cicles de depressions i eufòries.

No totes les persones amb una determinada fragilitat acaben desenvolupant la malaltia o trastorn associat a aquesta fragilitat. Només algunes, les que estan exposades de manera prou intensa "als seus factors de risc", diferents per a cadascú. Per exemple, fumar és un factor de risc més elevat si es tenen antecedents familiars de càncer de pulmó. O, si els antecedents familiars són de problemes coronaris, és també un factor de risc més elevat seguir una dieta rica en greixos, sucre, sal, cafè i alcohol.

Per a la meva mare el matrimoni va ser un factor de risc. Sobretot, perquè el meu pare sempre va esperar que la meva mare fos com no era i com no podia ser. Aquesta expectativa d'ell la va interioritzar la meva mare, i no poder-la satisfer li generava frustració, ansietat, tristesa... Sofriment.

Que el sofriment provoca malalties no és cap secret. A cadascú aquelles en relació a les quals és més vulnerable (càncers, arítmies, al·lèrgies, hèrnies, neuràlgies...).

La vulnerabilitat de la meva mare eren les emocions, els estats d'ànim, de manera que quan es va començar a sentir atrapada va ser per aquí per on es va trencar.

--

(1) Erich Fromm. Y seréis como dioses. Paidós, 1991

## 6 Psicoteràpia i miracles

"No es tracta de negar la complexitat, sinó d'intentar minimitzar la complicació."

*Herber K. Findt*

## 6.1 - La Kay R. Jamison

"La malaltia maniaco-depressiva distorsiona l'estat d'ànim i el raciocini, incita a conductes espantoses, destrueix la gènesi del pensament racional i, molt sovint, erosiona la voluntat i el desig de viure. Té un origen biològic, però actua en l'esfera mental. Única en la seva capacitat de proporcionar avantatges i plaer, empeny alhora a patiments gairebé insuportables i, sovint, al suïcidi." Kay R. Jamison (1)

La Kay R. Jamison és una psicòloga clínica especialitzada en el trastorn bipolar, un trastorn que ella mateixa pateix. En parla, des de la seva doble condició de professional i víctima de la malaltia, a "Una ment inquieta", un llibre fascinant.

Descriu "des de dins", d'una manera molt viva i colpidora, tant els estats depressius com els eufòrics del trastorn bipolar, sobretot els segons. Crec que per a una persona que conegui algú bipolar i vulgui entendre aquests estats, que vulgui entendre una mica aquest món que oscil·la entre els esclats bojors de les eufòries i la negror de les depressions profundes, és una lectura molt recomanable.

El que explica per a mi és especialment interessant i colpidor, perquè malgrat els esforços que vaig fer quan la meva mare encara vivia, i malgrat les lectures que llavors i posteriorment he acumulat sobre les depressions i la bipolaritat, llegint el llibre de la Kay R. Jamison encara he descobert, o m'ha semblat entendre millor, alguns aspectes de la meva mare. I també he sigut més conscient de la falta de comprensió que en general va patir ella.

És un llibre del qual en podria comentar moltes coses, però ara en triaré només una, de la qual de fet ja n'he parlat abans. La Kay R. Jamison explica que quan ella va començar a tenir problemes importants, als vint anys, al marge de la seva reticència a acceptar la malaltia i assumir la necessitat de la medicació, va trobar psiquiatres que no només tenien molt clar que en casos com el seu la medicació era imprescindible, sinó que també ho era la psicoteràpia.

Ho llegeixo i recordo el que passava fa uns anys, quan l'últim psiquiatre de la meva mare repetia una vegada i una altra que l'important era la medicació. La medicació i prou. Els psiquiatres anteriors (va passar per uns quants), tinc entès que en general tenien un criteri semblant.

La Kay R. Jamison diu que la medicació li va salvar la vida i que la psicoteràpia li va permetre viure. La meva mare va tenir la doble desgràcia que, d'una banda, la medicació en el seu cas no va ser efectiva, i d'una altra banda, no es va poder beneficiar de cap psicoteràpia que l'ajudés a viure.

Ajudar a viure consisteix en coses concretes, tan elementals i de sentit comú com que t'ajudin a conèixer-te millor, que t'ajudin a aprendre a identificar les situacions de risc, a aprendre a adquirir els recursos necessaris per a evitar aquestes situacions o per a enfrontar-les sense que et desbordin. Que t'ajudin a ser conscient de les teves limitacions, i també dels teus punts forts, que t'ajudin, en definitiva, "a saber-te ajudar millor", per tal d'estar el més ben preparat possible per gestionar la difícil vida que has de gestionar si tens un trastorn bipolar.

A la meva mare se li va desencadenar la bipolaritat a principis dels anys seixanta, més o menys a la mateixa època que a la Kay R. Jamison (2). La Kay R. Jamison llavors va tenir la sort de comptar amb psiquiatres amb aquesta doble visió, i afirma que això va ser fonamental de cara a poder gestionar la seva difícil vida sense acabar embogida.

--

(1) Una mente inquieta. Kay R. Jamison. Tusquets, 1996 (p. 16)

(2) La Kay R. Jamison va néixer el 1946, era 18 anys més jove que la meva mare, però a diferència d'ella durant l'adolescència ja va tenir els primers símptomes de la malaltia, amb fases depressives i maníacques evidents. En el cas de la meva mare, a banda de l'inici al voltant dels 30 anys, sembla que al principi la simptomatologia era sobretot, o potser únicament, depressiva.

## 6.2 - El més important és la medicació

(\*) "Si la depressió m'ha vingut per motius concrets i que no han desaparegut, com em pot ajudar la medicació?"

La majoria de manuals de psiquiatria expliquen que hi ha un tant per cent de persones amb depressions o bipolaritat amb les quals els medicaments no funcionen. Segons els casos varia el tant per cent, però no és de decimals, ni d'unitats, sinó de desenes, i en plural (no dono xifres més exactes per no ficar-me en embolics). A més, tenint en compte que són publicacions que estan a favor de l'opció farmacològica com a prioritària, segurament les xifres que donen estan per sota de les reals (és a dir, que segurament hi ha més gent de la que diuen a la que la medicació no els funciona de manera "mínimament satisfactòria").

En el cas de la meva mare, més d'un psiquiatre va acabar desmoralitzat en no poder-la ajudar amb les seves combinacions de fàrmacs. I cada nou psiquiatre que apareixia en escena ho tornava a intentar amb l'esperança d'aconseguir-ho. Crec que durant els primers anys aquesta actitud tenia un sentit, però ja no em sembla que fos tan raonable al cap de trenta o quaranta anys de l'inici de les seves depressions i de l'encadenament de fracassos farmacològics. Encara més tenint en compte que alguns dels fàrmacs seguien sent els mateixos.

El darrer psiquiatre de la meva mare era un psiquiatre de reconegut prestigi, que treballava en un gran hospital i estava vinculat a un equip d'investigació i atenció dels trastorns bipolars. (1)

Durant l'última etapa de la vida de la meva mare, vaig suggerir a aquest psiquiatre que, com a complement del que ell li oferia, potser a la meva mare "li podria ser útil alguna psicoteràpia". Però les vegades que ho vaig suggerir, ell, amb educades i bones paraules va dir que no pensava que una psicoteràpia pogués tenir alguna utilitat.

D'altra banda, d'aquest psiquiatre també n'haig de dir una cosa molt positiva. I és que es va portar admirablement bé amb la meva mare, amb una calidesa i una generositat immenses. Per exemple: adonant-se del perill que la meva mare abandonés les visites, ja que ella deia que no servien perquè no millorava, i que per tant no calia gastar els diners, el psiquiatre li va dir que no es preocupés, que no li cobraria les visites (anava a la seva consulta privada, tot i que també treballava en un hospital públic).

I ho va fer: el psiquiatre va prioritzar el seguiment de la meva mare i va renunciar als seus honoraris, durant molt de temps. I això que la meva mare no era cap clienta en situació precària, ben al contrari, i ell ho sabia. (2)

Hi ha diferents estudis que diuen que l'efectivitat d'una psicoteràpia està més relacionada amb el tipus de relació que s'estableix entre el terapeuta i l'usuari o malalt, que amb el tipus concret de psicoteràpia que es fa servir (3). Des d'aquest punt de vista, aquell psiquiatre, encara que menyspreés l'eventual utilitat d'una psicoteràpia, i encara que ell no s'ho proposés, de fet amb la seva actitud cordial, reposada i generosa va afavorir que entre ell i la meva mare es creés "un bon espai terapèutic".

Encara que estigués convençut que "l'únic important era la medicació", el cas és que va fer possible aquell espai. Pel motiu que fos: és possible que l'objectiu principal de la seva afabilitat fos aconseguir "que la meva mare es mediqués", i no ho dic com un

retret, sinó com un elogi, tenint en compte que ell estava convençut que era el millor que podia fer per ella.

Tant per la seva generositat com per la seva afabilitat, sempre li estaré agraït.

--

(1) Era també professor d'universitat, de manera que els seus criteris els transmetia als seus alumnes, que ara deuen regir-se, si no és que els han revisat, per aquells mateixos criteris. De fet, no és només una hipòtesi: algun dels seus alumnes, ja psiquiatres, els he conegut al mateix hospital, molt joves, i efectivament amb el mateix criteri: per a ells el més important (o l'únic important) és la medicació.

(2) De vegades penso que per part de la meva mare una motivació per seguir amb aquell últim psiquiatre (a banda de tenir la consulta al costat de casa i del tracte cordial i generós que li oferia) era el seu propòsit de fer apostolat, ja que ell era agnòstic o ateu. Per a la meva mare això del proselitisme religiós era molt important, i durant les llargues visites amb el psiquiatre (perquè de llargues ho eren) ella sempre trobava algun moment per a introduir alguna petita falca amb aquesta intenció.

(3) En alguns problemes de salut mental sembla que sí que és important el tipus concret de psicoteràpia que es fa servir. De fet, també hi ha estudis que confirmen aquest punt. Però en les depressions sembla que és cert que la qualitat de la relació entre el professional i el malalt és el més important.

## 6.3 - Un intent de psicoteràpia

"Això és la psicoteràpia. Poca pesca miraculosa, i molta competència, intuïció i paciència." Marcel Rufo (1)

Haig de fer una petita correcció al que he dit abans: el psiquiatre del que he parlat, suposo que sobretot cansat de sentir-me a mi insistir tant, al final es va posar en contacte amb una psicòloga i van quedar que la meva mare hi aniria.

Va ser un desastre. Des del primer moment no van sintonitzar: a la meva mare no li va agradar la psicòloga, i crec que al revés també passava el mateix. A banda d'aquesta falta de sintonia, d'aquella descoordinació emocional, crec que a més aquella psicòloga tampoc va ser gaire hàbil entomant el cas de la meva mare.

Va fallar tot. Era un repte molt complicat, i es va abordar amb desencert, sense un interès veritable, sense convenciment, i va passar el que, amb aquests condicionants, era inevitable que passés. (2)

El cas de la meva mare de fàcil no ho era, perquè el primer que calia amb ella era fer-la adonar dels avantatges que en podria treure, d'una psicoteràpia, cosa de la qual ella en dubtava, ja que tothom sempre li havia dit, de manera explícita o implícita, que no serviria de res. La meva mare era espavilada, prou com per ser conscient que la derivació a la psicòloga per part del psiquiatre era forçada: el psiquiatre, durant anys, li havia dit molts cops que no li semblava que una psicoteràpia pogués ser d'utilitat.

Però el més significatiu va ser la interpretació que es va fer d'aquell intent. Un cop obvi el fracàs, la conclusió del psiquiatre, i que la meva mare també va assumir, va ser que el fracàs confirmava la reticència a confiar en qualsevol possible benefici de la psicoteràpia. És a dir, s'havia fet la prova i havia quedat clar que no havia servit de res fer-la, "tal com ja s'havia dit tantes vegades i durant tants anys".

Aleshores devia fer uns quaranta anys, que la meva mare havia començat a tenir els problemes que més endavant van ser etiquetats com de tipus bipolar. Durant anys, havia estat anant a la consulta de molts metges que li havien fet diferents diagnòstics i que li havien receptat diferents medicaments, pautats de diferent manera, buscant un efecte que no s'acabava d'aconseguir mai, ja que seguia esclavitzada per l'alternança arbitrària entre les eufòries i les depressions. Malgrat la falta de resultats tangibles, ella seguia anant al psiquiatre de torn, fent un intent més, sempre un intent més, amb l'esperança que, alguna vegada, la medicació acabés fent l'efecte desitjat.

En canvi, es va fer un únic intent de psicoteràpia (si més no durant els últims onze anys de la seva vida, durant els que vaig conèixer amb ella, i no em consta que abans se n'hagués fet cap més), i aquest únic intent va servir perquè tothom, ella inclosa, arribés a la conclusió "que allò no servia de res".

I si ens imaginem la història al revés?

És a dir, aquesta història: que a ella, durant quaranta anys, l'haguessin tractat diferents psicoterapeutes, i que durant aquells anys hagués fet un únic intent de medicació amb un psiquiatre. I que llavors, al cap d'una o dues visites amb el psiquiatre, hagués decidit que allò no li servia, i que per tant ho deixava.

I que aleshores, el seu psicoterapeuta de torn li hagués dit: "Ho veus? Ja t'ho deia!"

--

- (1) Marcel Rufo. Tu, ets Èdip! Consultes d'un psiquiatre d'infants i adolescents. Eumo Editorial, 2003 (p. 16)
- (2) Amb la psicòloga només va fer dues visites, després de la segona va dir que no hi pensava tornar.

## 6.4 - Consells i contradiccions

- No fer res que em generi conflictes.
- Forçant-me no aconseguiré res.
- No crear-me obligacions.
- Acceptar la meua realitat actual.
- Contemplar només els problemes que jo puc resoldre.
- No carregar-me amb exigències que ara no sóc capaç de complir.
- Estic en disposició de fer molt poc.
- Programar-me per complir els mínims.
- Delegar encàrrecs.
- Aprofitar totes les ocasions possibles per relaxar-me: classes, conferències, reunions... però si no em ve res de gust, prescindir de tot i descansar.
- Exigir-me el mínim.
- Caminar amb calma.
- Ser comprensiva amb els altres i molt més amb mi, acceptant les meves limitacions actuals.
- Horari ampli; temps lliure entre cosa i cosa.
- Saber escollir el més important cada dia i tenir pau quan no arribo a tot.
- Estar contenta fent o no fent les coses.
- Ningun pla rígid.
- Trobant temps per relaxar-me: novel·la.
- Viure l'ordre amb lleugeresa, prescindint de plans rígids.
- Ser comprensiva amb mi mateixa.
- No sentir-me mai fracassada.

He dit més d'una vegada que la meua mare va anar a psiquiatres que només s'ocupaven de la medicació. Però no és del tot cert: si més no algun, també aprofitava les visites per donar-li consells, amb el propòsit que la seva vida quotidiana no fos tan difícil. I els consells eren sensats. La llista anterior n'és un bon exemple, la va fer ella recollint comentaris que de diferents psiquiatres. Ara bé, una altra cosa és que aquests consells assenyats fossin viables. Miraré d'explicar-ho.

Per a la meua mare era complicat, fer tot allò que li suggerien que fes: "despreocupar-se", "no fer res que li creés conflictes", "no crear-se obligacions", etc. No ho podia fer perquè l'obediència, l'ordre, l'esforç, tot allò que presumptament havia de relativitzar, era precisament el que també esperava d'ella.

Li arribaven els dos discursos, de vegades per part de les mateixes persones, amb indicacions que de vegades posaven l'accent en una banda, i de vegades en l'altra: no cal que siguis ordenada, has de ser ordenada; despreocupa't, preocupa't; no t'esforcis, esforça't; fes el que et sembli, obeeix; etc. I ella, és clar, es feia un embolic.

És a dir, que eren uns consells que no tenien en compte les circumstàncies reals de la vida de la meua mare. D'ella i, en general, de totes les dones de la seva generació, sotmeses a uns valors socials que conferien sempre a la dona, "per voluntat divina i nacionalcatòlica", un paper subordinat al marit (i a les directrius de l'Església). (1)

Un últim apunt, sobre això. Es podria pensar que (a diferència dels criteris del meu pare i de l'Opus) els criteris i recomanacions dels psiquiatres eren "ideològicament neutres". Però no devia ser així, si és té en compte el que, poc abans de morir, ella

escriu referint-se als seus psiquiatres :

(\*) "Sempre vaig voler que els psiquiatres fossin catòlics i apostòlics."

Només ho constato: en general, es va buscar sempre psiquiatres que no li poguessin qüestionar el que li deien des de l'Opus. Que, pel que fa al seu rol familiar, era el mateix que li deia el meu pare. (2)

Suposo que ella devia pensar, devia estar convençuda que en el cas d'eventual conflicte entre la salut i la religió, era obvi que havia de prevaldre la subordinació als criteris religiosos. (3)

--

(1) Amb l'agreujant que qualsevol intent de pensament crític havia de ser reprimat (era estigmatitzat) ja que era "fruit de l'orgull" (un dels pitjors pecats) que alhora anava acompanyat de la falta de docilitat i obediència (dues taques morals més).

(2) Una curiositat: el comentari sobre els psiquiatres l'escriu després d'haver-se referit, en la mateixa nota, al psiquiatre que llavors té, del que n'està contenta malgrat que no és creient.

(3) Pel que fa als metges de capçalera, vaig conèixer l'últim; era membre d'una associació de metges cristians i un activista públic a favor de les postures de l'Església sobre temes controvertits (l'avortament i l'eutanàsia). No sé fins a quin punt la meua mare el va triar per aquestes "garanties morals" o per la seva competència mèdica. Fos pel motiu que fos, des del meu punt de vista les seves decisions com a metge de capçalera de la meua mare no van ser sempre encertades.

## 6.5 - Teràpia sistèmica

(\*) "Si tots els esforços que van fer els psiquiatres amb mi els haguessin fet amb el meu marit, per tal que s'adonés que jo no era la dona ideal amb qui havia somniat, sinó una persona vital, alegre i molt desordenada, i llavors ell hagués pogut acceptar aquests 'defectes' que de fet ja eren obvis abans de casar-nos, jo l'hauria pogut fer molt més feliç."

La teràpia sistèmica familiar es basa en la idea que la família conforma un sistema, de manera que qualsevol variació o interacció d'algun dels elements del sistema repercuteix sobre tots els altres. O dit d'una altra manera: que qualsevol conflicte o problema d'un dels individus no és un afer només seu, sinó que s'explica a partir de les diferents relacions entre els membres de la família.

Els psiquiatres, des de la seva perspectiva biològica-farmacològica, en general valoren poc les psicoteràpies, i encara menys les familiars. Una vegada, parlant amb un dels psiquiatres de la meva mare, va sortir de refiló el tema concret de les teràpies familiars, i ell va fer un somriure irònic, com volent dir: "Ves quines beneiteries!"

La meva mare, ja n'he parlat abans, no va poder comptar mai amb el suport de cap psicoteràpia seriosa. També he dit que si hagués tingut aquesta ajuda és possible que li hagués sigut útil. Ara afegeixo: li hauria pogut ser útil... però fins a un cert punt. Perquè per molt adequada que hagués sigut la psicoteràpia, hauria topat amb els límits "del sistema familiar del qual ella formava part".

Era inimaginable, que la meva mare pogués qüestionar aquella concepció de la família i del paper de la dona. Perquè ella era rebel, però només una mica, amb mesura, ja que quan es tocaven segons quins temes frenava i assumia les expectatives que sentia que s'havien dipositat en ella:

"Que tothom se sotmeti a les autoritats que exerceixen el poder, perquè tota autoritat ve de Déu, i les que de fet tenim han estat establertes per Ell". Sant Pau, Carta als Romans, 13, 1.

Crec que a la meva mare una psicoteràpia familiar "en teoria" li hauria pogut ser d'utilitat. El problema és que aquesta experiència era del tot inviable. En primer lloc, pel que ja he dit que hi havia límits que ella tenia molt assumits. En segon lloc, perquè la gent del seu entorn (del seu sistema familiar i del seu sistema religiós, ja que aquest conformava una segona família, molt influent) no tenia cap mena de dubte que, quan ella no estava bé, era "exclusivament ella qui estava malalta i tenia problemes".

La gent del seu entorn no veia que hi hagués cap relació entre ells i els problemes d'ella. Des del seu punt de vista, no hi havia cap vincle, entre ells i la malaltia de la meva mare. Que aquesta idea de sistema i corresponsabilitat que he exposat més amunt pogués ocupar un espai en els pensaments del meu pare, o en els de les persones de l'Opus amb qui ella es relacionava, era inimaginable.

Pel que fa als fills... Crec que si ens haguessin ajudat a pensar sobre la situació de la meva mare, alguns dels fills potser hauríem sigut capaços d'entendre una mica què passava. Em refereixo sobretot als fills ja una mica grans, emancipats o en edat d'emancipar-nos, perquè els més petits prou feina devien tenir per anar tirant endavant en mig "d'aquell sistema familiar" tan complicat.

Una altra cosa és que aquest eventual augment de l'atenció i sensibilització per part dels fills, segurament només hauria tingut una repercussió limitada, perquè els protagonistes principals eren uns altres. Però suposo que a ella, una comprensió més gran per part dels fills, l'hauria ajudat.

En el meu cas, van haver de passar tots els anys que van passar abans no em vaig adonar de la situació. Aquesta consciència, amb la intensitat que ara l'exposo, de fet no em va arribar fins als darrers anys de la seva vida. I potser encara em precipito: potser només s'ha anat concretant de debò recentment, a partir del moment que m'he posat a escriure i que he anat reflexionant de manera més seriosa i atenta sobre la seva vida.

## 6.6 - Professionals homes

"Hi ha molt poques dones que siguin psiquiatres, especialment en l'àmbit de consultores." Dorothy Rowe, 1983 (1)

La meva mare deia sovint que si algú no ha patit mai una depressió, és impossible que pugui entendre com se sent qui en pateix una. És una opinió compartida i expressada per la majoria de persones que han passat per depressions greus. D'altra banda, les dones que han tingut fills diuen que, si no se n'han tingut, és impossible que es pugui entendre el que se sent durant l'embaràs, el part i la criança.

No sé si algun dels psiquiatres de la meva mare havia patit alguna depressió. Sí que sé que tots els psiquiatres i ginecòlegs de la meva mare van ser homes.

L'aproximació als problemes emocionals d'algú (i la seva interpretació) no és mai neutra, sinó que està condicionada pel context cultural. Després de la biologia (ser home o dona) tot és cultura (per exemple els diferents rols i estereotips associats amb ser home o dona). No hi ha res neutre: ni la psicologia, ni la psiquiatria, ni la ginecologia...

Des dels metges de capçalera fins als diferents especialistes, tots els professionals de la salut que atenien la meva mare eren homes. No em sembla irrellevant, des del punt de vista del tipus d'atenció que ella podia rebre (i no per falta d'interès d'aquells metges, això no ho qüestiono). Eren tots homes, i a més de ser-ho tenien "una base intel·lectual masculina" a l'hora d'exercir la seva professió. Una base intel·lectual inevitablement parcial o esbiaixada, hereva de l'absència històrica de les dones de les facultats, de les institucions de recerca i dels centres de salut (llevat de les infermeres).

Amb la creixent incorporació de la dona "al món laboral qualificat", amb la presència creixent de les dones com a professionals de la psicologia i la psiquiatria, les coses han anat canviant. Per sort. Però quan la meva mare era jove que una noia anés a la universitat era l'excepció. I per tant, també eren una excepció les psicòlogues i les psiquiatres que exercien. Si és que n'hi havien, no ho sé.

D'altra banda, també és cert que ser dona no garanteix la capacitat d'empatitzar amb altres dones. És un bon punt de partida, però no una garantia. De fet, l'única professional relacionada amb la gestió dels problemes emocionals de la meva mare (la psicòloga de qui ja he parlat abans) no va destacar per la seva capacitat d'empatia ni per la seva bona feina.

A banda d'aquella dissortada excepció, crec que a la meva mare l'hauria ajudat, quan buscava ajuda professional per als seus problemes emocionals, trobar-se alguns ulls capaços de mirar-la des d'una sensibilitat femenina, d'una manera més còmplice. Però no va ser així. (2)

--

(1) La depresión, Paidós, 1998 (p. 231). Cal tenir en compte que la primera edició de l'original en anglès és de 1983, i que es refereix al Regne Unit. Sobre aquest tema, l'autora, Dorothy Rowe, també recull aquesta cita de Judith Gray: "Si el metge és una dona, la comunicació és més fàcil, es concedeix més temps, s'administren fàrmacs amb menys freqüència." (p. 197).

(2) Òbviament també és cert que hi ha professionals homes amb una gran sensibilitat i capacitat d'empatia. Per descomptat no reivindico que a les dones quan necessiten ajuda les hagin d'atendre sempre dones. El prioritari és trobar l'ajuda. La millor en cada cas, per anar bé. L'únic que he volgut explicar és que l'absència de les dones de professions com la psicologia i la psiquiatria ha limitat i condicionat, durant dècades, les característiques de les ajudes disponibles.

## 6.7 - Més homes

"Durant els primers lustres d'exercici professional em vaig trobar, com tots els psiquiatres d'aleshores, amb el fet que molts dels meus pacients recorrien també a un confessor." Juan Antonio Vallejo-Nágera (1)

L'ofici de psicòleg clínic és històricament molt recent. Abans, el més semblant als psicòlegs eren els capellans, i les seves consultes els confessoriaris. Com en tots els oficis, n'hi havia (suposo que n'hi ha) de tota mena, uns més càlids i empàtics, d'altres més rígids i dogmàtics...

A falta de psicòlegs, la meva mare va tenir alguns psiquiatres que van exercir una mica de psicòlegs, i uns quants capellans que a la seva manera també van fer aquesta feina. Crec que en general aquests capellans van prioritzar l'àmbit de la doctrina i no el dels malestars, i suposo que aquesta prioritat estava relacionada, si més no en part, amb la seva creença que el sofriment era bo, redemptor.

Abans he parlat dels psiquiatres homes i de la seva més gran dificultat, en principi, per copsar les eventuals particularitats dels malestars emocionals de les dones. Els capellans, òbviament, tenen aquesta mateixa limitació.

Psiquiatres homes, ginecòlegs homes, metges de capçalera homes, capellans homes... El cas, però, és que per a la meva mare es veu que ja li anava bé, aquesta constel.lació d'homes com a "consultors de la salut del cos o de l'esperit". No vaig sentir mai que se'n queixés, més aviat ho valorava positivament (en el cas dels capellans, com a bona catòlica a més estava completament en contra del sacerdocí femení).

Ja gran, una vegada la meva mare va anar a la consulta d'una psiquiatra (abans he parlat d'una psicòloga, aquesta era psiquiatra). Crec que la idea va ser de la seva germana, i crec que un factor que va valorar la meva tia en aquell moment va ser precisament aquest, que fos una psiquiatra, una dona.

Tot i que la psiquiatra era una persona atenta, pausada i que sabia escoltar, no hi va haver continuïtat, va ser una única visita. La meva mare no se'n va queixar, però va decidir no tornar-hi. Crec que allò que per a la meva tia podia ser un factor positiu, una dona psiquiatra, per a la meva mare devia ser negatiu. Perquè estava condicionada pels seus prejudicis, en la mesura que d'alguna manera, associava la màxima excel.lència en l'exercici d'una professió amb el fet de ser home (al marge de les professions "històricament femenines", mestres, infermeres, cuidadores, etc.).

També és cert el que ja he dit altres vegades, que la meva mare era "moltes dones", de vegades contradictòries entre elles. Pel que fa a aquest tema, d'una banda tenia aquesta mena de prejudici, crec que se'n pot dir així, cap a les dones que exercien aquestes professions (si més no en els casos que l'haguessin d'atendre a ella). I d'una altra banda també reivindicava que les dones poguessin estudiar i accedir a aquestes feines.

En ella conviuen actituds oposades, la defensa d'una postura i de vegades també la contrària. Un bon exemple d'aquestes contradiccions és que, tot i queixar-se de no haver pogut fer estudis superiors (cosa que si havien fet els seus germans), va tenir molt interès en què els seus fills anéssim a la universitat, però en canvi molt menys perquè hi anessin les seves filles.

--

(1) Juan Antonio Vallejo-Nágera. Vallejo y yo. Planeta, 1989 (p. 151)

## 6.8 - Sentir-se bonica

"En tu, gest, testa, caminar, són bells com un bell paisatge." Charles Baudelaire (1)

En alguna ocasió la meva mare havia dit que quan era petita ja tenia una tendència depressiva. Per justificar aquesta teoria deia que quan tenia no sé si quatre anys un dia, no recordo si una tia o una àvia, li va dir o insinuar que no era bonica, i que això la va afectar molt. Després, al voltant dels quinze anys, es veu que un dia uns nois que passaven pel carrer, referint-se a ella, van dir "que no valia res", i també es va sentir molt afectada.

No hi havia més exemples. Aquesta teoria seva (exposada només alguna vegada, i val a dir que sense cap insistència especial) es fonamentava només en aquestes dues experiències. No hi ha cap indici ni de que formessin part d'alguna "tendència general depressiva", ni de que llavors fossin especialment traumàtiques (que et diguin una cosa que no t'agrada i et disgustis és bastant normal). La meva mare no es recordava ella mateixa com una nena trista i deprimida, i la gent que l'envoltava tampoc la veia així, tot al contrari.

A més, pel que fa a la seguretat en relació al propi aspecte, com a mínim a partir de quan tenia quinze anys (els mateixos del segon "disgust", que potser només va ser una provocació; hi ha gent que fa servir aquestes estratègies atípiques de seducció) era ja una noia que enlluernava els nois, i ella n'era conscient. Dic com a mínim perquè d'aquesta edat (i dels anys següents) n'hi ha proves:

"Quina llum obre el teu somriure? Jo diria que s'obre escampant el perfum i el color d'una rosa."

És una nota dedicada a la meva mare. És la primera pàgina d'una "Agenda d'autògrafs", un tipus de quadernet que es veu que llavors s'estilava, en el qual les noies que tenien requesta hi enganxaven els elogis i les notes enfervorides que els dedicaven "els seus admiradors". El quadern té unes quantes pàgines ocupades amb textos com aquest, o amb dibuixos també dedicats, alguns molt elaborats. (2)

La meva mare era bonica, ella ho sabia. I els nois li ho confirmaven. Aquest reconeixement era general, també dins de la família: el seu pare era el seu primer admirador. I ella a més potenciava aquesta admiració: era presumida, li agradava fer goig. D'altra banda, aquest aspecte extern anava acompanyat d'un caràcter i una determinació molt grans. En tot el que feia. La meva mare era guapa, era conscient que ho era i es movia amb autoritat i seguretat. I m'imagino que aquesta combinació de planta i caràcter encara la feia més atractiva.

Quan uns anys més tard, ja casada, es va començar a desestabilitzar, la causa no va ser que ella no se sentís atractiva. Una altra cosa és que, a partir de l'aparició de les depressions, llavors "també" es pogués sentir poc afavorida, però això no és una causa, sinó una conseqüència, d'altra banda sembla que habitual en aquests casos, durant els estats depressius.

Sobre això de sentir-se atractiva recordo una anècdota de quan ella devia tenir quaranta anys. S'havia comprat un vestit vermell com el foc, molt cenyit i alhora força escotat. Potser se l'havia comprat aquell matí, estava a casa i se'l va provar. Feia un munt de goig, estava esplèndida, i a més se la veia a gust, satisfeta de contemplar-se d'aquella manera. Llavors va fer un comentari dient alguna cosa així com que no sabia si al meu pare li agradaria aquell vestit.

I al meu pare no li devia agradar, perquè aquell vestit no li vaig veure mai més. Suposo que aquesta anècdota devia coincidir amb una fase tirant una mica a eufòrica, perquè la meva mare era molt presumida, però no provocadora, i aquell vestit, si hi penso ara, en aquell moment i en el context familiar i social de la meva mare, no era "normal". Però en tot això només hi he pensat ara, de llavors només tinc una sensació de sorpresa, de cosa inhabitual.

Més anècdotes. Quan el meu pare ja havia mort, un dia ella em va explicar que una vegada, feia molts anys, un conegut del meu pare, algú "important" (no em va dir qui) li havia fet "proposicions". No només puntuals, sinó de deixar-ho tot i començar amb ell una vida nova. No li va fer gens de cas, i em va dir que no ho va explicar mai al meu pare, perquè s'hauria enfadat molt amb aquell conegut.

Quan m'ho va explicar a mi em va semblar que també estava satisfeta, d'haver provocat aquell desig. Cosa ben normal, ja que a tots ens agrada ser desitjats. Com a parella, com a amics, com a companys de feina, de confidències, de jocs o sortides... El més trist de tot és que ningú et desitgi.

Quan tenia més de setanta anys la meva mare, a més de seguir sent presumida, quan estava estable es seguia trobant bonica. "Tenint en compte la meva edat", tal com deia. I tenia raó.

La meva mare quan estava bé no tenia cap dubte de ser una dona atractiva... i quan estava malament dubtava de tot, no només del seu aspecte.

--

(1) Charles Baudelaire. A aquella que és massa alegre. Les flors del mal, Proa, 1998. Traducció de Xavier Benguerel.

(2) Un dels dibuixos, amb la corresponent dedicatòria adreçada a la meva mare, és d'un dibuixant que després va ser tot un referent de la historieta il·lustrada aquí a Catalunya, Josep Maria Madorell.

## 6.9 - No abandonar-se

(\*) "Estirada al llit, amb l'Agatha Christie, Simenon o Sherlock Holmes oblidava el meu estat, submergida en l'acció, saltant-me les descripcions. Sembla increïble, però és veritat."

Quan passava per etapes depressives, totes les estones que s'ho podia permetre la meva mare se les passava a la seva habitació, estirada al llit. Allí, l'única activitat que era capaç de fer era, algunes estones, llegir novel·les. Deia que mentre llegia aquelles novel·les eren les úniques estones del dia que se sentia una mica alliberada del seu sofriment.

Després, quan passava l'etapa depressiva, ficava de seguida totes les novel·les a dins d'unes grans bosses i les guardava en algun armari. Quan estava bé deia que no podia perdre el temps llegint novel·les. (1)

Ja he parlat abans de l'activitat que era capaç de mantenir la meva mare durant les pitjors èpoques depressives. No es passava tot el dia estirada al llit, perquè malgrat l'immens esforç que li suposava, s'obligava a complir els mínims que ella mateixa s'imposava (i que els altres esperàvem d'ella).

Més endavant, quan va començar a reflexionar sobre els seus problemes emocionals, va arribar a la conclusió que aquesta actitud seva d'autoexigència per tal de respondre al que s'esperava d'ella, encara que li suposés uns esforços immensos també tenia una part positiva per a ella mateixa, ja que li evitava seguir una inèrcia de progressiu abandonament. Ho explicava així (suposo que durant algun període d'estabilitat) en una de les seves notes:

(\*) "Constato que, normalment, les persones amb depressió no fan res, i la meva experiència em diu que tenir unes obligacions mínimes, encara que comportin esforços extraordinaris, ajuden una mica a suportar la càrrega.

"Horari molt relaxat, però amb uns mínims. El contrari és pitjor, ja que un depressiu s'abandona, ningú no el pot treure del llit, i el llit esgota més que feinejar en coses fàcils.

"Gràcies a la insistència de la meva filla, no vaig deixar mai la piscina. I era tota una aventura, perquè amb la medicació no sé què em passava amb la vista que calculava malament les distàncies, i quan em semblava que havia arribat a la punta i intentava agafar-me a la vora, m'enfonsava i m'empassava aigua.

"No vaig deixar mai d'anar a missa cada dia. No podia, em costava, però hi vaig anar sempre.

"El llit el puc estirar, sense desfer-lo. I potser puc posar una rentadora i després estendre la roba. Sóc una cuinera bastant experimentada, però quan passo per la depressió només serveixo per fer tallarines. Això sí, les faig sola, em costi el temps que em costi.

"Poca cosa més, però ja ha passat tot el matí, encara que sigui difícil d'entendre. A la tarda, cosir algun mitjó. Sóc traçuda amb la costura, però quan estic així, no passo dels mitjons."

--

(1) De petita els seus pares no la deixaven llegir, li deien que era perdre el temps. D'aquelles novel·les de l'Agatha Christie o Simenon en tenia un munt, potser cinquanta o setanta... i en cada nova etapa depressiva les anava rellegint com si fos el primer cop.

## 6.10 - El miracle

(\*) "El dia 9 de març de 1987 vaig pensar que s'havia realitzat en mi un miracle perquè la meva depressió es va curar en un quart d'hora. Els últims dos anys havien sigut terribles, amb eufòries de vuit o deu dies, per caure després un altre cop en la depressió."

Això ho escriu uns quants anys més tard, quan ja ha patit nous episodis depressius. Al 1987 estava tan convençuda del miracle, que va anar a veure el psiquiatre per dir-li que no hi tornaria, que estava definitivament curada gràcies al miracle, i que per tant deixaria la medicació.

La medicació la va deixar de mica en mica, segons el seu criteri (el d'ella, i en contra del del psiquiatre), fins que la va eliminar del tot. Alhora, li va fer prometre al meu pare que no insistiria perquè es tornés a medicar. Tenia gairebé seixanta anys, i la bonança va durar uns tres anys, el període més llarg d'estabilitat, fins aleshores, des que havien començat les seves oscil·lacions emocionals, vint-i-nou anys abans.

Durant aquells anys posteriors al miracle, l'alegria de la meva mare és evident, però la seva estabilitat segurament no és tan sòlida com ella es pensava. Uns cinc mesos després del miracle, diu en un escrit: "dormo molt poc i sento una gran energia". Un detall que, atesa la seva fragilitat, no és cap bon averany.

El dia del miracle, el 9 de març, havia anat a veure a una amiga seva de l'Opus per dir-li que deixava l'Opus, perquè se sentia una inútil. A continuació torna cap a casa i, només arribar-hi, telefona a l'amiga i li diu: "Estic curada, i aquest cop és per sempre".

El 9 de març és també el dia de l'aniversari del naixement de mossèn Escrivá, i també és l'aniversari de la petició de la meva mare per ser admesa a l'Opus (29 anys abans). És un dia propici, tot encaixa: passa la informació sobre el seu miracle a la gent de l'Opus perquè la tinguin en compte de cara al procés de beatificació de mossèn Escrivá, que llavors estava en marxa. No té cap dubte i escriu també al que llavors crec que era el seu director espiritual (el mateix mossèn que a mi, quan era adolescent, em va suggerir la possibilitat de fer-me de l'Opus): "Li explicaré el miracle que el Padre va fer en mi el dia del seu aniversari".

Que "el Padre" (mossèn Escrivá) després de la seva mort el 1975 des del cel feia miracles era una idea que ella tenia ben interioritzada, perquè era el que pensava la gent del seu entorn. D'una altra banda, cal tenir en compte que el fet de ser beneficiària d'un miracle, per a la meva mare tenia l'al·licient afegit que el seu miracle podia contribuir al procés de beatificació de mossèn Escrivá, un procés que ella (com a membre de l'Opus) tenia molt d'interès en què arribés a bon port, i com més aviat millor. (1)

Torno a la carta adreçada al seu director espiritual. En la mateixa carta (només tinc l'esborrany; o ves a saber, potser no és l'esborrany, potser és la carta, que al final no la va enviar), més endavant diu: "Així estic, amb el meu flegmó, dos pinçaments lumbar, un os de la mà desplaçat que m'hauran d'operar, un clau al genoll, un plàstic al maluc i artrosi a tots els ossos. Però molt feliç". I realment està exultant, perquè abans, durant les èpoques estables, sempre tenia la por, el convenciment, que més aviat o més tard les depressions tornarien.

Ara no, convençuda de la intervenció sobrenatural, "sap" que el malson no tornarà mai més. I ho propaga per tot arreu.

(\*) "Com pot ser tanta felicitat, després de tants anys de foscor! Déu meu, com madura el sofriment, aquella angoixa sostinguda, sense cap mena d'esperança. I ara, tot alegria. Com pot ser, Déu meu? Com pot ser? Aquesta lluminositat després d'anys i anys de no veure res, no res, no res. Com madura, Déu meu, el sofriment. Ara tot és bonic, tot. Fins i tot aquest mal que no em deixa posar dreta, un mal que fa riure els altres... i a mi també. I el mal que em desperta de nit, el que no em deixa tancar les mans. I el mal de la boca, que ningú sap d'on ve i que el tinc sempre a sobre. I els altres... Quin bé de Déu de mals! Faig amb tots els mals junts una muntanya alta, molt alta, i ni s'acosta al meu sofriment d'aquests vint-i-nou anys. Són molts anys, Déu meu, i em sento marcada. Són molts anys de veure passar la vida pel costat, sense treure'n cap goig."

--

(1) Un cop mort mossèn Escrivá, de cara al seu procés de beatificació es va iniciar des de l'Opus la recollida de testimonis de miracles o "favors" obtinguts gràcies a la seva intervenció. Es publicaven a les "Hojas informativas", editades per l'Opus, uns quaderns que sempre trobava a casa dels meus pares quan hi anava de visita. Els casos recollits eren heterogenis, curacions insòlites, casos de familiars que havien recuperat les pràctiques devotes, algú que trobava feina, o que aprovava unes oposicions, etc.

## 6.11 - El segon miracle

"Mamá se hizo grande, se descubrió protagonista sin papá al lado." Alejandro Palomas (1)

El primer miracle es va produir el 1987, i va ser instantani. El segon va ser el 1994, es va gestar lentament, durant la tardor d'aquell any, i no va tenir res de sobrenatural. Va ser tan terrenal que a ningú se li va passar pel cap la idea d'un miracle, tot i que aquesta vegada l'estabilitat de la meva mare va durar gairebé deu anys, tot un rècord, i a més va ser una estabilitat "força estable" (a diferència de l'estabilitat posterior al miracle de 1987, que va ser com a mínim discutible, a causa de la seva hiperactivitat i dificultat per dormir).

Segons el psiquiatre, l'estabilització del 1994 tenia dues explicacions: d'una banda l'atzar biològic, i d'una altra, l'efectivitat de la medicació. Però hi ha una tercera explicació o hipòtesi, potser més versemblant.

Durant aquella tardor la vida de la meva mare va canviar molt. Però a veure, primer retrocedeixo una mica. Uns anys abans ja s'havia produït un canvi molt important: l'inici de l'alzheimer del meu pare, cosa que a ella la va desbordar. Es va sentir atrapada, impotent a causa d'aquella nova situació, i allò va afavorir que anés caient en un nou període depressiu:

(\*) "La malaltia del meu marit m'ha enfonsat, no sé veure-la sobrenaturalment."

Com que tot era tan complicat, durant la tardor de 1994 hi va haver un punt d'inflexió en les relacions familiars. A partir de llavors vam mirar de facilitar-li una mica la vida, procuràvem estar més pendents d'ella, ajudar-la en algunes coses, tractàvem que no se sentís tan sola davant del difícil panorama que tenia a casa... I el cas és que, durant aquella tardor, ella va anar recuperant de mica en mica la confiança.

El problema de la malaltia del meu pare, que fins llavors se li feia una muntanya (que era una muntanya), se li va anar fent més manejable. I alhora, ella es va anar adonant que el nou escenari familiar li oferia també la possibilitat d'interpretar un nou paper: l'espai que a causa de la malaltia havia deixat buit el meu pare com a cap de família, ara el podia ocupar ella.

De fet, sí que es va produir un miracle, però diferent: va canviar el seu rol familiar, i amb el canvi, ella va anar recuperant la confiança, la seguretat en ella mateixa.

Els anys que van venir llavors crec que, en conjunt, van ser els millors de la seva vida de casada, pel que fa a la seva estabilitat emocional. I dic en conjunt perquè, òbviament, també patia a causa de la malaltia del meu pare. Però val a dir que, a partir de llavors, va gestionar molt bé la situació. Com molt poques persones són capaces de gestionar una situació d'aquestes.

Quan explico tot això, sovint em diuen: llavors, si l'explicació és aquesta, per què al final, al cap de deu anys, va tornar a enfonsar-se en la depressió? I la resposta és fàcil, relacionada també amb el tipus d'arguments exposats fins ara.

Al cap de deu anys la meva mare era deu anys més gran, i a més de ser-ho, aquells anys se'ls notava. La meva mare tenia pànic a fer-se vella, o dit més exactament, pànic a tornar-se una persona dependent. Y s'adonava que cada cop era més a la vora d'aquest escenari.

Fins que es va morir el meu pare, ella en va tenir cura. Es va cuidar constantment del seu marit, abans tan actiu i segur d'ell mateix, i llavors convertit en un ésser desvalgut, derrotat, a qui al final se li havia de fer tot. Això ella ho va saber gestionar. Però pensar que algun dia algú hagués de fer un paper semblant en relació amb ella, l'horroritzava. D'una manera visceral, incontrolable.

S'acostava a aquell escenari. De moment només s'hi acostava, li veia les orelles, no les orelles d'una demència, però sí d'una dependència física. Tenia encara una bona qualitat de vida, però sovint pensava en el que es podia trobar més endavant, i això l'espantava. No ho podia evitar, pensar-hi l'espantava molt. I tenia motius reals per preocupar-se, perquè era conscient d'alguns avisos, i també de l'aparició d'algunes limitacions tangibles.

Se sentia atrapada, amb la por al cos d'arribar a ser cada cop menys mestressa de la seva vida. Se sentia amenaçada i, de mica en mica, es va anar encongint, afeblint... i cada cop més afeblida i vulnerable, es va anar enfonsant un altre cop en el pou de la depressió. En aquell cas, més que un pou, segurament una bassa pantanosa.

--

(1) Alejandro Palomas. Una madre. Siruela, 2014

## 6.12 - Sobre l'atenció

"Per això és necessari parlar de les qualitats i dificultats del clínic i no només de les del pacient." Dolores Mosquera (1)

Després de la tornada de la depressió, el seu psiquiatre seguia amb la seva explicació habitual: la imprevisibilitat biològica i la falta d'eficàcia, llavors, per alguna misteriosa raó, de la medicació. Per descomptat, estava convençut que els anys d'estabilitat anteriors havien sigut el resultat dels efectes de la medicació. De manera que deia que calia anar provant els ajustos de les dosis, a veure si s'aconseguia revertir la situació.

Era una explicació que de fet no explicava res, perquè estava basada, suposo, en estadístiques, però que no estava basada, en absolut, en la meua mare.

Ja he dit i repetit que no estic en contra de la medicació, sinó a favor de l'atenció. I si la conclusió d'una actitud atenta és que la medicació, no de manera general, sinó "aquella medicació concreta, per a aquella persona concreta i en aquell moment concret", no és útil, o que el balanç entre utilitat i efectes secundaris és desproporcionat, doncs si la conclusió és aquesta, s'ha de reaccionar. No es pot seguir com si no passés res, amb una confiança en la medicació basada només en les estadístiques, i no en la història clínica i en el moment present de la persona.

La biologia i la química són molt importants, però entossudir-se amb la química (la utilització de medicaments) quan no està funcionant, i alhora entossudir-se "en no veure res més que la química", és una actitud molt poc professional. I poc resolutive, perquè suposa ignorar oportunitats terapèutiques: les emocions en definitiva són química, de manera que incidint sobre les emocions també es pot incidir sobre la química, i no només al revés.

La incidència funciona en les dues direccions i, per tant, ocupar-se només d'una direcció, la de la medicació (sobretot quan aquesta direcció no funciona) és, com a mínim, estar menystenint el cinquanta per cent de les possibilitats terapèutiques. O pitjor, en casos com el de la meua mare: quedar-se amb "zero" possibilitats terapèutiques, ja que s'insisteix en l'opció que no funciona, mentre que no es contempen altres possibles opcions.

Ho repeteixo un cop més: no qüestiono la utilitat (o la possible utilitat segons els casos) de la medicació. Però sempre m'ha decebut, i fins i tot irritat, l'actitud d'aquells professionals que no són capaços de veure cap altra cosa a banda de la medicació.

Perquè amb aquesta opció curta de mires el que fan és mantenir-se fidels a les seves idees, a les seves creences. Com si fos una religió, "l'única religió veritable". I el resultat inevitable és que d'aquesta manera s'incapaciten per veure la persona real que tene al davant, amb tota la seva complexitat.

--

(1) Dolores Mosquera, citada per Sandra Llubí a "¿Tengo TLP?", Ideas y libros, 2013 (2a. ed., p.56)

## 6.13 - Cada cas és diferent

"La normalitat és l'expressió d'una freqüència estadística, i per tant no pot entendre's ni com a concepte classificador ni com a mesura de valor. La normalitat, per descomptat, fa disminuir l'ansietat, però és contrària a la individualització." T. Dethlefsen, R. Dalhke (1)

La depressió o la bipolaritat són abstraccions, que es concreten en cada persona que en pateix alguna. En cada persona d'una manera determinada: cada cas d'una persona amb problemes emocionals és diferent.

Parlar de la depressió o la bipolaritat d'una persona concreta també pot generar confusió. Perquè l'estat depressiu o les oscil·lacions emocionals d'algú poden adoptar formes diferents segons diferents circumstàncies: l'edat, els canvis familiars, les crisis patides i les seves seqüeles, etc.

Ni tots som iguals, ni nosaltres mateixos som sempre igual. Anem canviant, evolucionem. Generalitzar sobre una persona és complicat. Gairebé tan complicat com generalitzar sobre les depressions o la bipolaritat.

Jo parlo de la meva mare. Des del meu punt de vista. Que sé que no coincideix amb el d'altres persones relacionades amb ella, metges o familiars. En parlo alhora que sóc conscient de les dificultats de parlar-ne, per tot el que he dit més amunt.

Parlo d'ella i també parlo de criteris mèdics, o d'actituds familiars, si crec que inflüen de manera directa o indirecta sobre la seva vida. Parlo d'aquests aspectes si penso que l'afectaven d'alguna manera, si penso que incidien sobre les intervencions més o menys encertades que es feien, sobre els contextos que es configuraven, sobre els escenaris que es contemplaven. No sabia com parlar dels problemes de la meva mare sense parlar de tot això. De tot el que l'envoltava i la condicionava, vist d'una manera àmplia: metges, medicaments, psicòlegs, família, religió, etc. Seria impossible parlar d'ella sense parlar d'aquests referents, o el resultat seria tan aigualit que segurament no tindria cap interès.

Al principi d'aquestes pàgines he dit que no tenia cap intenció d'exposar cap teoria general sobre les depressions o la bipolaritat, que el meu objectiu era només parlar de la meva mare. A aquestes alçades del relat em sembla oportú recordar-ho. Per si de cas.

O ves a saber... potser no és ben bé així, i potser la meva mare només és una excusa per poder fer les reflexions que faig. Perquè ella ja no hi és, però el record de les seves dificultats i del seu sofriment a causa de les seves descompensacions emocionals a mi em fa pensar en la gent que conec ara amb problemes semblants als seus. Pensar-hi no d'una manera abstracta, sinó recordant-me a mi mateix que, segons com tractem aquestes persones, la seva vida pot ser més fàcil o difícil.

--

(1) Thorwald Dethlefsen, Rüdiger Dalhke. La enfermedad como camino. Plaza & Janés, 1993 (p. 254). A banda d'aquesta cita i alguna altra, el llibre en conjunt és bastant dolent.

## 6.14 - Del pou se'n surt

"Els que no hem patit una depressió, estem mancats de punts de referència subjectius per a entendre. (...) Tal vegada només un altre deprimat ho pugui entendre." Juan Antonio Vallejo-Nágera (1)

Uns anys abans de tornar a casa dels meus pares vaig llegir "Ante la depresión", del psiquiatre Juan Antonio Vallejo-Nágera. Del llibre me n'havia parlat la meva mare, i llegir-lo em va ser molt útil. Ella deia (ho sento per la reiteració) que cap psiquiatre, si no havia passat una depressió, per molt que hagués estudiat no podia entendre com se sent una persona que en pateix una.

Tanmateix, aquest escepticisme seu pel que fa a la capacitat de comprensió dels metges no li impedia tenir una bona opinió d'aquest llibre del Vallejo-Nágera, suposo que facilitada pel reconeixement explícit d'aquesta dificultat que fa l'autor. Una altra de les idees clau del llibre és aquesta:

"Al deprimat, a causa de les característiques de la seva malaltia, li és molt difícil imaginar un futur esperançador. Hi ha raons de pes per suposar que el té."

El llibre s'acaba així, amb aquesta frase (després d'haver exposat diferents vegades aquesta idea esperançadora al llarg de tot el llibre).

Suposo que quan estàs fatal, si t'ho proposes pots arribar a "pensar" això, però m'imagino que, a causa del que et passa, és impossible que ho "sentis". I pensar-ho sense sentir-ho (en el supòsit que puguis arribar a pensar-ho) és molt poc efectiu.

Ara bé, quan tot és tan fràgil i tan fosc, quan sembla que tot és impossible o inútil, ser capaç de tenir aquest pensament suposo que no és indiferent. Potser és només un gra de sorra, però és millor que no res. És millor poder tenir aquest pensament, encara que sigui sense sentiment, que no tenir-lo. És com una llavor "que podria germinar", com una porta "que es podria obrir". Suposa conservar, encara que sigui de forma mínima i remota, una possibilitat d'evolució, d'alleujament.

Suposo que és per això que Vallejo-Nágera ho remarca.

Suposo que pel mateix motiu la meva mare havia subratllat aquesta frase del llibre.

I suposo que també és per això que jo, de vegades, li recordava a la meva mare aquesta frase de Vallejo-Nágera.

--

(1) "Ante la depresión", publicat el 1987, continua sent un llibre del tot vigent. Una de les parts més útils és el capítol titulat "El que gairebé no s'ha de fer o dir mai a un deprimat", que hauria de ser de lectura obligada per a qualsevol persona que convisqui amb algú que tingui problemes depressius importants. A casa de la meva mare recordo aquest llibre sobre les depressions del Vallejo-Nágera, i potser cap més. De llibres sobre la bipolaritat no n'hi havia cap; si no estic equivocant el primer i únic que va llegir la meva mare va ser "La malaltia de les emocions" (E. Vieta, F. Colom, A. Martínez-Arán), durant els últims anys de la seva vida, quan una amiga també bipolar me'n va parlar i llavors el vam comprar. La majoria de les meves lectures sobre depressions i bipolaritat són posteriors a la mort de la meva mare.

## 6.15 - Tots som fràgils

"De la mateixa manera que les tenebres exteriors inspiren por a gairebé tots els homes, igualment el color de la bilis negra, en enfosquir com les tenebres la seu de la intel·ligència, engendra la por." Galé de Pèrgam (1)

Tots som fràgils. Jo, encara que no tingui predisposició a les depressions com la meva mare, també tinc les meves vulnerabilitats. Unes altres, però que també m'han fet alguna mala passada. A banda de ser fill seu, aquesta sintonia a través de la fragilitat crec que, d'alguna manera, em legitima una mica per acostar-me al seu món, amb la voluntat d'intentar entendre aquesta part seva fràgil i relacionada amb les depressions.

Fa més de vint anys em vaig trobar en una situació molt complicada. De mica en mica, em vaig anar sentint cada vegada més atrapat, sense veure cap sortida. Al cap d'un temps d'aquell malestar, també de mica en mica em van començar a venir mals, un rere l'altre, acumulant-se.

Aquesta és la llista: em van diagnosticar una hepatitis C, tenia de forma periòdica uns atacs de sinusitis que em deixaven baldat, em sentia molt cansat, em sagnaven les genives, m'havia aprimat tant que tenia una pinta cadavèrica i, de propina, em va venir un mal d'esquena que primer em va tenir una setmana sense dormir i que després va acabar amb el diagnòstic d'una hèrnia discal i una protrusió en la vèrtebra superior.

Els mals s'acumulaven i es cronificaven, cada vegada estava pitjor.

Fins que un dia vaig fer un canvi de vida (ara no venen al cas els detalls). Aquell canvi va ser determinant. Va ser com si, de cop, estant a les fosques, al final d'un túnel molt llarg i molt negre veiés una petita llumeta. Molt petita, molt lluny, però hi era. No va passar cap miracle, cap sobtat canvi radical, però a partir de llavors aquell petit punt de llum va anar creixent.

De mica en mica, els mals es van anar moderant, es van anar fent més suportables, més lleus. Fins que al final van acabar desapareixent, tot i que a algun li va costar anys, potser tres o quatre. Bé, això els que eren reversibles, perquè el que no ho era, l'hèrnia discal, encara em fa companyia. Però d'una manera força amigable, normalment ni en sóc conscient, i de fet puc fer diferents coses que fa anys em van dir que no podria fer més (com anar en bicicleta i córrer).

I tot això, "sense fer res". Vull dir que cap d'aquestes millores no va ser el resultat d'intervencions mèdiques. Cap (aquesta és una altra història que ara tampoc ve al cas). Els problemes van anar marxant sols, al llarg dels mesos, dels anys. Joestic convençut que només pel fet de sentir que, a diferència d'abans, llavors controlava la meva vida i estava més a gust amb mi mateix.

D'altra banda, no és que d'ençà d'aleshores les coses m'hagin sigut sempre fàcils, en absolut. M'he hagut d'enfrontar a algun problema greu, però malgrat la gravetat, no he tingut mai més aquella sensació que havia tingut d'estar perdut, d'anar a la deriva, de sentir-me acorralat. M'ho he passat malament, he patit, però d'una manera diferent.

Per descomptat, amb aquesta explicació no vull dir que aquesta és una recepta infal·lible, que la sensació de control de la pròpia vida pot controlar qualsevol malaltia. En absolut, mai se'm passaria pel cap fer aquesta generalització tan frívola

i perillosa a partir del meu cas concret. No sóc tan curt de gambals.

L'únic que vull dir és que en el meu cas les coses van anar així. Si ho he exposat és només per poder explicar, un cop més, incorporant ara com a referència aquesta experiència personal, que des del meu punt de vista en el cas de la meua mare també hi havia una relació entre la sensació de la falta de control de la seva vida i les seves oscil·lacions emocionals. I que per tant, potser, si hagués tingut la possibilitat d'introduir algun canvi en la seva vida que li hagués retornat la sensació de control, viure li hauria sigut una mica més fàcil.

--

(1) Galé de Pèrgam (130-200). Citat per José María Poveda a La depresión, Ediciones Rialp, 1989 (p. 19)

## 6.16 - El sofriment

"El problema són les paraules. Què vol dir 'persona malalta'? Si som capaços de destil·lar les paraules, de traduir-les, podem estar més a prop de la gent. 'Persones malaltes' s'hauria de poder traduir per 'persones que pateixen'." Carme Jordà (1)

Una generalització telegràfica sobre les persones que suporten depressions importants només pot ser aquesta: són persones que pateixen molt.

Ser compassiu, no tenir por d'acostar-te al sofriment d'aquestes persones (o dominar aquesta por), intentar acompanyar-les quan passen per aquests estats desesperançats... Sovint només podem oferir això.

Ser compassius... i alhora lúcids: perquè una compassió sense lucidesa (sense encertar l'ocasió, les formes, el to...) es pot convertir en una cosa tova i poc oportuna que, en lloc d'alleugerir un estat d'ànim decaïgut, potser el faci més feixuc.

L'afecte i la raó, junts: en processos tan complicats, els dos són importants. Perquè només amb l'afectivitat ens podem fer uns immensos embolics (passa més sovint del que sembla) i només amb la raó ens podem quedar congelats.

Quan una persona s'ho està passant molt malament ens agradaria poder fer alguna cosa per tal d'alleujar el seu malestar, i costa molt adonar-se, acceptar, que de vegades, malauradament, podem fer molt poc. De vegades, potser no res. O potser només això, dir-li a aquesta persona que l'estimem (amb discreció, sense fer-nos carregosos).

O només fer-li-ho sentir, sense paraules, amb un gest, una mirada. (2)

Estar a la vora d'algú que pateix una depressió profunda no és fàcil. La seva desesperança, la seva negativitat, la seva tristesa, la seva buidor, et poden cremar molt. Si estàs a la vora de persones així, si no saps trobar la manera de protegir-te tu una mica, pots acabar engolit en el forat negre que es forma al seu voltant.

Per això no es pot jutjar amb lleugeresa els amics o familiars que no ho suporten, que desapareixen o s'ho miren de lluny. A tots ens agradaria ser millors del que som, però en bona part "som com som", i el marge de maniobra és relatiu. I diferent per a cadascú. (3)

En canvi, hi ha gent que sembla que hagi nascut amb la lliçó bastant apresada de la misericòrdia, de la disponibilitat, de l'equilibri i la serenitat davant de les dificultats. Gent a qui de manera espontània li és més fàcil tenir aquesta actitud empàtica i lúcida amb les persones que tenen les emocions emmalaltides (o que pateixen d'altres malalties o problemes). (4)

--

(1) Citada per Dolors González a "La Fageda, història d'una bogeria". La Magrana, 2008 (p. 49)

(2) El que podem fer és poc, comparat amb el sofriment de la persona que estimem i que pateix una depressió, però potser és bastant, comparat amb l'evitació, la negació, la desimplicació. O amb l'acusació, una temptació que de vegades malauradament també apareix.

(3) Hi ha gent que no vol saber res d'aquesta mena de problemes; sovint és una reacció o postura més visceral que racional: no suporten aquestes situacions. Pel que fa a aquestes persones que ignoren o fugen, aquestes a qui se'ls fan insuportables aquests escenaris... crec que és millor ser molt prudents amb els judicis.

(4) En el cas de la meva mare cadascú va fer el que va poder. Jo també, i si amb el temps vaig ser capaç, potser, de gestionar una mica millor la situació, va ser només gràcies al rodatge que vaig anar acumulant: gràcies a la convivència amb ella, gràcies al fet "d'estar allí".

## 7 Más familia

"¿Ansia de hijos?... Hijos, muchos hijos, y un rastro imborrable de luz dejaremos si sacrificamos el egoísmo de la carne."

*Josemaría Escrivá de Balaguer*

## 7.1 - Els embarassos

(\*) "Els embarassos sempre van ser feliços. Ho sabia a l'instant. Quan em quedava embarassada, es produïa un 'clic' i, automàticament, em convertia en la dona més feliç del món. Poc després em fallava la regla, però jo ja sabia que estava embarassada des del primer dia, i quan em fallava la regla ja havia deixat la medicació i estava neta de química, per tal de no perjudicar el nen. Segurament era cosa de les hormones, no vaig esforçar-me per trobar-hi l'explicació."

La meva mare sovint parlava d'aquesta coincidència. D'altra banda, és evident que no sortia de les depressions només quan es quedava embarassada, sinó que en va sortir en molts altres moments, tant durant els seus anys fèrtils com, òbviament, més tard.

En qualsevol cas, el que és indiscutible és que tot el relacionat amb els seus embarassos per a ella era molt important.

S'havia casat amb un home que l'entenia poc (la seva forma de ser, les seves necessitats), i que alhora pensava que ella havia de ser diferent de com era. Amb el pes d'aquesta falta d'acceptació i de reconeixement, l'opció de la maternitat va ser com una taula de salvació: tenir fills "sí que ho sabia fer". De manera que, tenir-ne "tants com Déu volgués", era una manera de guanyar-se el reconeixement religiós i social. I, per tant, també del seu marit.

Per descomptat, el context influïa molt. Llavors les famílies nombroses eren posades com a model tant per part de l'Església com de l'Estat, es feien reconeixements públics a les famílies de molts fills, es donaven premis a la natalitat... Amb alguna d'aquestes famílies "premiades" els meus pares hi tenien relació. (1)

(\*) "Segurament no dec ser molt normal, perquè ara molta gent té por de tenir fills, i jo no en vaig tenir mai (...) com més fills millor, perquè donar vida és l'acte més grandios de tots."

Després dels naixements, desapareixia aquella sensació de joiosa excepcionalitat. Tornava la normalitat prèvia. Es fonia aquell sentiment de la seva importància absoluta mentre era mare gestant.

D'altra banda, i no sé per quins motius, em sembla que no donava el pit gaire temps. No sé si tenia relació amb el fet que, llavors, la llet en pols tenia molt bona consideració, fins i tot superior a la de la llet materna. El cas és que era un altre factor que feia que, després del naixement, el seu protagonisme fos menor. I tornava la foscor:

(\*) Al cap de pocs dies de néixer el nen tornava la depressió." (2)

La importància que la meva mare donava al fet de tenir fills era tan gran que de vegades semblava una obsessió. En relació amb aquest tema hi ha un fet curiós. Quan va néixer el meu germà petit, el meu pare va decidir que no tindrien més fills, perquè el part va ser molt complicat. Ho va decidir ell, i la meva mare ho va assumir, però no de bon grat. Ella, malgrat l'ensurt d'aquell part i la possibilitat que nous embarassos també poguessin ser complicats (tenint en compte que ella cada vegada era més gran), volia seguir tenint fills. (3)

A partir de llavors, potser com a símbol d'aquell nou fill que ja no tindria, el meu pare va anar regalant a la meva mare, de tant en tant, una nina. Van establir aquest ritual,

amb la complicitat dels dos, ja que la meva mare (en lloc de, per exemple, llençar la nina a les escombraries), va anar afilerant aquelles nines damunt del capçal del llit.

Sembla que hauria de ser normal i saludable que una dona, per molt que li agradi ser mare, quan se li acaba aquest paper ho assumeixi amb naturalitat. I que fins i tot celebri l'alliberament de les diferents servituds de la maternitat. Però ella no ho va viure així.

--

(1) En canvi, les meves àvies, tant l'una com l'altra, no estaven tranquil·les amb els embarassos i els fills que la meva mare anava encadenant: "La meva mare em deia que anava mal aconsellada (...) la meva sogra, que de tant anar el càntir a la font... No sé si volia dir que al final es trencaria o que ja estava prou ple."

(2) Fidel Masreal, a 'Conviure amb la depressió' (Mina/Grup62, 2007) diu: "Després del part (...) es produeix un desequilibri hormonal que pot afavorir la reacció depressiva. (...) Però a més de les causes físiques, n'hi ha d'altres de més 'socials', derivades del fet que després de nou mesos ocupant el centre d'atenció de l'entorn familiar i protagonitzant l'experiència maternal, la dona passa a ocupar un paper secundari i l'interès i l'estimació de familiars i amics es dedica preferentment al fill."

(3) En relació amb aquest punt, em sembla interessant aquest comentari de Mortimer Ostow: "En la depressió, l'individu es sent 'buit'. Però la dona embarassada se sent literalment plena del tot. Aquesta és la raó per la qual algunes dones anhelan estar embarassades gairebé constantment" (La depresión: psicología de la melancolía. Alianza Editorial, 1973, p. 42).

## 7.2 - La meva àvia materna

(\*) "Per què, Déu meu, per què no puc donar una vellesa dolça a la meva mare, si en tinc tantes ganes?"

La meva mare admirava molt el seu pare i, en canvi, no valorava tant la seva mare. Crec que era tan exagerada l'admiració cap a ell com poc equànime la crítica o severitat cap a ella. Aquesta percepció polaritzada va durar tota la vida; també es va mantenir, i potser fins i tot amplificar, quan el meu avi va morir, quaranta anys abans que morís la meva àvia.

El meu avi no el vaig conèixer, va morir quan jo tenia dos anys. No en tinc records, només els de coses que m'han explicat. Crec que era una persona amb algunes ombres (relacionades amb la seva vida pública, no amb la família), damunt de les quals els seus fills s'han estimat més passar de puntetes. Era una persona que podia enlluernar fàcilment, a causa del seu reconeixement públic com a polític i artista (a més de la seva posició social com a fabricant).

No sé l'origen de la mala relació que hi havia entre la meva mare i la meva àvia, però suposo que la meva mare hi tenia alguna cosa a veure, en la mesura que de vegades era molt invasiva i autoritària. La meva àvia no era així. La meva àvia era convencional, donava importància a les normes de cortesia, es preocupava "pel què diran", i de vegades per aquestes coses es feia una mica pesada. Si no estaves atent, et podies despistar i quedar-te només amb aquesta imatge superficial d'ella.

Si hagués de fer un resum de la forma de ser de la meva àvia diria que, sobretot, era una bona persona. Amb els seus convencionalismes de vegades una mica carregosos, però que mai interferien amb la seva manera de ser essencialment bondadosa. Una actitud que no es limitava a la família; per exemple, les minyones, i les treballadores de la fàbrica familiar, en tenien una bona opinió.

La meva àvia el que volia era que hi hagués pau, que no hi hagués conflictes, i per tal d'aconseguir-ho es podia sacrificar, acceptant de vegades situacions que no l'afavorien. Les assumia amb l'esperança que d'aquesta manera fos més fàcil mantenir aquella pau familiar que ella volia (i que de vegades potser era "una pau que només era por", com en la cançó del Raimon). (1)

La meva mare no era així, era de naturalesa guerrera, i potser per això, per aquesta manera de ser tan diferent de la de la meva àvia, hi tenia una relació complicada. S'estimaven, però la seva relació no era sempre fàcil. Quan no ho era, patien les dues, la meva àvia a causa de la duresa o les exigències de la meva mare, i la meva mare perquè tampoc se sentia a gust comportant-se així.

Fins fa poc no hi havia pensat, en la meva àvia, com a personatge d'aquest relat. I ara m'ha sobtat, adonar-me d'aquest oblit. La meva àvia, sempre en un segon pla. I amb l'ai al cor. Perquè tenir una filla que de vegades està tan malament, atrapada en una tristesa tan absoluta, una filla que només veu negror al seu voltant, ha de ser molt dur. Veus que passen els dies, els mesos, els anys, i que aquests episodis es van repetint. Per a una mare tot això ha de ser molt difícil.

I quan aquests episodis passaven venien els altres, els enèrgics, amb la meva mare autoritària i manaire, invasiva, exigent, repartint ordres a tort i a dret, convençuda de la seva veritat absoluta... Quan estava en aquest estat, a banda dels fills petits, suposo que la persona més vulnerable, la més incapaç de defensar-se, la més acostumada a anar entomant el que calgués, era la meva àvia.

A la meua àvia també m'hauria agradat haver-la tractat amb més atenció, amb més afecte, amb més tendresa. Per sort, com a mínim al final de la seva vida, quan ella ja era molt gran, vaig tenir l'oportunitat de començar a aprendre'n una mica.

--

(1) La de la meua mare no era l'única relació difícil que havia de gestionar la meua àvia, però això ja són altres històries.

## 7.3 - Santa Teresa

"Que la dona escolti la instrucció en silenci, amb tota submissió. No aconsello que la dona ensenyi ni que domini l'home. Que es mantingui en silenci. Perquè Adam va ser format primer i Eva en segon lloc." Sant Pau, Primera epístola a Timoteu

De petita, Santa Teresa ja era una nena original. Per exemple, un dia es va escapar de casa amb la intenció d'anar a donar testimoni de la seva fe cristiana entre els musulmans, per tal d'així aconseguir el seu objectiu infantil de morir martiritzada. De gran es va fer monja, i va tenir una vida intensa i atípica: reformadora de l'orde del Carmel, fundadora de convents, escriptora brillant i prolífica, amiga de San Juan de la Cruz, defensora d'algunes idees no del tot ben vistes per la Inquisició...

La meva mare sentia una gran admiració per Santa Teresa, tenia les seves obres completes a la tauleta de nit, les rellegia sovint i també sovint en parlava.

La Katharine Hepburn va tenir una vida molt diferent de la de Santa Teresa, però també intensa i poc convencional. A la meva mare li agradaven les pel·lícules que protagonitzava, crec que tant perquè molts dels papers eren de dones de caràcter, com pel seu esperit independent en la vida real (1). Tant Santa Teresa com la Katharine Hepburn eren dos referents importants per a la meva mare, pel seu caràcter fort i pel seu esperit lliure, dotades d'una gran creativitat, les dues amb una gran energia, disposades a defensar les seves idees i el seu projecte de vida.

A la meva mare li va costar molt decidir-se a casar-se. Jo crec que aquesta dificultat per decidir-se, ja fos de manera més o menys inconscient, tenia a veure amb la por, el dubte, de si fent aquell pas les seves aspiracions "del que fos" (potser ni ella sabia exactament de què, però segurament aquelles aspiracions tenien a veure amb un anhel de llibertat i creativitat) quedarien estroncades amb la submissió i la rutina de la vida de casada. (2)

Santa Teresa no va tenir una vida fàcil, la seva salut va ser fràgil i a més a causa de les seves iniciatives es va haver d'enfrontar a la incomprensió i l'oposició d'una part del seu entorn (3). Tampoc va tenir una vida fàcil la Katharine Hepburn, malgrat la llibertat que li donava el fet de ser una gran actriu; va ser criticada pel seu esperit independent, pel seu caràcter fort, i també per les seves relacions afectives poc convencionals. Les vides de les dues van ser intenses, amb un ingredient semblant de desafiament de les convencions, en cada cas en àmbits diferents. En àmbits diferents però amb algunes actituds semblants. Per exemple, segur que cap de les dues hauria estat d'acord amb els criteris de la dona més influent a Espanya durant la dictadura franquista, Pilar Primo de Rivera, màxima responsable de la Secció Femenina:

"Les dones no descobreixen mai res. Els falta, per descomptat, el talent creador reservat per Déu a les intel·ligències virils; nosaltres no podem fer res més que interpretar millor o pitjor el que els homes han fet." (4)

Rellegeixo aquests dies "El don de arder", el recull d'entrevistes fetes a seixanta dones per l'Ima Sanchís (5). Dones de diferents edats, unes molt conegudes i d'altres menys, de diferents cultures, de diferents professions, condicionades per diferents contextos personals i familiars, unes creients i d'altres no (i entre les primeres, de diferents religions). Diu l'Ima Sanchís a la introducció:

"Totes, més aviat o més tard, havien decidit fer-se plenament responsables de la seva vida, enfrontar amb una valentia insòlita els més

heterogenis absurds i fer-ho amb el millor d'elles mateixes, amb recursos personals fins llavors inexplorats."

En el cas de la meva mare potser va ser només una qüestió d'atzar: en un moment donat, pel que fos, la seva vida es va encaminar cap a una banda, de la mateixa manera que, potser, hauria pogut haver-se encaminat cap a una altra banda:

"Cada instant que passa deixa al darrera una infinitat de vides possibles que han estat a punt de ser. L'atzar, i allò que l'individu en fa, la seva voluntat de sort o d'abandonament a les circumstàncies, dibuixen recorreguts personals que haurien pogut ser radicalment uns altres."  
David Le Breton (6)

--

(1) A la meva mare de vegades li deien que s'assemblava a la Katharine Hepburn. Crec que li agradava, tant perquè la Hepburn era molt guapa com pel seu caràcter, decidit, amb aquella mirada penetrant... com la de la meva mare.

(2) No sé si la meva mare es va equivocar al casar-se, però casant-se amb el meu pare crec que sí. I en va pagar un preu alt, perquè va dur malament veure's "negada", tal com diu la Carmen Alborch: "Però, quina mena de relació és aquesta la premissa de la qual és la negació d'una de les parts?" (Malas. Circulo de lectores, 2003, p. 117)

(3) El psiquiatre Francisco Alonso-Fernández a "Historia personal de la monja Teresa de Jesús" (Hoja del monte, 2013) diu que Santa Teresa va patir depressions; ahora, la defineix també com una de les primeres feministes.

(4) 1943, cita recollida a "Una breve historia de la misoginia", Anna Caballé, Lumen, 2006 (p. 66)

(5) Ima Sanchís. El don de arder. RBA, 2004

(6) David Le Breton. Desaparecer de sí. Siruela, 2016 (p. 184)

## 7.4 - Resistir o claudicar

"És molt discutible la llibertat d'elecció. ¿Pot algú prendre una decisió lliure quan ha viscut sota la dominació d'uns determinats patrons culturals?" Gemma Lienas (1)

Continuo amb el tema encetat abans. Havia dit que potser va ser una qüestió d'atzar, el fet que la vida de la meva mare, a partir d'un moment determinat, s'hagués anat encarrilant com es va encarrilar. Tanmateix, també hi ha motius per pensar que l'atzar no ho explicaria tot.

El cas és que la meva mare tenia caràcter, però no tenia la seguretat ni el grau de determinació de Santa Teresa, o de la Katharine Hepburn. Ni tampoc, per exemple, la força indòmita de la pintora i escriptora Leonora Carrington (1917-2011), de qui Fernando Savater diu:

"No devia ser fàcil intentar domar aquella egua brava de pura raça (...) Ella, per descomptat, no ho va consentir." (2)

I és que la meva mare tenia caràcter, però segurament menys que aquestes dones. Era reivindicativa, però també menys que elles. I sobretot, sobretot això, a diferència de la Leonora Carrington i la Katharine Hepburn, la meva mare era respectuosa amb les jerarquies (religioses i socials). El resultat va ser que elles no van acabar sotmeses, i la meva mare sí.

Un altre exemple. La meva mare no tenia tampoc la seguretat ni la determinació que un segle abans ja tenia la sufragista i abolicionista Elizabeth Cady Stanton (1815-1902), la qual, en el moment de casar-se, ja no va voler assumir cap rol subaltern en relació amb el seu marit:

"Malgrat tot, com en la majoria d'ocasions, la voluntat de l'Elizabeth va prevaldre, i el maig de 1840 els va casar un clergue que va quedar desconcertat (...) davant la insistència de l'Elizabeth d'eliminar la paraula 'obeir' de la cerimònia." Laurel Thatcher Ulrich (3)

La possibilitat que la meva mare, quan es va casar, hagués volgut imposar alguna cosa així era inimaginable. Hi havia límits que ni es plantejava que pogués arribar a desafiar. Era reivindicativa, "però fins a un cert punt". I aquestes diferències de grau de clarividència i determinació (en relació amb, per exemple, l'Elizabeth Cady Stanton, la Katharine Hepburn, la Leonora Carrington o altres dones semblants a elles), expliquen en bona part per què, malgrat el seu caràcter i el seu esperit d'independència, la vida li va anar com li va anar.

En un entorn més obert i més lliure, no tan advers, la meva mare segurament sí que hauria estat capaç de reivindicar-se, de fer valdre els seus anhels de llibertat. Però en el context difícil d'aquells anys (amb el pes del patriarcat històric agreujat pel nacionalcatolicisme), les circumstàncies la van superar.

D'altra banda, el cert és que quan la meva mare es va casar de Leonores i Katharines (contemporànies seves) n'hi havia alguna, però poques. Eren les excepcions. El que abundaven eren les dones que, de grat o per força, s'acabaven sotmetent. Perquè anar a contracorrent en una societat tan masculista com aquella no era fàcil.

No en va sortir indemne. Quan es té un caràcter independent, el grau de malestar que provoca la subordinació forçada és proporcional a la intensitat d'aquest caràcter

independent. Com més fort és el caràcter independent d'algú, més danyada queda la persona, si acaba sotmesa.

La meva mare no era tan crítica i rebel com la Leonora Carrington, o la Katharine Hepburn, o l'Elizabeth Cady Stanton. No ho era tant, però tampoc era submissa de mena. I per això el preu que ella va pagar al sentir-se constrenyida va ser elevat.

"Desbordada per les obligacions familiars, contrariada en les aspiracions personals, només trobava veritable respir/refugi en la malaltia (...) expressava amb el seu cos les frustracions que no gosava confessar als qui l'envoltaven i que sobretot no es volia confessar a ella mateixa."  
Christiane Collange (4)

--

(1) Pornografia i vestits de núvia. Editorial Empúries, 2007 (p. 114)

(2) Fernando Savater, pròleg de Memorias de abajo, de Leonora Carrington. Siruela, 1995

(3) Las mujeres que se portan bien no suelen hacer historia. Nablá Ediciones, 2008 (p. 53). En el llibre surten diferents cites de l'Elizabeth, com aquesta: "De fet, em feia la impressió que tots els llibres ensenyaven el lideratge 'per ordre diví' de l'home, tot i que la meva ment no va arribar mai a cedir davant d'aquesta heretgia." (p. 51)

(4) 'Jo, la teva mare'. Alta Fulla, 1985 (p. 144)

## 7.5 - Visions oposades

"Cap obra d'art és comparable a la veu amiga que ha acudit a temps per impedir que el cèrcol del desassossec es tanqui al teu voltant. En circumstàncies extremes només l'art de l'amistat produeix obres mestres." Rafael Argullol (1)

Hi ha familiars que pensen que la meva mare va saber viure, que sempre va fer molt el que va voler. Després de tot el que he escrit fins ara crec que és obvi que la meva opinió és, si més no en part, diferent.

Sóc conscient que de vegades la meva mare se sentia molt a gust, amb la seva vida. Llavors es podia sentir contenta i feliç sense la necessitat de fer res extraordinari, només gaudint les rutines quotidianes. Per exemple, mirant els geranis i els ciclàmens de les torretes que tenia a la finestra. De vegades la meva mare podia ser molt feliç amb ben poca cosa. També és cert el contrari, que de vegades podia ser infeliç a causa de ben poca cosa, sobretot quan les seves expectatives no eren lògiques.

Torno a agafar el fil. Crec que la meva mare va fer el que va voler... "dins del que va poder", dins dels límits que, prèviament, ella mateixa havia anat assumint. Dins dels límits que li imposaven les seves decisions i interioritzacions prèvies (el mateix que ens passa a tots). Dins d'aquests límits, dins dels ambients, expectatives i costums propis d'aquests límits, és veritat que podia donar la sensació "que feia el que volia", una sensació afavorida per la seva forma de ser dinàmica, fins i tot impulsiva, imaginativa, divertida, sorprenent.

Per exemple, a més del seu caràcter extravertit, ajudava a donar aquesta sensació de llibertat la seva forma de vestir. De vegades podia anar amb vestits bons de botigues cares, tal com li agradava al meu pare. Però d'altres vegades anava amb vestits que s'havia fet o arreglat ella (li agradava molt cosir), uns vestits que de vegades semblaven de hippy eivissenca, senzills de formes i sobris de colors, o de colors més vius, estampats o brodats...

Damunt d'aquells vestits s'hi podia posar tota mena de collarets, ja fossin collarets luxosos i cars, per exemple un penjoll amb un gran diamant, o collarets de perles falses i d'or d'imitació. O fets de petxines recollides a la platja, de pinyols, de plomes de periquito... De tota mena. Era una manera de guarnir-se que per descomptat sorprenia la gent amb qui es relacionava, gent en general bastant convencional. A més, es posés el tipus de vestits i collarets que es posés, sempre ho duia amb gràcia, amb una gran elegància.

Vestits, collarets, costums poc habituals com anar a punta de dia a la platja, extraversió, simpatia, la sort de tenir dones que l'ajudaven amb les feines de la casa, i que per tant li permetien estones lliures, alguns viatges amb el meu pare, les visites regulars a les seves amigues, les escapades a la casa dels Pirineus, la seva correspondència amb un munt de gent... (2)

Tot això que he exposat és cer. Llavors, per què, tal com he dit abans, la meva visió de la seva vida és diferent de la d'aquelles persones que consideren que sempre va tenir molta llibertat per fer el que volia, i que, en conjunt, tot li va anar raonablement bé?

¿Per què jo penso que en la vida de la meva mare, a més de les satisfaccions i alegries, també hi va haver molta frustració, tanta, que penso que aquesta frustració i tristesa poden ser la principal explicació de les seves depressions? És que la meva

és una visió carregada de prejudicis, esbiaixada, distorsionada, tirant a pessimista, mentre que altres persones són més objectives i optimistes? És potser només una qüestió d'on posa cadascú l'accent?

O és que potser jo també tinc en compte alguns aspectes de la seva vida que altres persones de la família potser ignoren... o que potser prefereixen ignorar-los?

--

(1) Rafael Argullo. El caçador d'instants. Destino, 1996 (p. 88)

(2) M'he referit a les dones de fer feines. No van ser només una ajuda sinó també una constant font de maldecaps per a la meva mare, sobretot quan vivien a casa, cosa que durant molts anys va ser l'habitual.

## 7.6 - Una carta diferent

(\*) "Jo reso, tu rumia".

Així acaba una carta que em va escriure la meva mare i que trobo de casualitat, buscant uns papers sense cap relació amb aquests escrits sobre ella. És un final que em desconcerta. Molt. Em desconcerta perquè el trobo insòlit, imprevisible en una carta seva. I també m'emociona.

És una carta curta. La meva mare em parla d'un problema familiar greu, que jo conec, em diu que està molt preocupada, que no sap com gestionar-lo, tot i que hi ha estat rumiant molt. Em diu que quan ens tornem a veure n'hem de parlar.

Quan va escriure aquesta carta la meva mare estava bé, ella mateixa ho diu, i part del seu neguit té relació amb el seu estat: "ara estic bé, però què passaria si amb aquest problema em torna a venir la depressió?" La perspectiva li fa por. Amb tota la raó del món, perquè el problema no és petit ni fàcil de resoldre, i imaginar-lo sumat a una depressió és una perspectiva angoixant.

Aquest "jo reso, tu rumia" de la carta que em sobta tant, més endavant, pocs anys més tard, serà el puntal de la nostra convivència, quan jo torni a casa. Quan torno, d'entrada els papers de cadascú no estan ben definits. Les rutines històriques pesen (com si enllacéssim amb vint anys abans, quan vaig marxar). De manera que de vegades ens encallem una mica, ella amb el seu paper de mare que en segons quins aspectes encara vol educar el fill; jo per la meva banda amb l'actitud de l'adolescent que abans li plantava cara. Mal començament.

Allò no anava bé, era obvi, i llavors em vaig haver de recordar i li vaig haver de recordar que ens havíem de respectar mútuament, ja que si no la convivència seria molt difícil. Sobretot, en relació amb el tema religiós, ella no havia de fer-me apostolat, i jo no havia de fer comentaris sobre la seva fe i els seus rituals.

Els dos vam ser sensats, considero que vam assimilar-ho amb molta rapidesa. De fet, no teníem més remei que aprendre la lliçó, si volíem que les coses rutllessin (és a dir, que jo pogués donar un cop de mà, que bona falta feia, amb el meu pare en l'estat que estava).

Haig de reconèixer que la seva adaptació tenia més mèrit, ja que el respecte que jo li demanava anava en contra de la seva obligació cristiana de fer apostolat. En canvi, el respecte que jo li havia de tenir era de fet una qüestió de civisme i d'afecte. De sentit comú, tenint en compte que era la meva mare, que era gran i que ja tenia la vida prou complicada.

Torno a la carta esmentada al principi. Tenia el convenciment que la meva mare sempre que escrivia alguna carta incloïa de manera més explícita o implícita, marginal o monotemàtica, una intenció moralitzant. Aquest era el record que tenia de les seves cartes. Però em trobo aquesta carta i haig de canviar de parer. I haig de recordar-me, un cop més, que totes les generalitzacions són arriscades. En aquesta carta la meva mare em demana ajuda, no em fa cap sermó, i diu que mentre no ens veiem cadascú es dediqui a allò en què creu, ella a resar i jo a intentar ser racional.

## 8 Llum i colors

"A copdescuit obrires la finestra i entrà una rialla de claror ratxada d'ombres d'arbre."  
*Guillem d'Efak*

## 8.1 - Aventures al cementiri

"Ja era massa tard quan em vaig adonar que hi havia moltes facetes d'ella que ignorava del tot." Oliver Sacks (1)

Després de morir el meu pare, la meva mare va agafar el costum de, molts dissabtes al matí, anar al cementiri on ell estava enterrat. No hi anava sola, s'enduia uns quants nets i netes. Amb el munt que en tenia, no li costava gaire arregar-ne mitja dotzena i omplir el cotxe. S'hi apuntaven entusiasmats, perquè anar al cementiri amb l'àvia era tota una aventura.

Al cementiri corrien amunt i avall, jugaven a fer terra fina, miraven per les escletxes de les làpides tot intentant veure algun difunt... La tomba més atractiva era la d'un poeta, perquè, a més de sumptuosa, es veu que alguna vegada, mirant per una escletxa, algú "l'havia vist!". S'ho passaven la mar de bé.

Un dia la meva mare va anar al cementiri a la tarda. En lloc d'anar-hi acompanyada per un núvol de nets, hi va anar amb un matrimoni amic. Van estar passejant per dins del cementiri, es veu que es van despistar i, quan van voler sortir van trobar-se que ja havien tancat.

L'home era molt aprensiu, i en veure que començava a fosquejar es va començar a posar nerviós, cosa que no li convenia gens, perquè estava delicat del cor. Cada cop més neguitós, va agafar una de les escales que serveixen per arribar fins als nínxols més alts i va enfilarse al capdamunt d'una de les parets del cementiri, i llavors va començar a demanar auxili. Sense que ningú el sentís, perquè a aquelles hores per aquells tombants no hi havia ningú. La seva dona, de baix estant, intentava tranquil·litzar-lo, li anava demanat per favor que baixés, que es faria mal, que s'asserenés... Però era inútil.

Mentrestant, la meva mare no perdia el temps. Amb una petita navalla que sempre portava al moneder, va començar a "serrar" la cadena que tancava la porta. Va estar-se potser dues o tres hores serra que serraràs, embolicant-se la mà amb el mocador quan se li va començar a encetar. No va parar fins que va aconseguir trencar la cadena.

Quan va arribar a casa i m'ho va explicar, a més de meravellar-me que hagués estat capaç de trencar la cadena amb la seva petita navalla, em vaig fer un tip de riure, mentre ella també reia tot explicant-ho. El cas però és que també em vaig encuriosir, i l'endemà vaig agafar la bici i me'n vaig anar al cementiri. I llavors em vaig fer un altre tip de riure.

La cadena que la meva mare havia trencat era la de la porta d'entrada... i just al costat hi havia la porta de sortida, un torn, una porta giradissa de direcció única, sempre accessible si es volia sortir, precisament per a evitar que si, a l'hora de tancar, algú es queda despistat, no quedi atrapat a dins.

La meva mare estava acostumada a sortir per la porta d'entrada, i amb la sorpresa i el desconcert de veure la cadena posada, ni ella ni la parella que l'acompanyava es van adonar del fàcil que era sortir. I quan vaig tornar a casa i li ho vaig explicar ella també es va fer un altre tip de riure.

Explico aquestes dues anècdotes, la dels nets jugant al cementiri i la d'ella serrant la cadena, per fer visible també aquesta part descomplicada i alegre de la meva mare, ja que si no la imatge que es pot treure de la majoria dels textos és que tot era

sempre molt difícil. I no era així, la meva mare, quan estava bé (sense eufòries ni depressions) era feliç, estava molt a gust, i també sabia fer estar a gust la gent que l'envoltava.

D'anècdotes semblants em podria explicar moltes. O parlar dels moments intranscendents i tranquils, feliços, com quan per la tele feien alguna peli "de les bones" (com les del Frank Capra) i s'ho passava de primera mirant-la, encara que ja l'hagués vist abans uns quants cops. O mirant un capítol d'alguna sèrie de detectius, que també li agradaven molt, com Ironside, La senyora Fletcher, Colombo... Mirant la tele i alhora cosint o fent alguna altra cosa, perquè mirar una peli i no fer res més alhora per a ella era inconcebible.

--

(1) Oliver Sacks. En movimiento. Anagrama, 2015 (p. 215). El llibre és autobiogràfic, i la cita fa referència a la seva mare, amb la qual durant molts anys hi va tenir una relació complicada.

## 8.2 - Nétes i néts

"És alta, rossa, matinera, guapa, simpàtica, segons com poètica, i cristiana. Li agrada llevar-se aviat, cosir, banyar-se quan l'aigua està freda i explicar coses de Déu. Jo amb ella aprenc moltes coses. A mi m'agrada molt perquè és molt simpàtica."

Aquest text, d'una néta de la meva mare, formava part d'un quadern que, coordinat per una germana meva, li vam regalar a la meva mare quan va fer setanta anys; tots els fills, parelles i gairebé tots els nets hi van participar d'alguna manera, amb textos o dibuixos. M'agrada el text d'aquesta neta perquè aporta una visió fresca de la meva mare; crec que la descripció és bastant representativa de com era vista, en general, pels seus néts i nétes (llavors eren ja trenta-vuit, una xifra que encara va seguir augmentant).

Com tantes àvies, la meva mare va tenir una actitud més dolça i tolerant amb els néts de la que havia tingut amb els fills, una actitud que anava acompanyada, això sí, de la seva determinació de fer apostolat (de vegades de manera força invasiva) i guiar els nets en la direcció "correcta": la de l'Església catòlica (apostòlica, romana... i interpretada a través de l'Opus).

El text del capítol anterior sobre els jocs al cementiri dels nets és un bon exemple (a més de pintoresc) d'aquesta barreja de calidesa i apostolat, ja que per descomptat durant els jocs al cementiri sempre hi havia els moments adequats per fer apunts de catequesi. A més del cementiri, hi havia alguns altres espais de confluència lúdica-catequística, com les excursions pels voltants de Montserrat (per exemple abans de Nadal, per anar a buscar molsa pel pessebre), o algunes vacances a la casa que els meus pares tenien als Pirineus.

El cas és que, tal com he dit, amb els anys la meva mare es va endolcir, es va estovar una mica, va abandonar aquella intransigència tan radical i sistemàtica que l'havia caracteritzat. Es podria dir que, fins a un cert punt, va aprendre a no ser (de vegades) "del tot coherent" amb alguns dels seus principis religiosos. O més que a no ser coherent, a dissimular una mica... Però només fins a un cert punt: mai va deixar de ser del tot ortodoxa, i de vegades seguia sent "més papista que el Papa".

Aquest canvi (més gran en el pla afectuós i més relatiu en el doctrinari) va coincidir, el va afavorir, el deteriorament del meu pare i la seva consegüent pèrdua de protagonisme. Mentre el meu pare va viure, i sobretot mentre va tenir el cap clar, la meva mare va anar aprenent a fer equilibris per tal d'integrar una mica en la família alguns dels fills una mica "esgarriats" (i per tant també els corresponents nets), cosa que de vegades havia de fer d'amagat, per tal d'evitar la reprovació del meu pare.

No he fet cap enquesta exhaustiva, però per algunes converses amb els néts m'ha semblat que percebien aquesta calidesa de la seva àvia, que els fills no vam sentir tant. També coincideixen que sempre hi havia present la voluntat de fer apostolat, de manera més subtil o evident. Aquesta segona part, la de l'apostolat, a algun dels néts se li entravessava més que a d'altres, cosa que suposo que és normal: alguns dels néts han seguit el carril religiós de la meva mare, fins i tot han acabat fent-se de l'Opus, i en canvi d'altres s'han allunyat de la religió. Els primers es normal que recordin amb simpatia, fins i tot amb agraïment, la complicitat de la meva mare en aquest tema.

Després, és clar, hi ha molts nets i netes que no tenen records de la seva àvia. Algun perquè llavors eren molt petits, i altres perquè encara no havien nascut.

## 8.3 - Bons records

"Ho he vist tot clar. També ho he vist tot fosc. Que no me n'oblidi." Julio Villar (1)

Uns mesos després de morir la meva mare la Roser em va convidar a dinar. La Roser era uns quants anys més gran que la meva mare, però es conservava esplèndida, amb el cap ben clar, una actitud optimista, bon sentit de l'humor i cap limitació física important, cosa que feia que te la poguessis trobar sovint pel carrer, caminant lleugera i amb energia, com si tingués trenta anys i no els més de vuitanta que ja tenia.

Durant aquell dinar vam parlar molt de la meva mare, i me'n va fer munts d'elogis: que era una persona extraordinària, imaginativa, original, generosa, alegre, vital... La Roser havia sigut durant molts anys molt amiga de la meva mare, de manera que també havia conegut les seves diferents etapes depressives, però en els seus records la imatge que dominava era la de la vitalitat i l'alegria. En lloc de les tristeses i les tenebres, recordava la llum i l'entusiasme.

No ha sigut l'única amiga de la meva mare que me l'ha recordat així, han estat uns comentaris repetits. Tenia aquesta virtut: les seves amigues valoraven molt la manera de ser de la meva mare i en ressaltaven els aspectes més joiosos i originals. Me n'han parlat amb afecte, amb molt d'afecte. És evident que la meva mare es va fer estimar i els va deixar un bon record.

Aquest vessant de la meva mare per descomptat no m'és desconegut, però a mi se'm barreja amb altres aspectes, de manera que el resultat és una imatge més complexa, també amb ombres o arestes. Una explicació que se m'acudeix per a la visió en general sense ombres de les seves amigues és que elles segurament coneixien poc els episodis complicats.

Quan la meva mare passava per una etapa depressiva sortia el mínim de casa, només l'imprescindible, de manera que "aquella manera de ser" desesperançada i adolorida la coneixia bé la família (la part de la família que convivia amb ella), i menys la resta de la gent. El que sí era més fàcil que poguessin conèixer les amigues eren els esclats d'eufòria, però en aquestes fases, al marge d'anar accelerada i esbojarrada (cosa que també tenia la seva part simpàtica) potser fora de casa no tenia tant la tendència a ser invasiva que tenia llavors amb la família. És només una hipòtesi, per tal de trobar una explicació coherent.

Una altra explicació podria ser aquesta. La meva mare a casa tenia un paper assignat, associat a diferents responsabilitats, cosa que no afavoria que pogués tenir comportaments despreocupats. En canvi, fora de casa, sense marit ni fills a la vora, sense responsabilitats, no s'havia de contenir tant, es podia deixar anar més.

És probable que en l'entorn de les seves amigues se sentís més lliure, no se sentís tan jutjada, a diferència de a casa, on crec que tenia la sensació de no satisfer les expectatives que s'havien dipositat en ella.

Fos pel motiu que fos, el cas és que la meva mare va deixar molts bons records entre les seves amigues.

--

(1) Julio Villar. Viaje a pie. Editorial Juventud, 1986 (p. 67)

## 8.4 - Més records

"A la nostra terra tota la burgesia i una bona part de la classe dita menestral té servei." Myself (1)

La Clara va ser l'última de la llarga llista de dones de fer feines que van passar per casa dels meus pares. L'última, i també la que va durar més anys.

Un dia la meva mare li va dir que s'assegués, que havien de parlar. La Clara va deixar la feina, es van asseure i, llavors, la meva mare, sense gaires preàmbuls, li va preguntar que com era que només tenia tres fills. La Clara es va quedar parada, i a continuació li va dir que la vida era difícil, que tirar endavant els fills costava molt.

Com que la meva mare insistia (la meva mare podia ser molt insistent), la Clara li va dir que per evitar els embarassos feien servir mètodes anticonceptius. Llavors la meva mare li va fer el discurs de la doctrina de l'Església sobre la contracepció, li va dir que el que feien era un pecat... I va afegir que, en aquelles condicions, no tenia clar si podria seguir treballant amb ella.

No es va acabar la conversa, van seguir parlant. La meva mare, per rebatre l'argument de les dificultats econòmiques, li va dir que la seva mare, la de la Clara, tot i viure amb moltes més estretors, havia tingut nou fills. La Clara li va contestar que era veritat, però que ella volia que els seus fills tinguessin més oportunitats que les que havia tingut ella. (2)

La conversa d'aquell dia va acabar incòmoda i estranya, però per sort, el dia següent ja no va sortir el tema. I ja no va sortir mai més.

La Clara ara recorda rient aquella anècdota. Diu que es va espantar, però que "eren coses de la meva mare", com quan a les dotze la feia parar de treballar i li feia resar l'Àngelus. Riu també perquè alhora recorda, amb agraïment, moltes altres coses d'ella. Per exemple, recorda quan la meva mare es preocupava perquè cotitzés i així més endavant pogués cobrar una jubilació (la que cobra ara). Recorda també que la pagava bé (millor del que era habitual, fins al punt que algunes conegudes de la meva mare la criticaven perquè "desestabilitzava a l'alça el mercat de les minyones"). Recorda que havia sermonejat una veïna a casa de la qual la Clara també anava a treballar, perquè li feia passar gana (la tenia fins entrada la tarda sense haver-li donat res per dinar). Recorda que es va preocupar per un fill de la Clara amb problemes d'addiccions, implicant-se en algunes gestions. Recorda també que es va implicar en unes reclamacions per aclarir un embolic burocràtic kafkià que afectava el marit de la Clara (amb motiu del qual la meva mare va arribar a escriure al Director de la Policia Nacional). Recorda...

La Clara recorda moltes coses d'aquestes de la meva mare. I el resum dels seus records és un sentiment d'agraïment, un record afectuós, càlid, i també divertit. (3)  
(4)

He posat l'exemple de la Clara perquè en l'apartat anterior he parlat dels bons records que la meva mare va deixar entre les seves amigues, amb les que tenia una relació d'igualtat, i en canvi en aquest cas la relació era de dependència laboral. De les dones que van passar per casa de la meva mare algunes han mort, a d'altres els he perdut la pista. Conservo un contacte esporàdic amb la Clara, i també amb la Sílvia, una altra d'aquelles dones de fer feines. En el cas de la Sílvia el seu record de la meva mare és igual de bo, o encara més: quan parla d'ella en parla amb una immensa tendresa i amb un immens agraïment. (5)

Torno a la Clara. Ella encara guarda un tercer tipus de record de la meva mare, el dels dies que la trobava estirada al llit, silenciosa, amb els ulls apagats. El record d'aquells dies que ja sabia que no li havia de dir res.

Com que la Clara va estar anant a casa de la meva mare molts anys, d'aquells dies tristos en va conèixer molts, i quan els recorda em diu: "Pobreta, la teva mare, que malament que s'ho passava quan estava així".

--

(1) Myself. La dona ben educada. Editorial Barcino, 1927 (p. 39)

(2) La Clara, que era la gran, des de ben petita va haver d'ajudar la seva mare en tot: anava a buscar aigua a la font, a buscar llenya, recollia carbonet pel braser, s'ocupava dels seus germans petits, duia el dinar al seu pare que anava a jornal... Amb l'onada migratòria dels anys seixanta van deixar el poble i van venir cap aquí. Quan va arribar, era totalment analfabeta, no havia anat mai a l'escola, i moure's per la ciutat li feia molta por: no podia llegir els rètols de les estacions del metro, ni els noms de les plaques dels carrers, ni els preus de les botigues... Va buscar cases per netejar i no va parar de fer feines fins al dia que es va jubilar. Això, mentre alhora s'ocupava de la seva família, dels seus fills (i mentre aprenia a llegir i a escriure una mica).

(3) A partir de llavors de vegades potser li parlava que s'havia de tenir els fills que Déu volgués, li parlava de la doctrina de l'Església, de què fer servir anticonceptius no estava bé, però no va fer mai més cap al·lusió al tema laboral.

(4) La meva mare de vegades es passava de la ratlla en la seva militància proselitista. Però també tenia una gran capacitat de generositat, solidaritat i afecte. Si algú només l'havia conegut puntualment en el context de la seva faceta de proselitisme invasiu, es podia quedar amb una idea d'ella polaritzada, incompleta. Però per a la gent que la coneixia bé, que l'havia tractat al llarg d'anys, el més normal era que d'ella els en quedés una imatge semblant a la de la Clara, amb la generositat molt present.

(5) La Clara m'explica aquestes coses un dia a casa seva, a l'hora de dinar, mentre junt amb el seu marit ens mengem una fideuada esplèndida. Mentre dinem, cada vegada que la Clara parla de la meva mare riu, sobretot riu. Encara més quan diu que no va ser mai capaç d'aprendre's el final de l'Àngelus, que a la meva mare li agradava resar en llatí, "Gratiam tuam quaesumus..."

(6) En algun altre moment ja he explicat que la meva mare també s'ho va passar malament a causa de la convivència amb les dones de fer feines, sovint deia que a casa seva en lloc de manar ella manaven les minyones. Aquesta opinió la generalitzava, però en el cas de la Clara i la Sílvia no em sembla que fos així, la relació em sembla que era força cordial i fàcil. Una altra cosa és que la meva mare hauria preferit no tenir dones de fer feines, però això era incompatible amb tenir ajudes a l'hora de fer les feines (al marge del fet que alguns fills s'impliquessin en algunes feines i que ella agrais aquelles col.laboracions).

## 8.5 - La sortida del sol

(\*) "Que bonic és veure sortir el sol des del cim d'una muntanya, reflectint-se en les gotes de rosada, matisant-ho tot amb el seu polsim d'or!"

És l'inici d'una redacció de la meva mare, de quan tenia 15 anys. La sortida del sol sempre va ser per a ella un moment d'alegria. I era també un moment per donar gràcies a Déu, per totes les coses belles creades, cels, arbres, flors, ocells...

Quan es trobava bé, tots els fenòmens de la naturalesa la meravellaven. El sol, la lluna, els núvols, les tempestes, les muntanyes, els rierols, els boscos, el mar, les petxines, les gavines... Amb el pas dels anys no va perdre la capacitat de bocabadar-se i alegrar-se, quan estava en contacte amb la natura.

Era molt matinera. Quan sortia el sol feia estona que ja s'havia alçat. Segons l'època de l'any, potser veia sortir el sol per l'horitzó del mar, mentre es banyava a la platja.

Va arribar un punt que aquestes anades a la platja em van començar a preocupar una mica. Ella cada cop caminava amb més dificultats. I a sobre no sempre hi havia bona mar, i en aquests casos el seu grau de prudència no era del tot previsible. Crec que en general no corria riscos, entre altres coses perquè tenia un timpà foradat i li feia por que li entrés aigua, però suposo que alguna vegada alguna rebotcada amb les onades sí que la va tenir. I no va dir res.

Li dèiem que anés amb molt de compte (això que es diu en aquests casos, normalment els pares als fills, i que no serveix de res) i que, tenint també l'opció de la piscina, potser era preferible. Però a ella li agradava el mar, i afegia que de vegades obrien la piscina massa tard, i que a més l'aigua de la piscina era calenta (cosa que no li agradava gens), o que hi havia massa gent... El cas és que, per poc que pogués, durant la part de l'any més benigna anava a la platja.

Al final, els dies que de bon matí anava a la platja, moltes vegades l'acompanyava la meva tia, de manera que no ens preocupàvem tant. Després, a l'hora d'esmorzar algun dia potser m'explicava que, aquell dia, pel motiu que fos, la meva tia l'havia avisat que no hi podia anar... Però no m'ho deia abans, només quan tornava.

D'altra banda, és ben cert que si jo estava intranquil, l'hauria pogut acompanyar. Jo o algun altre germà. Però no ho fèiem. Els fills no, però la meva tia sí. N'hauria de parlar més, d'ella...

A la platja, a banda dels ensurts de les onades, també podien passar altres coses. En una cartolina, ficada en una funda de plàstic transparent, i que quan es ficava a l'aigua deixava a la sorra al costat del barnús i el bastó, hi tenia escrit això:

"M'estic banyant aquí al davant. El bastó i el barnús són meus. No els toqui. Gràcies".

Es veu que una vegada algú se li havia volgut endur el barnús, suposo que pensant-se que estava oblidat, sense adonar-se (potser encara era fosc) que ella s'estava banyant. El bastó i el barnús era l'únic que deixava a la sorra, la resta ho tenia al cotxe, aparcat el més a la vora possible. Fins que es va morir als setanta-set anys, la meva mare sempre va conduir.

Segons l'època de l'any, de vegades a la platja hi trobava gent jove que, després de tota la nit de gresca, encara no havia anat a dormir. Com a bona catòlica conscient

de les seves obligacions, suposo que algun cop també havia intentat fer apostolat allí, a peu de platja.

M'imagino aquesta escena: algun noi o noia amb el cap segurament emboirat a causa de la ressaca, bocabadat de sobte amb l'aparició d'una velleta que, després de sortir de l'aigua, mentre el cel comença tot just a clarejar, se li adreça i li comença a fer un sermó. (1)

--

(1) Un altre exemple d'apostolat original, del qual en vaig ser testimoni. Va convidar a dinar un parell de mormons que s'havia trobat pel carrer. Ells van acceptar ben contents, tant pel dinar com per l'oportunitat de fer apostolat. Però es van quedar amb un pam de nas, perquè dinar van dinar, però no els va deixar dir ni una paraula. Va ser ella, qui no va parar de parlar, amb el propòsit de convèncer-los a ells sobre la superioritat indiscutible del catolicisme. Va ser ben divertit.

## 8.6 - Cartes als diaris

(\*) "Per què la indústria farmacèutica no està interessada en la vacuna contra la malària encara que mori moltíssima gent? Doncs perquè els que pateixen aquesta malaltia són pobres i no aporten beneficis al mercat."

La carta es va publicar al Diari de Tarragona el 13-10-1999, i també a cinc diaris més, entre ells El País. Entre 1991 i 2003 a la meua mare li van publicar al voltant de 200 cartes als diaris. Moltes en més d'un (com l'anterior). Els temes eren variats: Església, família, avortament, divorci, política, corrupció, conflictes internacionals, comerç d'armes, sanitat, pobresa... De vegades eren telegràfiques com aquesta, i de vegades força més llargues.

Quan escrivia una carta l'enviava a diferents diaris. I quan va descobrir que es podien enviar virtualment, va ampliar la llista i va demanar ajuda per tal de poder-les enviar per correu electrònic. Per saber si les hi publicaven, tenia una xarxa de persones conegudes que l'avisaven o li enviaven els retalls de les cartes seves que veien publicades. De manera que si parlo de 200 cartes publicades durant aquest període (i potser del doble o el triple de publicacions, si calculem una mitjana realista -a partir del seu arxiu- de dues o tres publicacions per carta), és una xifra de mínims, només la part ben documentada, de la que ella en va aconseguir el retall. Amb tota seguretat, el total de cartes publicades devia ser molt més elevat.

Parlo d'aquest període concret, 1991 a 2003, perquè està molt ben documentat, ja que va encarregar a un net que ordenés els retalls de les cartes publicades durant aquells anys.

Un fet curiós és que en les cartes no parla mai ni de la seva malaltia ni de les depressions en general, excepte en una que va escriure el març de 1999, amb motiu de la mort de José Agustín Goytisolo. La carta (publicada a sis diaris) es titulava "Goytisolo es va suïcidar?", i començava així: "Va ser un gran impacte per a mi, que conec molt bé els estats depressius..."

## 8.7 - Més cartes

No escrivia només als diaris. També escrivia a molta gent. Al Papa, bisbes, capellans, monjos, polítics, escriptors, presentadors de la tele, anunciants...

Li contestaven moltes cartes, en general de manera personalitzada, referint-se en concret a allò que ella els deia. De vegades eren cartes escrites a mà, de vegades llargues.

Per exemple, el 2000, l'escriptor Gregorio Morán entre d'altres coses li diu: "confieso que me ha dejado admirado su relleno de puerros y butifarra, lo ensayaré".

El 1996, l'Andreu Buenafuente li demana disculpes per si "en algun moment l'he ofès amb alguna broma".

El 1987 el bisbe cismàtic Marcel Lefebvre li explica on podia assistir "a la verdadera Santa Misa de todos los tiempos".

Amb l'Agustí Altisent, monjo de Poblet, es van escriure diferents cartes. En una, ell es disculpa, després que la meva mare li hagués explicat que uns anys abans, una freda nit de gener, jo vaig trucar al monestir, emparant-me en la regla de Sant Benet que diu que s'han d'acollir els pelegrins i rodamons. Però no va ser així, de manera que vaig passar la nit al ras, i l'Agustí Altisent ho lamentava, li deia a la meva mare que m'haurien d'haver aixoplugat.

La correspondència més intensa era amb els bisbes, cardenals, abats, el Sant Pare (que contestava a través del seu secretari), responsables de l'Opus, capellans ortodoxos (compartint punts de vista) i heterodoxos (criticant-los), etc. Per donar-ne només una idea, adjunto la relació de bisbes o arquebisbes: de Girona, Lleida, l'Urgell, Barcelona, Málaga, Orihuela-Alicante, Segorbe-Castellón, Valladolid, Madrid-Alcalá, Coria-Cáceres, Burgos i Barbastro, alguns amb diferents cartes.

No hi ha maneres de saber les cartes que va arribar a escriure ella, ja que no guardava cap registre o còpia de les cartes escrites, però sí que guardava, no sé si totes (i si de totes les èpoques), les cartes rebudes.

De les que jo vaig trobar, crida l'atenció que la majoria de les cartes corresponguin al període entre 1990 i 2003. És el mateix període que el de la gran quantitat de cartes als diaris. (1)

Va morir el 2005, i que de l'últim any i mig gairebé no hi hagi cartes s'explica perquè havia iniciat un altre cop, aquesta vegada lentament, una davallada depressiva.

--

(1) Tot i que hi va haver un parèntesi: fent servir la referència de les cartes dels diaris i de les cartes rebudes, el 1990 i 1991 es devia trobar bé, i a partir del 1995 també, però entre el 1992 i el 1994 no, ja que gairebé no hi ha cartes d'aquests anys. Amb tota seguretat perquè no n'escrivia (ni als diaris ni a altres persones), ja que estava passant per una etapa depressiva important, suposo que relacionada amb la seva sensació de desbordament i solitud davant de l'evolució de la malaltia del meu pare.

## 8.8 - Las niñas de Balouta

"Somos las niñas de Balouta, Eva, Marisol y Monse. Nos alegramos mucho al ver tu carta porque eres la primera en mandarnos una. Nos gustaría que vinieras en verano con toda tu familia.

"Nos ha llamado la atención cuando nos dices que tienes tantos hijos, a nosotras nos gustaría tener más hermanos, pero sólo tenemos uno cada una de nosotras, Se llaman Alberto, José y Ángel. La carta la recibimos el 21 de enero, pero la nieve se marchó sobre el 10 de enero.

"Los Reyes nos trajeron muchos regalos. Te deseamos que 1991 sea un año muy feliz para todo el mundo, y sobre todo para ti y toda tu familia.

"Besos y abrazos de las niñas de Balouta, Marisol, Eva, Monse."

La meva mare no escrivia cartes només als diaris i a persones conegudes. En aquest cas suposo que la cosa devia anar així: un dia devien fer per la tele un reportatge sobre Balouta, un poblet de muntanya de la comarca de El Bierzo, a la província de León. O potser en parlava un article del diari. És igual: el cas és que havia nevat i el poblet potser havia quedat incomunicat, i per això se'n parlava. Al reportatge hi sortien tres nenes del poble, un poble de només uns 35 habitants (1).

La meva mare devia veure o llegir el reportatge i no s'ho va pensar dues vegades, va agafar el bolígraf i va escriure una carta a aquelles tres nenes.

--

(1) Les dades de Balouta estan tretes de la Viquipèdia.

## 8.9 - La Laia

"La memòria no és objectiva, però potser tampoc ho és la realitat, al capdavant el que existeix és la percepció que cadascú té del que va passar. (...) Quan recordem una cosa tenim la nostra versió que acostuma a ser diferent de la de les altres persones que també van presenciar l'escena." Nolasac Acarín (1)

La Laia és neta de la meva mare, ara té catorze anys. Li pregunto quin record té de la seva àvia, si és que en té algun, perquè va morir quan ella només tenia quatre anys. Diu que recorda estar asseguda amb ella, a la sala, mirant i comentant el que feien per la tele, o parlant d'altres coses. Diu que recorda l'àvia amb una actitud atenta i interessada cap a ella, i poca cosa més. Diu que en té un bon record.

Abans havia preguntat a la mare de la Laia el mateix, si sabia quin record tenia la Laia de la seva àvia, i m'havia dit que llavors la Laia era molt petita, que potser no en tenia cap. Però que ella recordava la Laia, durant alguna de les visites, a l'habitació de la nostra mare, asseguda al costat del llit: la nostra mare estirada, en silenci, apagada, a causa de la depressió, i la Laia al seu costat, al seu aire, parlant, perquè sempre ha sigut de mena xerraire.

La mare de la Laia situa l'escena al dormitori, la Laia a la sala de la tele; per a la primera l'escena és trista i sense una actitud activa per part de la meva mare, per a la segona l'escena no és trista, i la meva mare està espavilada.

Suposo que és possible que les dues tinguin raó. Potser d'uns mateixos fets o visites una es va fixar més en uns detalls, i l'altra en uns altres. Després, com que no podem estar atents a tot, aquell record cadascuna l'ha acabat arrodonint amb allò que era més coherent amb la percepció inicial. El resultat són dos records diferents, potser els dos amb el mateix tant per cent d'autenticitat. O potser, senzillament, són records de dies diferents.

Al marge del grau d'autenticitat d'un record o l'altre, és bonic que la Laia es quedés amb el record que es va quedar. Fos exactament o no com ella ho recorda, segur que és més saludable que una nena de quatre anys es quedi amb aquesta imatge amable de la seva àvia, i no amb el record d'una persona deprimida i absent.

--

(1) Nolasac Acarín. El cerebro del rey. RBA, 2001 (p. 203)

## 8.10 - El Cel

"Què fa falta per ser feliç? Una mica de cel blau damunt dels nostres caps, un airet tebi, la pau d'esperit." André Maurois

Tot i que sóc més aviat bastant descregut i escèptic, de tant en tant, com un joc, m'agrada imaginar-me els meus pares al Cel. És una fantasia que m'atrau perquè quan ells eren vius de vegades en parlaven, era la seva gran il.lusió: poder-hi anar al morir.

Al meu pare m'agrada imaginar-me'l damunt d'uns núvols de cotofluix, assegut en un butacó, de cara al sol, amb el seu barret de lona blanca de quan anava d'excursió, llegint l'ABC o l'Alcázar, amb una tauleta al costat amb el seu cafè, relaxat, somrient, satisfet de comprovar que al Cel tot està organitzat de forma eficient, amb disciplina, seriositat, formalitat i horaris puntuals.

No cal ni dir-ho, m'agrada imaginar-me'l amb tota la seva lucidesa, sense cap indicati del seu darrer deteriorament, del gran desgavell que va acabar convertint en un mal son el final de la seva vida.

A la meua mare, quan me la imagino al Cel, me la imagino tal com era ella, fent unes quantes coses alhora. Me la imagino a la cuina, contenta de comprovar que és una cuina molt ben equipada, amb el rebost ben assortit i olles i cassoles de tota mena. Allí, mentre amb una mà potser enfora algun pastís (qui sap si de cabell d'àngel), amb l'altra va escrivint una carta a l'Abat de Montserrat, o potser a l'Observatore Romano o al Julio Anguita, ves a saber a qui... (1) Tot això, mentre segueix els diàlegs de la sèrie que estan fent per la tele (potser el Colombo o l'Ironside), o mentre intenta parlar per telèfon amb algun fill o filla, per convidar-lo a dinar (en aquest cas sense sort, perquè de moment no hi ha línia directa entre el Cel i la Terra).

M'imagino la meua mare activa, ocupada, però alhora tranquil.la, sense atabalar-se, contenta. Allunyada tant de les eufòries desbordades i devastadores com dels profunds estats depressius, d'aquelles oscil.lacions que van convertir la seva vida en "una mala nit en un mal hostal", tal com deia la seva admirada Santa Teresa.

M'agrada imaginar-los així, els dos sense la pressió de les obligacions, contents, amb bona salut, fent les coses que els agradaven.

--

(1) Julio Anguita va ser secretari general del Partit Comunista d'Espanya i coordinador general d'Izquierda Unida. Malgrat les diferències ideològiques (sobretot pel que fa al divorci, l'avortament i el laïcisme), la meua mare sovint en parlava amb simpatia, deia que coincidia molt amb les seves reivindicacions de tipus social.

## 9 La seva mort

"Ens sentim, doncs, plens de confiança, i preferim emigrar del cos i anar a viure amb el Senyor."

*Sant Pau*

## 9.1 - 3/4 de 6

(\*) "Són 3/4 de 6  
Cat informació  
Mundial contra la sida, dones i heterosexuales  
3600 places extres  
Reforma del poder judicatura  
Raul R. surt de la presó gràcies a Espanya sobretot  
Ucraïna partit amistós 4 gols  
Precipitacions a tal el  
La mar alterada  
La sida no es preveu  
Dedicat a les dones avui  
4.000 milions al món  
Pisos de 2a mà es paguen amb negre i no tributen  
França morir dignament  
El pacient es nega a viure  
Marta Cid millorar l'educació  
Fora de lloc  
960 classes  
Can Masdeu"

La llista continua. Són tres fulls així, tots escrits amb lletra molt tremolosa, i alhora de mida i de pressió irregulars. Res a veure amb la seva lletra clara, regular i ferma de quan estava bé. De vegades costa saber què diu; alguna frase, més que llegida, està deduïda.

La meva mare sovint feia servir fulls reciclats, n'aprofitava la part del darrera en blanc. En aquest cas, escriu tant en la cara en blanc com en els espais lliures de la part impresa. Aquest aprofitament desordenat de la cara posterior contribueix a augmentar la sensació d'angoixa que transmeten els fulls.

La lletra tremolosa apareix en molts escrits seus, d'èpoques diferents. De vegades els escrits amb aquesta lletra són escrits ben lúcids i optimistes, d'altres vegades més neutres, o derrotistes. Tot i que segons els casos varia el grau de tremolor, en cap altre cas la tremolor del traç és tan accentuada com en aquestes llistes.

La tremolor, sobretot la de les mans, en algun moment l'havia arribat a preocupar bastant, fins al punt de pensar-se si també tenia pàrkinson. No recordo el temps que li va durar aquesta preocupació, suposo que en algun moment, el psiquiatre li devia aclarir que era un efecte secundari de la medicació que es prenia.

No sé si els fulls de les llistes són de diferents dies. Tampoc sé si els va guardar a propòsit, o si van quedar despistats entre els altres papers seus (notes, cartes, etc.) sense la voluntat conscient de conservar-los.

És evident que són els titulars de l'informatiu matinal de la ràdio; "3/4 de 6, cat informació". En quin estat ho escrivia? Per què ho escrivia? Passava per una etapa depressiva i era l'únic que es veia amb cor d'escriure? L'alleujava en alguna mesura, escriure-ho?

La referència "Marta Cid millorar l'educació" permet situar en el temps els papers. Marta Cid va ser Consellera d'Educació de la Generalitat entre el 2004 i 2006. La meva mare va morir el 2005, i durant l'últim any cada cop es trobava pitjor.

## 9.2 - El context

"La vellesa, la finitud, eren previsibles, per descomptat, estaven inscrites d'entrada en la banalitat plàcida o funesta del curs de les coses." Jorge Semprún (1)

Quan va morir la meua mare, al revisar els seus papers vaig trobar tres o quatre testaments vitals, des del promogut per la Conferència Episcopal fins a d'altres més informals (en els que de vegades també hi barrejava indicacions sobre les seves coses un cop morta). Cap d'aquests papers o documents tenia data i, llevat del de la Conferència Episcopal, ni tan sols estaven signats.

Potser l'únic aspecte coincident en tots era la referència al seu desig de morir cristianament, amb la corresponent assistència espiritual. La referència a què no se li allargués la vida de manera artificial també era habitual, però sense concretar què volia dir exactament, amb aquesta indicació.

A aquest conjunt de testaments vitals, per tal de completar el que seria el mapa dels seus desitjos sobre aquest tema, considero que cal afegir-hi els comentaris que de tant en tant feia sobre aquesta qüestió, no sempre del tot iguals (parlo dels darrers anys de la seva vida).

Aquí, l'aspecte més significatiu era l'oscil·lació entre l'acceptació, d'una banda, de la voluntat divina, fins i tot en el supòsit que impliqués les més grans penalitats, i d'una altra banda un desig o petició de misericòrdia, conseqüència d'un profund cansament, d'una necessitat de descans, expressada de vegades amb tota claredat: en aquest cas demanava a Déu que no li afegís més càrregues, que l'alleugés, que no la fes passar, per exemple, pel calvari d'incapacitats, dependències i demència que va patir el meu pare.

Tal com he dit, la postura variava, i de vegades, quan estava en la posició de l'acceptació, fins i tot manifestava el seu desig de patir calamitats encara més grans de les que patia, en la mesura que suportar-les amb resignació per a ella implicava ser millor cristiana, i així fer uns mèrits que podien afavorir la consecució dels seus desitjos (principalment sobrenaturals, relacionats amb l'aspiració d'anar al cel al morir, ella i les persones que estimava, però també terrenals, com per exemple la curació d'algun fill eventualment malalt).

El darrer any i mig de la seva vida, de forma lenta, insidiosa, va anar reapareixent el seu estat depressiu, del que n'havia estat alliberada durant uns deu anys. Va ser llavors quan, temorenca i afeblida, va anar agafant més protagonisme el seu desig de no patir més penalitats.

L'estat depressiu li feia de més mal suportar les limitacions i els mals físics, i al seu torn les limitacions i els mals alimentaven l'estat depressiu. Crec que llavors tenia bastant assumit que la seva tendència a les depressions, a més d'estar relacionada amb una predisposició seva congènita, també tenia a veure amb les circumstàncies de la seva vida.

Llavors, en aquell moment, el que més li pesava era que s'adonava que cada cop era físicament menys independent, més vulnerable i necessitada d'ajuda, i que tot això anava en augment, de forma lenta i constant. I la perspectiva de la vida que l'esperava li feia una por immensa. Pànic.

Tan gran era el seu temor que, sovint, totes les seves conviccions religioses no eren suficients per a poder acceptar serenament aquell nou escenari, malgrat desitjar

moltíssim ser capaç d'acceptar-lo. Procurava no parlar-ne, perquè se n'avergonyia, ja que ho considerava una feblesa, però era tan intensa aquesta vivència que, de tant en tant, no podia evitar manifestar-la. Patia molt.

Va ser aquesta lluita o estat d'angoixa, amb la por present i creixent, la que va provocar un nou trencament dels dics que contenien la seva tendència a la depressió. I llavors va tornar a naufragar en aquell món de tristeses i falta de delit que tant l'espantava.

Aquest és el context, o part del context (diguem que "aquesta és la meua visió de part del context") en què la meua mare va morir. Va ser en aquestes circumstàncies que va decidir operar-se, perquè el ginecòleg li ho va aconsellar. Una intervenció en principi no gaire complicada; comptava tornar a casa al cap de tres o quatre dies de convalescència a l'hospital.

Però ja no va sortir de l'hospital: després de diferents complicacions i de passar tres cops pel quiròfan, va morir.

--

(1) Jorge Semprún. Ejercicios de supervivencia. Tusquets, 2016 (p. 19)

## 9.3 - La pèrdua d'intimitat

(\*) "Quan em trobava bé, els últims temps també desitjava morir."

Si a més de fer-te gran et fas vell, si a més de sumar anys vas perdent autonomia i et vas endinsant pel camí de la dependència, si és el cas que tens un caràcter independent aquest procés se't pot fer molt difícil d'assimilar, fins i tot intolerable. I si la dependència comença a envair els teus espais més íntims, com ara la teva higiene personal, i resulta que a més d'independent has sigut sempre una persona en aquest aspecte molt reservada, aquest nou escenari se't pot fer encara més intolerable.

Els últims anys de la vida del meu pare van ser molt durs. I no només per a ell. Quan reaccionava amb violència perquè envaïem la seva intimitat, cosa que havíem de fer a la força a causa de la seva malaltia (calia rentar-lo i canviar-lo diferents vegades al dia) la meva mare no ho vivia gens bé. I jo tampoc. Més endavant, no sé en quina mesura a causa de la seva claudicació o esgotament, o potser de l'afebliment de la seva consciència, el meu pare va deixar d'oposar resistència, i el fet de rentar-lo i canviar-lo va deixar de ser tan conflictiu.

Amb aquesta evolució, la meva mare va poder viure aquells moments d'una manera diferent, sense tanta incomoditat o por, més relaxada. De fet, a mesura que es va anar normalitzant aquella nova situació, va acabar vivint aquells moments amb bastanta naturalitat, amb una barreja de tendresa i despreocupació. El meu pare, més que el seu marit, a causa de la malaltia s'havia convertit en un subjecte d'atenció i compassió. Tota l'educació que ella havia rebut, llavors li va ser de gran utilitat, tant la visió transcendent de la vida (aquí hi estem de pas, com més patim més ens guanyem el cel, etc.), com el seu paper, en tant que dona, de cuidadora.

Jo vaig seguir un altre camí. Vaig crear-me una cuirassa, i feia el que tocava d'una manera automàtica, procurant no deixar espai ni per a les reflexions ni per a les emocions. No m'hi vaig acostumar mai. Em revoltava contra el fet que el meu pare hagués de viure aquell calvari, aquella tortura. I si ara hi penso, em costa de pensar-hi amb serenitat, sento que la incomoditat em domina. (1)

Tant el meu pare com la meva mare eren dues persones molt reservades, pel que fa a la nuesa i les funcions corporals. Entre ells, no sé quin era el grau de confiança, de naturalitat, pel que fa a aquest tema. El que sí tinc molt clar és que la malaltia del meu pare va provocar un daltabaix, que va obligar a intervenir en la seva intimitat, una invasió que a la força li havia de ser desagradable. La prova eren els crits que feia durant aquella època quan se l'havia de rentar i canviar, uns crits que sentien tots els veïns de l'escala.

La meva mare va gestionar bé aquella etapa, la va superar amb enteresa, va ser una bona cuidadora. Però una cosa és ser cuidadora, i una altra ser cuidada. I la perspectiva d'algun dia, potser, haver de ser cuidada com el meu pare, la perspectiva que algun dia violessin la seva intimitat, l'aterria. Ella no havia cuidat el meu pare amb l'esperança que, si algun dia calia, algú la cuidés a ella. En absolut. Com a cuidadora, estava disposada a tot, com a cuidada, a molt poc.

Estava disposada a deixar-se cuidar "fins a un cert punt". Per exemple, amb les eventuais atencions quotidianes dels fills o parents, en la mesura que li feien la vida més agradable. Això sí que ho agraiïa (i de vegades li va faltar). Però més enllà no. Per molt que la religió l'instés a domesticar el seu orgull, o que li exaltés les pràctiques de mortificació, allò, aquella humiliació, aquella exposició, aquella falta

d'intimitat, no la volia de cap manera. Ni aquella, ni en un grau més lleu.

Era independent, orgullosa, presumida, i totes les seves capes d'educació i religió eren del tot insuficients per imposar-se sobre aquells trets tan marcats del seu temperament. Per això, després d'haver viscut l'experiència del meu pare, quan pensava que algun dia podia arribar a un estat semblant (encara que no fos tan greu), i haver de passar per una experiència d'aquell tipus "com a cuidada", li venien tots els mals. La possibilitat de perdre la seva independència, i amb la pèrdua d'independència perdre la intimitat, l'espantava. (2)

I tal com ja he dit abans, quan es va anar adonant que s'acostava a aquells terrenys perillosos, quan li va anar augmentant la por, va anar relliscant un altre cop, aquesta vegada lentament, cap als estats depressius.

--

(1) M'hauria agradat que al meu pare se li hagués facilitat la mort, o com a mínim, que no se li hagués curat res, per tal d'afavorir que la mort li hagués pogut arribar amb més facilitat, més aviat. I això no es va fer: estant ja molt malament, va passar gripes i pneumònies, amb motiu de les quals s'avisava el metge i se'l medicava (i alguna vegada també es va forçar l'alimentació). Haver-ne estat còmplice és un pes que arrossego.

(2) Tornar-se dependent era pitjor que la mort "si més no en el seu cas". Ho dic així perquè és obvi que, en el cas del meu pare, la meua mare no ho va raonar d'aquesta manera. Va preferir (o ho va trobar normal o inevitable) que ell visqués el màxim de temps, encara que fos d'aquella manera tan lamentable.

## 9.4 - Em vaig alegrar de la seva mort

"Jo amaria més, si plaïa a Déu, de partir d'aquest món que estar-hi llongament, car no hi haguí jamás sinó dolor e misèria, e en l'altre món no trobaré sinó que gloria."  
Ramon de Perellós (1)

Potser no era inevitable, que la meva mare morís quan va morir. Crec que la meva mare tenia ganes de viure, quan va morir. Encara que potser costi d'entendre, em vaig alegrar de la seva mort. Miraré d'explicar cada un d'aquests tres punts.

1- Potser no era inevitable, que la meva mare morís quan va morir.

La meva mare va morir quan es va decidir no fer més esforços per a conservar-la amb vida. Dic això, "què es va decidir", perquè de fet a ella se li va explicar, més que consultar. La decisió la vam prendre els fills, comptant també amb el parer de la seva germana, amb la que estaven molt unides. Crec que en aquell moment la idea que teníem, cadascú dels implicats, de la situació de la meva mare i de les seves possibilitats de viure, potser no era ben bé la mateixa.

Jo crec que la meva mare encara tenia opcions de sobreviure, superar aquell punt crític, tornar cap a casa i viure potser uns anys més. Potser aquestes opcions eren poques, o poquíssimes, potser inexistents, però jo crec que hi eren. Més ben dit, com que desconec si hi eren, haig de contemplar la possibilitat que hi fossin.

De fet, en aquell moment els metges no eren encara partidaris de tirar la tovallola. No tinc clar fins a quin punt la seva postura era estrictament mèdica, o en part política; és a dir, no sé si actuaven seguint una mena de protocol no escrit que, en casos, així aconsella optar per l'excés intervencionista, per tal d'evitar eventuais reclamacions "de no haver fet tot el possible" per a salvar la vida del malalt.

2- Crec que quan va morir, la meva mare tenia ganes de viure.

Quan va morir la meva estava "en un estat alterat de la consciència", des d'un punt de vista màdic: molt eufòrica, feliç, contentíssima, xerraire, vital, manaire...

Tenint en compte que portava més d'un any enfonsant-se progressivament en un estat depressiu, cada cop més intens i profund, se m'acudeixen un parell d'explicacions, en relació amb aquell pas tan sobtat a l'eufòria.

D'una banda, la consciència que la vida li penjava d'un fil, que la situació era excepcional, límit. D'una altra banda, l'eventual efecte d'alguna combinació del munt de medicaments que li administraven a dojo aquells dies, al quiròfan i a la UCI. O una combinació dels dos factors.

En qualsevol cas, en aquell estat, si llavors se li hagués preguntat directament, sense cap reflexió afegida (cal remarcar-ho, "sense cap reflexió afegida"), si volia que els metges seguissin intentant salvar-li la vida, estic gairebé convençut que hauria dit que sí.

3- Encara que potser costi d'entendre, em vaig alegrar de la seva mort.

Malgrat que la mort de la meva mare potser no fos del tot inevitable, malgrat la seva vitalitat i el seu estat d'eufòria en aquell últim moment, vaig estar content que es morís. Perquè em feia molta por la vida que l'esperava, a partir de llavors, en cas de sobreviure.

Per dir-ho des de la seva perspectiva religiosa de la vida i amb una mica de poesia: crec que Déu, que darrerament li anava posant proves d'una dificultat creixent (a banda de totes les que li havia anat posant al llarg de la vida), compadit dels seus patiments i de l'aspra de la vida que li tocava viure, llavors va decidir ser misericordiós i estalviar-li el calvari que l'esperava.

Vaig estar content, a més, perquè la meva mare va morir com volia, lúcida, conscient de la imminència del seu final. Rebut l'assistència espiritual que desitjava, preparant-se cristianament per a la mort. I vaig estar també content perquè va morir amb el cap clar, repartint consells a tort i a dret als fills i als nets, tal com sempre havia dit que volia fer abans de morir. (2) (3)

Vaig estar content per més motius. Sobretot, perquè jo era molt conscient que, després d'aquells dos darrers dies inesperats d'eufòria exultant, si hagués sobreviscut, al cap de poc hauria vingut la inexorable davallada. Tant a causa del desgast provocat per l'eufòria, com per la confrontació amb la realitat que s'hauria trobat.

De l'hospital n'hauria sortit, segur, pitjor del que hi havia entrat. I si abans de l'operació ja l'espantava la perspectiva d'anar-se envellint i fent-se dependent, sens dubte s'hauria trobat que el pas per l'hospital l'havia fet davallar, de cop, uns quants graons més respecte de la seva anterior autonomia.

Viure se li hauria fet molt feixuc. La seva vida hauria sigut encara més dura que la del meu pare. Perquè el meu pare (a causa de la seva demència) suposo que moltes estones no era conscient de la seva situació, mentre que la meva mare hauria hagut de contemplar com ella s'anava consumint, com necessitava cada vegada més l'ajuda dels altres... Ella, que sempre havia volgut ajudar els altres, i que a la vegada no suportava, l'aterria, la deprimia (literalment, psiquiàtricament), que l'haguessin d'ajudar, sobretot, en tot allò relacionat amb la pròpia autonomia i higiene personal.

De vegades deia que aquesta falta d'acceptació de la seva situació, d'allò que des del seu punt de vista era la voluntat divina, era orgull, falta d'humilitat. Tenia interioritzat que això eren defectes, pecats. I aquest conflicte emocional i moral, aquest sentit de culpabilitat, feia que encara patís més. Tot feia pila en contra seu.

Per tots aquests motius, vaig estar content que llavors es morís. (4)

--

(1) Ramon de Perellós. Viatge al purgatori (ca. 1398). Edicions 62, 1988, a cura de Jordi Tiñena

(2) Després d'aquella fase eufòrica i lúcida es va iniciar l'augment progressiu de la sedació, per tal que no patís, cosa que va provocar la seva pèrdua de consciència.

(3) És cert que no va poder morir a casa, tal com també volia, però estic segur que si ella hagués hagut de triar entre els seus diferents desitjos hauria prioritzat allò que va tenir: l'assistència espiritual i l'acomiadament familiar. Una altra cosa és que potser fins i tot el morir a casa s'hauria pogut intentar; sempre ens podem capficar, amb les coses que en un moment determinat "hauríem pogut fer millor", però aquesta actitud (capficar-se amb el passat) no serveix de res, i segurament ja vam fer prou intentant gestionar el millor que vam poder aquella situació.

(4) El cert és que a partir d'un moment determinat de la seva estada a l'hospital (que ara no sé concretar), al veure com s'anava deteriorant el seu estat de forma progressiva i greu, imaginant l'escenari hostil que l'esperava si se'n sortia, vaig anar tenint aquest sentiment, aquest desig que no se'n sortís. I també és cert que llavors vaig mirar d'afavorir aquest desenllaç, procurant convèncer alguns germans indecisos. I després, junts, vam poder exigir als metges que no la mortifiquessin més i la deixessin morir en pau. De tot això no em penedeixo de res.

## 9.5 - Respectar la seva voluntat

"Ecoltar és un art del qual pocs són capaços. Mai escoltem, realment. La paraula té un so i quan escoltem el so l'interpretem, tractem d'interpretar-lo segons el nostre propi llenguatge o tradició. No escoltem mai amb profunditat, sense distorsió." Jiddu Krishnamurti (1)

Abans ja he plantejat la pregunta de fins a quin punt, a l'hora de morir la meva mare, es va respectar o no la seva voluntat. El cert és que no ho sé, no trobo que sigui una pregunta fàcil de respondre, i menys de manera categòrica. D'entrada (també ho he dit abans), crec que els desitjos i les disposicions de la meva mare s'havien d'entendre com el conjunt del què deia en els diferents papers que va escriure sobre aquest tema, més totes les converses en què també s'hi referia (uns papers i converses que no sempre reflectien un mateix criteri).

I encara caldria afegir-hi els seus esguards silenciosos, uns dius vius i uns altres més apagats, ja que és possible que, sovint, fossin un reflex encara més fidel dels seus temors i desitjos.

No és fàcil, condensar tot això, papers, converses, mirades i silencis, en una idea senzilla, lineal i clara.

Faig un incís. De fet, el que em sembla és que de vegades és molt complicat, respectar "del tot" la voluntat d'algú. Perquè és habitual que la voluntat d'una persona no sigui monolítica sinó plural, és a dir, que contingui un conjunt de petites voluntats, que potser no sempre viuen en feliç harmonia. De manera que de vegades són de mal satisfer, totes alhora. O impossible.

Normalment totes les persones tenim voluntats que es contradiuen poc o molt. I a algunes persones això els passa amb més intensitat. De les diferents voluntats que a causa de la seva especial manera de ser tenia la meva mare, quina o quines era millor que els altres procuréssim afavorir?

Posaré l'exemple per a mi més clar, i alhora més conflictiu: la meva mare volia patir i no patir, les dues coses. No m'estendré ara sobre el desig de patir (ja n'he parlat prou abans), només diré que aquest desig era coherent amb les seves conviccions religioses.

El meu jo racional entenia els motius (coherents amb les seves creences) que tenia la meva mare per a voler patir. Però alhora, el meu jo emocional patia amb el seu patiment, durant els moments (els dies, o les llargues temporades), en què sobretot la dominava el seu desig, de vegades infructuós, de vegades desesperat (sóc conscient de la rotunditat de l'adjectiu), d'evitar qualsevol patiment.

Conscient d'aquestes dues voluntats oposades, en el moment crític que estava en joc la seva vida no em va costar decantar-me a favor de l'opció d'apaivagar el patiment, en lloc de tenir en compte el món de les seves idees i les seves creences.

Resumint. A banda que la meva mare morís amb l'assistència espiritual que desitjava i envoltada de la família com volia, a banda que no morís a casa tal com li hauria agradat, el cert és que, pel que fa al moment que es va decidir tirar la tovallola i no fer més esforços per a conservar-li la vida no sé si es va respectar o no la seva voluntat. Crec, a més, que és impossible respondre de forma categòrica.

Des de la perspectiva emocional que jo ho vaig viure i recordo, crec que es va

respectar la seva voluntat en conjunt més espontània, més poderosa, més global. Des de la perspectiva d'altres germans, que compartien amb ella les seves conviccions religioses, no ho sé. Si de cas, haurien de ser ells, els que fessin aquesta valoració.

--

(1) [www.jkrishnamurti.org](http://www.jkrishnamurti.org)

## 9.6 - L'infern

"Des del punt de vista dels neurotransmissors, sembla clar que les experiències espirituals, religioses o místiques van acompanyades d'una disminució de la serotonina i d'un corresponent augment de la dopamina (...) d'aquí ve que aquestes experiències siguin semblants a les que s'obtenen amb la ingesta d'enteògens com la LSD, la psilocibina, la DMT o la mescalina." Francisco J. Rubia (1)

Ja he explicat que en relació al fet que poc abans de morir la meva mare entrés en una fase eufòrica podia estar relacionat amb el còctel farmacològic hospitalari d'aquells dies, i també, amb la consciència de la proximitat de la mort. També he dit que el seu estat d'eufòria llavors era intens, un estat d'immensa felicitat, de plenitud.

Poc abans d'aquest canvi, potser un o dos dies abans (no ho recordo bé), la meva mare va passar per un altre estat alterat de la consciència completament diferent. Perquè els estats alterats de la consciència poden ser de dos tipus: lluminosos, expansius, inefables, o de signe contrari, foscos, terrorífics.

A dins de l'UCI, en alguns moments la meva mare va sentir que s'obria un forat a sota seu, i que queia cap avall, cap a l'infern. Sentia que el dimoni l'estirava. Ho vivia d'una manera tan real que la meva tia explica que, fent-li companyia a l'UCI, la meva mare, entubada per tot arreu, amb el braç intentava apartar-la de la seva vora. Per tal de protegir-la, per evitar que a la seva germana també l'engolís l'infern.

La meva tia s'emociona, quan parla d'aquella actitud protectora de la meva mare, capaç de tenir present a la seva germana en mig del deliri infernal. A mi també m'emociona, trobo que aquesta actitud protectora era un tret significatiu de la meva mare, que llavors es manifestava en aquella situació extrema, però que en circumstàncies més ordinàries i quotidianes també es manifestava. Era un dels motius pels quals es feia estimar.

En l'argot dels consumidors d'LSD o d'altres substàncies psicoactives, allò era "un mal viatge", segurament el pitjor dels mals viatges que pogués viure la meva mare, ja que tota la seva vida el seu gran objectiu havia sigut poder anar al cel. Anar-hi ella i totes les persones que estimava, començant pel seu marit i els seus fills. I resulta que llavors, vorejant la mort, patia aquelles al·lucinacions dantesques, òbviament provocades pels medicaments que li donaven.

"La Sagrada Escritura menciona el fuego: fuego real y verdadero, según la doctrina general de los teólogos y doctores de la Iglesia. (...) ¡Y qué horrible será para el condenado la compañía de los demonios, que, a modo de monstruos amenazadores, continuamente le llenarán de espanto! (...) Los tormentos no se acabarán jamás, durarán para siempre. Pasarán años y siglos y millones de siglos y ese reloj marcará continuamente la misma hora: serán atormentados los réprobos día y noche por los siglos de los siglos." (2)

He inclòs aquesta cita per dibuixar bé la idea d'infern que s'inclucava a les criatures quan la meva mare era petita. Pertany a un catecisme publicat quan la meva mare anava al col·legi, un col·legi de monges. De fet, el catecisme de l'Església actualment vigent, publicat el 1997, amb un llenguatge menys florit segueix dient essencialment el mateix. Un catecisme que, des que es va publicar, la meva mare sempre el tenia a l'abast:

"La enseñanza de la Iglesia afirma la existencia del infierno y su

eternidad. Las almas de los que mueren en estado de pecado mortal descienden a los infiernos inmediatamente después de la muerte y allí sufren las penas del infierno, 'el fuego eterno'. (3)

No tinc cap mena de dubte que qualsevol "visió sobrenatural" (o al.lucinació) que puguem tenir s'alimenta de la base de dades d'imatges, sons i experiències que tenim a dins del cap. És a dir, a un catòlic se li pot "aparèixer" la Mare de Déu, i a un musulmà Mahoma, però no a l'inrevés. I si el que apareix és l'infern és perquè abans ens han parlat i ens han fet por amb l'infern:

"Hay infierno (...) Te la voy a repetir: ¡hay infierno!" Camino 749\*

Al marge dels desencadenants de les al.lucinacions (ja sigui, segons els casos, patir una malaltia mental, el consum de substàncies psicoactives, la pràctica de determinats rituals, els dejunis, etc.) "les formes concretes" de les al.lucinacions sempre estan relacionades amb la pròpia cultura: visions de deus misericordiosos o justiciers, d'àngels, dimonis o el que sigui, etc.

L'al.lucinació de l'infern de la meva mare no era gens festiva, el dimoni no era un dimoni divertit com el de les representacions dels Pastorets, tan populars quan ella era petita. No, els dimonis eren "monstres amenaçadors", el foc de l'infern era "real i veritable". L'al.lucinació, per tant, era terrorífica. I aquesta idea de l'infern l'havia acompanyat tota la vida. (4) (5)

Suposo que aquesta etapa final tan terrible de les al.lucinacions de la meva mare va contribuir a què la següent, per contrast, fos encara més resplendent, expansiva i feliç.

En unes hores, va passar de la por de l'infern a les portes del cel. Potser aquella última etapa, breu però plena i lluminosa, va ser la millor o de les millors de la seva vida: després d'haver sortit de la depressió, després d'haver conjurat el perill de l'infern, llavors estava eufòrica i a punt de veure Déu.

Era un gran moment per morir-se.

--

(1) Francisco J. Rubia. El cerebro espiritual. Fragmenta Editorial, 2015 (p. 120)

(2) Daniel Llorente (bisbe auxiliar de l'arquebisbe de Burgos). Catecismo explicado con gráficos y ejemplos. Imprenta y Librería Casa Martín, Valladolid, 1944 (7a. edició, la primera deu ser de com a mínim 10 anys abans). De catecismes "no oficials" com aquest i de continguts molt semblants llavors en circulaven de diferents.

(3) Catecismo de la Iglesia Católica. [www.vatican.va/archive/catechism\\_sp/index\\_sp.html](http://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html) (2015)

(4) Ves per on, el meu pare havia fet de dimoni, quan de petit feia els Pastorets, i a la meva mare, rient, li agradava explicar-ho.

(5) No és només una qüestió religiosa: de creences no religioses que eventualment ens empetiteixen o acovardeixen també n'hi ha. Parlar de tot això (dels tipus d'interioritzacions) també és parlar de riscs emocionals, de perills de depressions. O d'antídots.

## 9.7 - Vellea i depressions

"Podria ser que la veritat fos trista." Ernest Renan (1)

En teoria, fer-te gran no hauria de suposar un augment del risc de patir una depressió. Una cosa no ha d'acompanyar l'altra. Sobretot, si el deteriorament físic o mental (o els dos alhora) no són massa importants. De vegades és així: hi ha gent que mor a una edat avançada amb el cap clar i una bona o raonable autonomia física. Algunes persones tenen aquesta sort.

El normal, però, és que quan et fas gran també et facis vell, i quan dic fer-te vell vull dir que, "a més de fer anys", també et vagis deteriorant. Si tens aquesta mala sort (una mala sort generalitzada quan et fas gran), les possibilitats que acabis caient en una depressió augmenten. Sobretot si el deteriorament és greu.

Aquest és l'escenari. Arribes a una etapa de la vida en què els problemes de salut que van apareixent ja no es superen; es cronifiquen, i tenen tendència a empitjorar. Et vas adonant que els processos d'expansió i plenitud de la teva vida cada cop queden més lluny, en el passat. Vius un procés de contracció, de progressiva decadència, difícil, àrid, ingrat.

Endut per aquest procés de decrepitud, la vida cada cop té menys atractius, cada cop està més plena de molèsties, de manera que és fàcil, normal (inevitable) que vagin minvant les ganes de viure.

Una de les principals característiques (o la principal) d'una depressió és la manca de ganes de viure, de manera que fer-te vell és un terreny ben abonat perquè hi prosperi la depressió. O més ben dit, fer-te vell ve a ser el mateix que entrar de mica en mica en un procés depressiu. Si més no en general, perquè en l'envelliment també hi ha excepcions que confirmen la regla: aquelles persones que, malgrat acumular cada vegada més adversitats, limitacions, dolors i dependències, conserven les ganes de viure, sense deprimir-se.

De gent així n'hi ha, y també hi ha gent que sembla que té ganes de viure, i que potser el que té és, sobretot, por de morir... Però aquest és un altre tema, i com que és prou complicat, ara el deixo de banda.

Segueixo parlant en general. Arriba un punt en què el cos comença a fallar, o el cap, o els dos, cos i cap. De vegades de manera lenta, de vegades de manera accelerada i dramàtica. El futur s'encongeix, i es tenyeix de gris... i de manera soterrada tot això va passant factura emocional.

I aquest procés, de fet tan normal, biològicament i psicològicament normal, ens incomoda molt. No només si som la persona afectada, sinó també si som els seus familiars. O ens incomoda "com a societat en general". Ens hi revoltam, ho volem ocultar, ignorar, i una forma de fer-ho és l'intent de curar aquestes depressions de la vellesa amb els mateixos mitjans que totes les depressions: amb psicofàrmacs.

És un abordatge sobretot cosmètic. O anestèsic: s'adormen amb química els símptomes depressius. No es cura res, és només "un procés d'adormiment". Perquè les causes de la depressió en aquest cas són immodificables: ens fem vells, i la vida de vells (de persones cada cop més deteriorades i menys autònomes) no ens agrada. No ens agrada gens. Ens espanta.

Quan la meva mare va arribar a aquesta etapa de la vida no va descobrir les

depressions. Les va redescobri. I el retrobament li feia pànic: el retrobament d'aquella buidor, llavors acompanyada de la novetat de la decrepitud. Realimentant-se mútuament.

El progrés de la decadència era inevitable, inaturable, i la ineficàcia de la farmacologia per a superar la depressió estava garantida: si no havia funcionat durant dècades, mentre el seu cos encara era jove i ple de vitalitat, era absurd confiar en què llavors funcionés.

--

(1) Citat per Jorge Semprún a "Ejercicios de supervivencia"

## 10 Balanços

"El món és una màquina tan complexa que no es pot desmuntar amb un tornavís."  
*Amin Maalouf*

## 10.1 - Més cites

He començat aquests escrits amb tres reculls de cites de la meva mare. Després, a banda d'algunes cites seves més que he anat incorporant de tant en tant, he anat parlant d'ella des del meu punt de vista. Ara, potser per recordar-me també a mi mateix on estic, faré un parèntesi i tornaré a les seves cites, en aquest cas de temàtiques barrejades (la seva relació amb el meu pare, als seus estats emocionals, les seves tristeses, les medicacions, les seves vivències religioses...). I després d'aquesta petita immersió tornaré a reprendre el meu fil.

"M'estimava moltíssim, i intentava sempre que jo fos la dona dels seus somnis, sense acceptar-me tal com era."

"Analitzant algunes depressions d'amigues meves, m'adono que moltes tenen el mateix origen que la meva. Marits molt valuosos, conscients de la seva influència sobre la dona que estimen, marits que exigeixen més i més, sense adonar-se que ella ja fa el que pot i que per molta voluntat que hi posi mai arribarà a l'ideal d'ell. La culpa no és de ningú. O sí?"

"Li ho deia sempre: de les coses que faig, m'has de dir les dues que em surten bé i no les altres."

"En el meu cas concret puc dir amb tota seguretat que si hagués tingut l'ajuda d'un bon psicòleg la meva depressió no hauria durat el que va durar."

"Cap dels psiquiatres va demanar que el meu marit estigués present durant les visites, ell sempre es quedava a la sala d'espera. (...) Eren consells savis del psiquiatre: acceptar-me tal com sóc, posar en evidència els meus punts bons, però per què no ho comentava també al meu marit? D'això me'n queixo (...) Si haguessin implicat el meu marit potser la malaltia no hauria sigut tan persistent."

"Com fer-los entendre la meva impossibilitat psíquica d'anar a qualsevol esdeveniment que impliqués tractar amb gent? Si la majoria dels metges no tenen ni idea del que és una depressió, ¿hi havia alguna manera de fer-li-ho entendre al meu marit, que només dominava a la perfecció, això sí, tot el referent al seu negoci?"

"Importància del suport familiar. Ser entesa, no compadida."

"Per què la majoria de la gent, inclosos molts professionals de la medicina, no tenen ni idea del que és una depressió? 'Anima't': es pot tolerar que t'ho digui una persona normal, però no un professional, perquè la seva obligació és no parlar del que no sap."

"Esgotada sense fer res i incapaç de fer el mínim."

"Ara sé que la meva depressió tornarà. Tant de bo tingués la mateixa certesa, que s'acabarà, quan estic enfonsada en la depressió, en la desesperació."

"Al millor pastís i als bombons suïssos els trobava gust de depressió."

"Sembla impossible que pugui acabar-se l'infern, encara que

l'experiència demostra que més aviat o més tard torna la llum. Si un es pogués convèncer que allò s'acabarà, potser ja no existiria la malaltia."

"Durant les temporades maníacques tenia una gana terrible que compensava els temps depressius, quan perdia molts quilos encara que m'esforcés per menjar."

"Si et mediques, la vista, pel que sigui, queda desviada i és una aventura enfilat una agulla."

"Tinc por dels tractaments, perquè m'anul·len."

"Sempre anava amb la capseta de les pastilles a tot arreu."

"Què em va curar? L'últim cop, fa poc menys d'un any, va ser una operació de galindons. Va ser un dolor tan agut que potser per allò que 'un clau treu un altre clau' es va produir el canvi. També devia influir, suposo, que el darrer psiquiatre em va recomanar sessions d'electroxocs, i l'espant de la perspectiva ja em va fer efecte."

"Penso en els meus. Els que han viscut de refiló la meva malaltia, de refiló o submergits en ella durant les estones que estaven amb mi."

"Durant les llargues etapes amb depressions no donava guerra, no deia ni piu; per no poder, ni tan sols aconseguia plorar. No era millor marxar?"

"Penso que San Juan de la Cruz coneixia les depressions; és consolador que persones de tanta vàlua i tanta lletra sentin el mateix que jo. Qui no es consola és perquè no vol."

"Les creences religioses ajuden o poden ajudar."

"Vull pensar que la Verge és la meva mare, però no em produeix cap consol."

"Aquesta creu no em pot donar alegria perquè no li veig cap sentit. No sé identificar-me amb Crist ni sé parlar-li de mi i dels meus problemes. No n'he sabut mai."

"Sé que el meu sofriment té un sentit sobrenatural."

"Sense fe, aquesta malaltia no es pot suportar de cap manera, per això hi ha gent que es suïcida."

"No puc entendre que això ho escrivís jo. Com és possible que res del món no em produís la més mínima il·lusió?"

"Tornarà la depressió? No tornarà? Ves a saber."

## 10.2 - El seu llibre

(\*) "Diferents vegades, al sentir-me estable, vaig pensar en escriure sobre les meves depressions, però després tornaven..."

Tinc esteses pel damunt de la taula les notes de la meva mare. Me les miro, i em costa molt imaginar que d'aquest material ella n'hagués pogut treure un relat prou estructurat i d'unes mínimes dimensions que fessin viable la seva publicació.

Va fer diferents intents de desencallar el seu projecte. L'últim, segurament el més seriós, el va fer amb l'ajuda de la seva germana: de tant en tant se n'anaven les dues a una caseta que tenia la meva mare als Pirineus i allí, durant tres o quatre dies, algunes estones es dedicaven a l'ordenació de les notes que havien de configurar el futur llibre. Dic algunes estones, no tot el dia, perquè també feien passejades, excursions, llegien...

Ara penso que la meva mare potser hauria pogut avançar amb més facilitat si hagués plantejat els diferents capítols del seu llibre com si fossin cartes, ja que era el gènere que ella realment dominava. Segons els temes, cartes al marit, als fills, als metges, capellans, etc.

Tenia molta traça, escrivint cartes. Les cartes al director dels diaris, més aviat curtes, i les cartes en general llargues dirigides tant als familiars com a tota mena de persones: polítics, escriptors, presentadors, metges, bisbes... Tant les unes com les altres les escrivia amb facilitat, de vegades amb molta gràcia. En sabia.

A banda de la seva germana, jo potser també hauria pogut ajudar la meva mare a fer aquesta feina d'organització. D'aquesta eventual ajuda algun cop n'havíem parlat, però hi havia un problema: per a ella la possibilitat de parlar públicament de la seva bipolaritat era sobretot una ocasió per parlar de Déu, és a dir, una ocasió per fer apostolat. I això a mi no em motivava gens, al contrari.

Li deia que per descomptat ella havia d'escriure seguint el seu criteri, però que aquest tipus de llibre que volia fer per a mi no era atractiu. Que a mi em semblaria interessant un llibre en què aprofundís en els seus estats d'ànim, les seves vivències, les seves pors i dificultats. En els factors que considerava que l'ajudaven a mantenir-se estable, i també en els altres factors, els que la desestabilitzaven.

En aquest format, evidentment hi cabia el seu sentit religiós i sobrenatural de la vida, la importància que havia tingut durant les diferents fases de la malaltia, però li deia que si aquest aspecte esdevenia el principal protagonista, per a mi el projecte deixava de tenir interès.

No és que la meva mare no volgués parlar dels aspectes que he apuntat, per descomptat que no els volia ignorar. Queda prou clar en les seves notes; la meva mare era prou espavilada com per ignorar la importància de tot el seu context. A ella mateixa no li hauria interessat un relat només construït sobre les experiències religioses, per molt importants que fossin per a ella. No era això, era una qüestió de graus de protagonisme.

La seva germana era més flexible. A banda de compartir el sentiment religiós de la meva mare (tot i que amb importants discrepàncies), penso que la meva tia era més capaç "d'ajudar la meva mare a fer el que la meva mare volia fer", sense que li fos imprescindible compartir tot el contingut del projecte. La meva tia era molt més generosa i empàtica... s'estimava molt la meva mare (les dues s'estimaven molt) i

això ja era prou per ajudar-la en aquella aventura, sense plantejar-se les objeccions que jo em plantejava.

Discrepàncies al marge, el cert és que m'hauria agradat, que la meva mare hagués sigut capaç de dur a terme el seu projecte, ja que hauria sigut una gran font de satisfacció per a ella.

Pel que fa a les ajudes que hauria pogut tenir, val a dir que de fills que combregaven amb les seves creences no n'hi faltaven. Fills alhora amb el cap prou endreçat i capacitats per fer aquesta feina d'ajudar-la a organitzar-se. Però suposo que cadascú estava prou capficat amb les seves històries com per considerar important prendre's seriosament aquesta col.laboració. Aquesta iniciativa de la nostra mare.

A més, també és cert que hi havia un altre problema: la meva mare no sempre era fàcil de tractar, cosa que podia justificar la reticència a implicar-se en iniciatives seves.

El cas és que, per un motiu o un altre, cap dels fills la vam ajudar, i l'única persona que ho va fer va ser la seva germana.

## 10.3 - Viure engabiats

"Les persones depenen del contacte físic durant tota la seva vida. Des del naixement vetlla per l'enfortiment del sistema immunològic i per l'establiment de llaços afectius i de protecció i empara." Wilhelm Schmid (1)

Recordo fa anys que en una entrevista l'escriptora Isabel Allende explicava que quan l'ansietat la començava a dominar i es començava a sentir desbordada, li ho feia saber al seu marit. I llavors ell l'abraçava. Ella s'arraulia en els seus braços, i s'estaven així, quiets, en silenci, fins que ella de mica en mica s'anava asserenant. (2)

L'Isabel Allende en aquests casos era capaç de manifestar el seu moment de risc i la seva necessitat de ser acollida. I tenia la sort que el seu marit l'entenia i era capaç de donar-li el que a ella, en aquell moment, li feia falta.

La meva mare, una persona també apassionada i sensible com la Isabel Allende, a causa de la seva educació no estava acostumada a manifestar aquest tipus de necessitats. I el meu pare, a causa també de la seva educació, no era capaç de ser receptiu a aquella necessitat encoberta.

El cas és que a casa les abraçades no es prodigaven. Els fills també en vam rebre poques.

Des d'aquest punt de vista, tinc la sensació que la meva mare va viure tancada en una gàbia. Crec que si la meva mare no hagués contingut tant la seva afectuositat (la capacitat de demanar-la i la facilitat de donar-la), hauria pogut estar més a gust a la vida.

Per exemple, crec que si la meva mare ens hagués fet més abraçades, ens hagués parlat amb més calidesa, a banda de fer-nos a nosaltres aquest regal, també se l'hauria fet ella mateixa. Aquesta limitació seva considero que no va ser causada per la convivència amb el meu pare, tan disciplinat i distant, sinó que era una actitud que ja la va integrar de petita, ja era una característica seva quan es va casar.

Crec també que el meu pare, tot i ser tan diferent d'ella, en això era igual: va viure sempre amb la seva afectivitat engabiada, amb una màscara de rigidesa. D'ell puc dir el mateix que de la meva mare: no ens va prodigar unes abraçades que segur que hauríem agraït, i en no fer-nos-les, ell també va patir la pèrdua de no haver-nos-les fet.

Amb més abraçades i menys idees o creences segurament hauríem sigut tots més feliços. Vam adquirir altres competències ( importants, i que jo agraeixo molt), però la capacitat de ser càlids en les nostres relacions crec que molts dels germans no la dúiem a la motxilla (o a la maleta segons els casos) quan ens vam emancipar. Crec que és un aspecte que ha marcat la història familiar.

Després, cadascú ha fet el que ha pogut. Alguns, com jo, potser amb més dificultats.

--

(1) Wilhelm Schmid, Sosiego, Kairós, 2015 (p. 57)

(2) El seu segon marit, Willy Gordon.

## 10.4 - I si jo no hagués existit?

(\*) "Quan la dona malgrat fer tot el que pot no aconsegueix satisfer les aspiracions del marit, quan no pot arribar a ser com ell voldria que fos, quina altra alternativa li queda a ella, fora de la de refugiar-se en la depressió?"

Si la meva mare hagués fet una vida diferent jo segurament també seria diferent. I si la vida diferent l'hagués fet abans de néixer jo, jo no hauria existit. Per a algun germà meu aquest és l'argument suprem per no qüestionar el tipus de vida que va seguir la meva mare: "nosaltres existim". I de passada afegeixen que, per això, hem d'estar agraïts als nostres pares.

Jo no ho visc així. Als meus pares els agraeixo moltes coses, i algunes em dol no haver-les-hi agraït quan eren vius. Sí, els agraeixo moltes coses, però no el fet concret d'existir: plantejar-me la no existència no em fa ni fred ni calor. I què, si no hagués existit? Doncs no res, sobretot perquè "si no existís no podria enyorar l'existència". (1)

Explico tot això només per un motiu, per posar de manifest que des del meu punt de vista "l'existència dels fills" no ho justifica tot. Si la meva mare, en algun moment de la seva vida, hagués adoptat alguna decisió sobre el seu matrimoni amb l'objectiu de protegir la seva pròpia estabilitat emocional, hauria estat del tot legítim que ho hagués fet. I si ho hagués fet i a causa d'això jo, o alguns dels meus germans, o tots, no haguéssim existit, doncs em sembla irrellevant, intranscendent; precisament perquè no existiríem i, tal com ja he dit, "al no existir no podríem enyorar l'existència".

Això no vol dir que no estigui content d'existir. Procuro celebrar-ho cada dia, intento no viure estabornit per les rutines, vull ser conscient del fet de viure (procuro, intento, m'esforço... no sempre ho aconsegueixo). Però si algú em diu que, d'alguna manera, això justifica la vida difícil que va tenir la meva mare (el patiment que va acompanyar el seu matrimoni, les etapes fosques dels períodes depressius), si algú em diu això, doncs jo li contesto que no hi estic d'acord.

Una altra cosa és el cas dels fills "quan ja existeixen", a causa dels quals sí que, com a pares, ens podem veure obligats a moltes coses que per gust no hauríem triat mai. Però aquesta és una altra història, al marge que "també" fos la història de la meva mare.

--

(1) En canvi, segons Jesús Urteaga, el mossèn i escriptor de l'Opus que ja he esmentat anteriorment, els no concebuts sí que reclamen el dret a la vida: "¿No has oído nunca las voces que surgen de los no nacidos? Es un reino en el que solamente hay voces, griterío y ansiedad; voces, gritos y ansias que quisieran hacerse carne". Del tot desfermat, Urteaga fins i tot dóna veu personalitzada a aquests no concebuts: "¿Por qué no escucháis mis gritos?" (...) ¿No me oís? ¡Quiero vivir! (...) ¿Tampoco tu, madre, me quieres atender? ¡Madre, madre! (...) Nos habéis cerrado el paso, ¡padres cristianos! Que Dios os perdone". Això, després d'haver repetit la consigna habitual sobre la maternitat: "El proselitismo más eficaz que podéis llevar a cabo los padres cristianos es este: tener hijos, muchos hijos". No són cites descontextualitzades i espigolades, Jesús Urteaga dedica vuit pàgines a aquest tema a "Dios y los hijos" (Rialp, 1960, les cites: p. 35, 36, 37). És obvi que aquesta mena d'opinions (i de manipulacions emocionals) influïen en la meva mare. I per tant, també té sentit preguntar-se fins a quin punt les seves ganes de tenir molts fills eren espontànies o inculcades (aquest llibre era un dels que circulaven per casa).

## 10.5 - Per casualitat

"L'atzar no sap on va ni quines llavors sembra." Màrius Torres (1)

Una cosa és ser fill i una altra fer de fill. Arriba un punt que, si no t'hi poses d'esquena, ser-ho implica inexorablement fer-te la pregunta de com vols ser-ho. Si llavors mires de cara la situació que tens al davant, pots veure què passa. I a partir d'aquí, plantejar-te l'actitud que vols adoptar. Pots fer això, o mirar cap a una altra banda.

Jo vaig ser fill durant quaranta anys, i els onze següents vaig intentar fer de fill. Aquest període d'aquests últims anys es va iniciar una mica per casualitat, i a partir d'aleshores, el procés va anar seguint sol, de manera més aviat automatitzada. Feta la reflexió inicial, presa la decisió, ja no calia pensar sobre l'actitud adequada, sinó, a grans trets, només anar vivint el dia a dia.

És estrany que, a partir d'aquell punt inicial bastant arbitrari, en resultés una experiència per a mi tan important. Perquè és de les poques coses que crec que realment han donat un sentit, un sentit profund, a la meva vida. Aquesta i alguna més del mateix tipus.

Llavors, i també després, algunes persones de la família, i alguns amics, en alguna ocasió m'han dit que allò que havia fet era rellevant, especial. M'ho han valorat: aparèixer en l'escena familiar en aquell moment de crisi i, durant els anys següents, anar coordinant aquella situació, durant les diferents fases que es van anar encadenant.

No m'agrada gaire aquest discurs dels mèrits i els agraïments. I a més crec que en aquest cas no és l'adequat. La veritat, i ho dic ben convençut, és que vaig ser un afortunat al poder viure aquells anys al costat dels meus pares. També és veritat que al principi no n'era conscient, semblava que tot passava de manera desordenada, bastant confusa, sovint només amb la preocupació d'enfrontar les coses més immediates que calia gestionar. No hi havia temps per reflexionar.

Va ser de mica en mica, que va anar apareixent aquesta sensació de privilegi. Una sensació de privilegi que encara es va fer més evident, més gran, després de la mort dels meus pares, quan ells ja no hi eren. De fet, avui, deu anys després de la mort de la meva mare, encara tinc més aquesta sensació: per sort, es va produir "aquella casualitat" (o en plural, casualitats) que va fer que tornés a casa dels meus pares en aquell moment. No van ser només raonaments i decisions, hi va haver també molt atzar, en aquella tornada.

La vida és estranya. Crec que les coses més importants que he viscut sovint m'han passat bastant per casualitat. I, sovint, "en contra" de la meva voluntat (si més no d'entrada). I per acabar-ho d'embolicar, de vegades han sigut experiències que han anat acompanyades de diferents graus de sofriment. Quins embolics. (2)

La part bona és aquesta: han sigut reptes que en un moment donat m'han interpellat i que, en la mesura que he pogut reaccionar davant d'ells, en la mesura que he pogut assumir-los, m'han permès aprendre alguna cosa. De fet, crec que m'han permès ser una mica millor persona. Cosa que ves a saber què vol dir, però que jo ho concreto així: ser capaç d'estar més atent i de ser una mica compassiu.

Un últim apunt. Durant aquells anys no hi va haver només conflictes i sofriment, ni de bon tros. Sobretot amb la meva mare també vam compartir molts moments

gratificants, agradables, fàcils. Moments de tranquil.litat, de somriures, de complicitats. D'aquests moments no me n'oblido. Entre altres coses, perquè van ser, a banda de feliços, també ocasions d'aprenentatges i de creixement. Per sort, hi ha moltes maneres d'aprendre.

--

(1) Màrius Torres, Última rosa (fragment).

(2) Per exemple, la malaltia del meu pare la trobava (i la trobo) espantosa. És igual si penso en ell, o si la revisc a través de persones conegudes que l'han passat més recentment o que l'estan passant ara.

## 10.6 - El meu pare, temes pendents

"Comença pel començament -va dir el Rei de manera solemne-, continua amb la continuació i finalitza al final. I després, atura't." Lewis Carroll (1)

Algun cop algú m'ha dit que no sóc just quan parlo del meu pare, que tinc la tendència a fixar-me més en segons quins trets negatius (que a sobre exagero, o que potser fins i tot són més imaginaris que reals), mentre que alhora no valoro ni ressaltó prou d'altres aspectes més favorables. Si és cert el que em recreen, és més greu que si m'equivoqués en sentit contrari. Perquè posats a equivocar-nos, més val fer-ho a favor dels altres que no pas en contra.

Jo no compartia, per exemple, l'admiració del meu pare pel nacionalcatolicisme, però en canvi hi havia actituds seves que m'agradaven i respectava molt. De fet, penso que gairebé tots els valors que a mi m'han conformat i em serveixen per a donar sentit a la meua vida són els que em van transmetre ell i la meua mare. Alguns els he rebutjat (els més puritans, ritualistes, doctrinaris o reaccionaris), però d'altres no, són els seus: la importància de la sinceritat, de la lleialtat, de la compassió, de l'esforç, de la constància, de la generositat...

Els vivien aquests valors a través de la seva visió religiosa de la vida, i jo intento viure'ls a través de la meua visió no religiosa. Des del meu punt de vista, el que hi havia en comú era més sòlid que la discrepància.

Només per això, per aquests valors, ja els haig d'estar agraït. És veritat que de jove, quan vaig marxar de casa, no em feia aquesta reflexió, l'únic que volia era fugir, i amb aquest propòsit m'era difícil ser imparcial. Si carregava les tintes del que m'afeixugava dels pares, llavors m'era més fàcil agafar l'embranchida necessària per a independitzar-me:

"Protesta de tot i creu que els professors i nosaltres som injustos";  
"Segueix desconnectat de la família i normalment està de malhumor";  
"Segueix tancat en ell mateix i vol independitzar-se per fer el que vulgui";  
"Té una susceptibilitat molt accentuada".

Entre els meus quinze i vint anys, en diferents moments la meua mare escriu això de mi. M'hi reconec. I per tant, fer de pares de mi no els devia ser fàcil. Sobretot tenint en compte que no era fill únic i havien de pensar alhora en tots i cada un dels fills. Com que a més la meua mare a causa de les seves oscil.lacions emocionals de vegades estava com estava, el pes que de vegades havia d'aguantar el meu pare era encara més gran. (2)

D'adolescent als pares els veus pegues i pocs mèrits (suposo que aquest impuls basat en la simplificació argumental és saludable, ja que afavoreix l'emancipació). Després, amb els anys, vas relativitzant-ho tot, i ni et veus tan pimpollat i espavilat tu mateix ni tan censurables els altres. Fins i tot et vas adonant, de mica en mica, que en moltes coses els pares et passaven la mà per la cara.

El problema és que ja no hi són, i no els ho pots dir. (3)

--

(1) Alcía en el país de les meravelles.

(2) Quan tenia un fill la meua mare comprava una llibreta i hi anava apuntant el que li semblava més important de l'evolució d'aquest fill. Tants fills, tantes llibretes, tantes històries. Algunes més detallades, d'altres més teogràfiques, suposo que la dedicació condicionada, com tot, per les oscil.lacions emocionals d'ella. La meua llibreta l'hi vaig demanar uns anys després d'haver-me emancipat; em va

agradar molt llegir-la llavors, i estic content d'haver-la conservat fins ara.

(3) Un altre aspecte del meu pare que en el seu moment no vaig valorar prou va ser la seva confiança en mi. Això, tot i que de vegades no li ho vaig posar fàcil, amb alguna de les decisions que vaig prendre. Aquell sentiment meu (que ell confiava en mi), em va donar una seguretat que va ser molt important a l'hora d'enfrontar-me a la vida sense por.

## 10.7 - Continuació

"Conviure amb una persona maníaca és com caminar per un camp de mines sense saber quan l'altre pot explotar." Eberhard J. Wormer (1)

El tema d'aquests escrits són els problemes emocionals de la meva mare. Per això, excepte en l'escrit anterior, quan parlo del meu pare ho faig sempre en relació amb aquest aspecte concret. Ara bé, com que la incorporació del tema de l'escrit anterior la trobo oportuna (de cara a anar afegint peces rellevants a aquest complex trencaclosques), continuaré una mica més.

Totes les persones podem ser mirades des de diferents perspectives, en moments i situacions diferents, i per tant ser vistes també de maneres diferents. Per exemple, alguns dels meus germans, sobretot els més petits que jo, tenen un record del meu pare més càlid, més afectuós; el d'una persona igualment "de principis", però alhora més propera.

Crec que hi ha més d'una explicació per a aquests records o visions en part diferents. Una és que amb els anys el meu pare va anar evolucionant, es va anar convertint en una persona més cordial, més fàcil. Però jo aquest procés el vaig viure poc, perquè sobretot es devia produir durant els anys que vaig estar molt desvinculat de la família. I quan vaig tornar, "ell ja no era ell", estava perdent-se de manera irreversible pels laberints de l'alzheimer.

Una segona raó és la que ja he explicat al parlar de la meva actitud quan era adolescent, abans d'emancipar-me. Llavors jo no estava al cas de res, només m'ocupava de mi mateix, i en el meu pare només hi veia "la figura autoritària" que em posava límits. Era un adolescent rebel i la visió que tenia del meu pare era inevitablement esbiaixada.

Un altre motiu, posterior, va ser la visió polaritzada que vaig adoptar en relació als problemes emocionals de la meva mare quan en vaig començar a ser conscient. Des del meu punt de vista, ella era víctima de les expectatives del meu pare, de manera que el meu pare era culpable dels problemes d'ella.

Era una visió simplista, que tenia l'avantatge de justificar que no em plantejés una aproximació més exigent i amb més matisos a aquella complicada situació familiar. Una visió, una postura, suposo que afavorida perquè em sentia més unit a ella que a ell, de manera que, a causa d'aquesta complicitat, m'era més fàcil "estar a favor seu", d'ella.

Són tres factors diferents que suposo que expliquen que alguns aspectes del meu pare a mi em sigui més difícil tenir-los presents. Però que jo no els recordi, o que els recordi molt menys (ja sigui perquè no eren tan evidents abans d'emancipar-me, o perquè pel motiu que fos jo no els vaig saber veure), no vol dir que no existissin.

--

(1) Eberhard J. Wormer. Bipolar; depresión y manía. Robinbook, 2004 (p. 193)

## 10.8 - Un altre punt de vista

"És important tenir una comprensió empàtica de la dificultat que tenen molts homes (...) d'acceptar els qüestionaments, els canvis, els nous comportaments, la ruptura dels models de relació que els foren inculcats des de petits." Dolores Aleixandre, Magdalena Fontanals (1)

Que la forma de ser del meu pare estava condicionada per l'època en què va viure i l'educació que va rebre és evident. Quan durant el nacionalcatolicisme s'exaltava el model de dona subordinada al marit, es difonien dos missatges alhora: un dirigit a les dones, i un altre dirigit als seus marits. De manera que ells, si volien ser uns bons marits (segons el model imperant), havien d'aspirar a aquell estat de submissió de la dona, per tal d'exercir apropiadament l'autoritat de cap de família que se'ls assignava (en el millor dels casos exercint l'autoritat amb comprensió i mesura, però al capdavant exercint-la).

El resultat era, tal com deia la meua mare, que la majoria dels marits de les seves amigues eren com el meu pare. Ell no era cap excepció. El "normal" (estadísticament normal, majoritari) era que llavors els marits fossin així. (2)

En diferents moments he recollit cites amb la intenció de remarcar el pes que havien de suportar les dones com la meua mare en aquella època, a causa del rol que la societat i la religió els assignava. Ara n'afegeixo unes quantes més, de cites d'aquestes, tant o més contundents, però amb la proposta que siguin llegides d'una altra manera. Que siguin llegides des del punt de vista de les expectatives que llavors hi havia en relació amb el paper que els homes havien d'assumir. És a dir, que siguin llegides, no des d'un punt de vista actual, sinó "amb els ulls que les llegien" (o escoltaven) el meu pare i els marits de les amigues de la meua mare. Situades en aquell context nacionalcatòlic extravagant i masculista, avui per a nosaltres estrany i llunyà, però llavors ben real i omnipresent. En el context d'aquella societat que esperava que els marits fossin "precisament d'aquella manera":

"El cap de la família és el pare. (...) Tots els membres de la família han de respectar-lo. I tots l'han d'obeir." Luis Alabart Ballesteros.

"Una dona que estima al seu marit l'obeeix amb gust (...) Una obediència absoluta, tant envers el seu marit com envers el seu sogre i la seva sogra, és l'única cosa que pot posar a l'abric de tot vituperi una dona que compleixi, alhora, totes les seves altres obligacions." Federico Corominas, Valentín Moragas.

"Déu ha donat a l'home més qualitats de manar i a la dona més qualitats d'obeir. Déu ha fet la dona més dúctil, flexible, obedient, dòcil, submissa i condescendent; i l'home fort, inflexible, dominador, imperant." Remigio Vilariño.

"Les sufragistes han sigut un avortament de la Naturalesa." Antonio García Figar.

"Encara més, un món governat per dones podria ser un món millor, però seria un món al revés, al revés de com Déu el va planejar i el va voler." Quintín de Sariegos.

Les cites no són d'autors coneguts, però pertanyen a llibres publicats durant els anys cinquanta i seixanta, aquest és el seu interès. Els autors són capellans, religiosos de

diferents ordes i alguns metges. De llibres com aquests en circulaven molts, i el seu "mèrit" consistia en seguir reivindicant, a mitjans del segle XX (sota la protecció d'aquell nacionalcatolicisme caspós i repressiu), aquesta mena d'idees masclistes i misògines. (3)

Aquesta era "la feina pedagògica" que es feia aleshores des de les publicacions autoritzades. Dic autoritzades perquè, és clar, aquesta és una altra part de la història, la de tot allò que llavors no es podia dir ni escriure, que es censurava:

"La primera pena per a qui llegeix llibres prohibits és que llegint sense permís un llibre prohibit es comet un pecat mortal." Ludovico Fanfani (4)

"Tot allò que no s'oposi substancialment als punts de la Falange, a la figura del 'Caudillo', i al Catecisme del P. Astete, és lícit." Patricio González de Canales (5) (6)

Acabo amb una altra cita, ara de Joan-Carles Mèlich, que penso que pot servir per resumir el que he intentat explicar:

"Com va advertir Nietzsche, no hi ha fets sinó només interpretacions. Això no significa una mena de campí qui pugui, com moltes vegades es pensa, sinó que tot, en un univers humà, és en perspectiva, en situació, en relació." (7)

--

(1) "Quan les dones es senten creients i feministes". Col.lecció Cristianisme i Justícia, 1992 (p. 15)

(2) Això no vol dir que aquestes expectatives no es poguessin "defraudar", de fet hi havia qui les defraudava. Però les expectatives hi eren. I pesaven. I anar a contracorrent sempre costa més que seguir el corrent.

(3) Les cites pertanyen a la recopilació feta per Pedro Otero a "He aquí la esclava del señor" (Ediciones B, 2001). No adjunto les referències de les publicacions originals (que sí inclou Pedro Otero), per no sobredimensionar aquests peus de pàgina. Però de cites com aquestes en recull moltíssimes. Un parell de mostres més: "Podríem dir que l'organisme de la dona està al servei d'una matriu, mentre que l'organisme de l'home està al servei d'un cervell." Federico Arvesu (metge i jesuïta); "La forma corpòria de la dona que més convé biològicament és la que ve de gust a l'home per a les seves finalitats sexuals (...) És l'Eva que no presenta problemes al tocòleg i que no sap àlgebra." Antonio de la Granda (metge).

(4) Ludovico Fanfani. Teología para seglares, Volumen IV. Ediciones Studium. Madrid, 1959 (p. 126). És un dels llibres que estava a la biblioteca de casa dels meus pares.

(5) La cita la reproduïx Eduardo Ruiz Bautista a "Tiempo de censura. La represión editorial durante el franquismo", Ediciones Trea, 2008 (p. 52). Patricio González de Canales, llavors (1942) era el cap de la "Sección de Censura de Libros". Un exemple concret de censura: el 1969 va ser segrestat el llibre "Contrapunts al Camí", de mossèn Josep Dalmau (un llibre de comentaris sobre el "Camino" de mossèn Escrivá). I el 1975, el fiscal general de l'estat, Fernando Herrero Tejedor (de l'Opus), va ordenar segrestar i guillotinar, abans que arribessin a les llibreries, els 5.000 exemplars de l'edició en castellà del llibre.

(6) A les persones que combregaven amb les idees polítiques i religioses del franquisme (i eren moltes, més de les que ara ho volen reconèixer) aquella propaganda masclista (i aquella falta de llibertat d'expressió) ja els anava bé. Era el cas del meu pare, que pel que fa a la submissió de la dona ja deia coses semblants quan abans de casar-se escrivia a la meua mare. I de fet es pot dir que també era el cas de la meua mare (tot i que la seva acceptació era més complicada, amb dubtes, contradiccions internes, etc.), ja que malgrat haver rebut aquelles cartes es va casar amb ell.

(7) Filosofia de l'estiu. Culturas, La Vanguardia, 15/07/2017

## 10.9 - No hi ha culpables

"Segons el meu parer, tots els trastorns mentals tenen a veure amb trastorns en la relació. I s'ha de veure quines relacions poden estar alterades: les familiars, les escolars, les dels amics... N'hem de parlar però sense culpar ningú." Jorge L. Tizón (1)

En aquesta història (aquest relatat sobre la meva mare vist des de la meva subjectiva perspectiva) hi ha víctimes, però crec que no hi ha culpables. Tot el dolor que hi ha crec que és més fruit de les limitacions de cadascú, les pors i les inseguretats, que de cap altra cosa.

Des del meu punt de vista tothom es preocupava del bé de la meva mare... però, aquest era el problema, es feia sense tenir-la massa en compte "a ella". De fet, ella era la primera enganyada (pels altres), i autoenganyada (per ella mateixa): interioritzava que el seu bé era "allò que els altres consideraven que era el seu bé".

La culpa i la responsabilitat són coses diferents. I és des de l'àmbit de les responsabilitats, de les relacions, de les causes, que a mi em sembla positiu parlar del passat. No amb cap ànim acusador, sinó amb la voluntat d'entendre una mica més les coses, les nostres complexitats i contradiccions, les nostres misèries, les nostres impotències i vulnerabilitats. I les conseqüències que se'n poden derivar. (2)

Ho remarco: pel que fa als problemes emocionals de la meva mare, em sembla fora de lloc buscar presumptes culpables dels seus problemes. I per descomptat crec que això no toca si penso en el protagonisme del meu pare en la vida d'ella. És obvi que, tal com ja he dit abans, la forma de ser del meu pare, i la seva relació amb la meva mare, estava condicionada per l'època en què va viure i l'educació que havia rebut. (3)

A més, ell també era una víctima. Víctima en primer lloc de la seva incapacitat de veure "realment" la meva mare, amb tot el que això va suposar per a la seva vida, la dels dos. Va patir ella, i va patir ell: la vida al costat d'ella no va ser gens fàcil.

Encara que potser no ho sembli (a la vista d'alguna de les coses que he dit d'ell en algun altre moment), sento pel meu pare un gran respecte i una immensa tendresa. Per tota la seva vida al costat de la meva mare, intentant gestionar aquell embolic de tan mal gestionar: d'una banda la seva idea de com havia de ser la meva mare, d'altra la meva mare real.

I alhora, tots els altres embolics familiars, cada fill un embolic, i ell procurant que tots tiréssim endavant.

Em commou pensar en ell... i sobretot sento una compassió immensa al recordar els darrers anys de la seva vida, terribles. Tan desvalgut, tan derrotat, tan anul·lat per la malaltia. La llarga agonia del meu pare em va marcar, m'ha marcat profundament.

--

(1) Ara, 31-5-2015

(2) De fet, crec que la paraula culpabilitat s'hauria de fer servir només en l'àmbit judicial, en el qual evidentment no és que estigui justificada, sinó que és imprescindible. Però el seu ús i abús en les relacions familiars sovint el que fa és complicar encara més situacions ja complicades.

(3) M. Lavilla, D. Molina i B. López ho expliquen així: "Les dificultats per acceptar la realitat provenen del fet que tenim un esquema o concepte de com haurien de ser les coses, que hem adquirit en el nostre entorn familiar o social i que hem donat per vàlid. (...) Per exemple, hi ha parelles en conflicte les dificultats de les quals provenen d'expectatives idealitzades de com l'altre s'ha de comportar." Mindfulness, o cómo practicar el aquí i el ahora; Paidós, 2008 (p. 59).

## 10.10 - Un altre cop: no hi ha culpables

"Com més gran és el dolor, més déus necessitem." John Lennon

Abans ja he remarcat que un altre referent del complicat trencaclosques emocional de la meva mare era l'Opus. Com en el cas del meu pare, encara que estableixi vincles entre la malaltia de la meva mare i la influència de l'Opus, a cap de les persones de l'Opus amb qui ella es relacionava no la considero culpable dels seus problemes. Crec que, de cara a ella, aquestes persones van actuar sempre de bona fe, convençudes que feien les coses "com calia fer-les", perquè eren les millors per a la meva mare, perquè Déu ho volia així, etc.

Que des del meu punt de vista alguns d'aquells criteris fossin malaltissos, opressors, reaccionaris, etc. és una cosa... i una altra cosa és que tot això pot ser compatible amb una actuació de bona fe.

De fet, malgrat la poca simpatia que li tinc, ahora també puc sentir tendresa envers mossèn Escrivá. Només cal que me l'imagini convençut d'haver sigut escollit per Déu per dur a terme aquell projecte diví, l'Opus, segons ell tan innovador. Per a mi, que no crec en res sobrenatural, i ho dic sense cap mena d'ironia, és entenedridor veure com una persona es pot arribar a construir un sistema de creences com el de mossèn Escrivá (o el de la meva mare). (1)

La gent de l'Opus que tenia relació amb la meva mare a grans trets era com mossèn Escrivá: gent amb les mateixes creences sobrenaturals, unes escales de valors semblants i disposada a viure segons elles. Les que vaig conèixer crec que eren persones honestes.

Persones que gràcies a la seva fe vivien en un món de certeses, sense la necessitat de platejar-se segons quines preguntes. Les seves creences incloïen les respostes necessàries per anar vivint, i si sorgia alguna contradicció, algun dubte o alguna resistència, només els calia consultar a la persona adequada el criteri correcte. I assumir-lo:

"No amas la obediencia, si no amas de veras el mandato, si no amas de veras lo que te han mandado." Surco, 375

Aquest món per a mi és estrany i llunyà (però no incompreensible, són coses diferents). I quan penso no en idees sinó en persones concretes (aquella, l'altra...), aquestes persones sovint em generen tendresa. Perquè al final, tot això de les creences (del tipus que siguin) només són accessoris, i en el fons tots som iguals, cadascú amb les nostres invencions, desvalguts, fràgils, perduts en mig d'aquesta aventura d'existir, d'aquesta aventura tan estranya. (2)

Tots intentant ser més o menys coherents, i ahora plens d'aspectes prosaics i contradiccions, com per exemple quan mossèn Escrivá es canviava el nom i també el cognom, ell que pregonava la naturalitat i la senzillesa... Al final, sants o trinxeraires, tots ens assemblem molt. (3)

--

(1) M'és tan entenedridor com per al Miguel Delibes ho era la figura de Don Justo del Espíritu Santo, un dels personatges de les seves "Viejas historias de Castilla la Vieja" (Alianza Editorial, 1969), i que a mi em recorda el fervor amb què la meva mare seguia el procés de beatificació i santificació de mossèn Escrivá: "Don Justo del Espíritu Santo publicaba trimestralmente la hojita en loor de la martir Sisina y en ella dejaba constancia de los favores recibidos. (...) Aún recuerdo que en la hojita del último trimestre del año once, el Antonio agradecía a la mártir Sisina su intercesión para encontrar una perdiz alicorta

que se le amonó entre las jaras (...) Todas estas gracias significaban que la joven Sisina, mártir de la pureza, velaba desde Arriba por sus convecinos y ellos correspondían enviando al párroco un donativo de diez céntimos y en casos especiales, de un real, para cooperar a su beatificación."

(2) Crec que la fe, religiosa o laica, en la mesura que és un "prejudici" no afavoreix al pensament racional. També és cert que sense fe (la que sigui) costa molt viure. Segurament és impossible (d'aquesta necessitat de la fe ja n'he parlat al capítol "Creure"). Un altre tema és el tipus concret de fe/prejudicis que cadascú interioritzem.

(3) O com quan escrivia de manera servil al Franco demanat-li favors: "Se trata de la petición que, a instancias de su Embajador ante la Santa Sede, tenemos presentada en el Ministerio de Asuntos Exteriores solicitando ayuda para la construcción de nuestro Colegio Romano de la Santa Cruz (...) donde van a reunirse católicos de todo el mundo en un ambiente cristiano y español. (...) No he de encarecerle, mi General, lo que es para la Iglesia y para España el Opus Dei. (...) No olvide, mi General que aun cuando se trata de una institución católica, aquí y en todas partes detrás del Opus Dei se ve a España. (...) Este año, en Italia, hemos tenido un centenar de vocaciones; todos ellos aprenden español y aman a España". (8-8-1949).

## 10.11 - Protagonistes i còmplices

"Només és possible redefinir una relació després que aquesta relació hagi estat definida clarament." M. Selvini (1)

La meva mare de vegades era conscient de la influència del meu pare, pel que fa als seus problemes emocionals, però en canvi, era poc conscient del paper de la religió, en aquest sentit.

És cert que alguna vegada potser es queixava (per exemple del masclisme de mossèn Escrivá), però sempre era una queixa molt continguda: l'Església en general, i l'Opus en particular, eren "obra de Déu" i, per tant, encara que hi veiés alguna cosa que la disgustava, com ara alguns trets discriminadors cap a les dones, no era motiu de ninguna oposició seriosa. La capacitat que tenia de vegades per veure la seva situació matrimonial "des de fora" no la tenia per veure, també des de fora, la seva situació religiosa.

Ja he exposat abans el doble missatge que li arribava a la meva mare. D'una banda, que havia d'aspirar sempre a l'excel·lència. I d'una altra banda, que s'havia d'agafar la vida més relaxadament, que no havia de ser tan autoexigent, per tal d'evitar els estats de frustració i d'ansietat que tant la perjudicaven.

Les persones concretes de l'Opus que ella tenia com a referents suposo que no eren gaire conscients d'aquest doble missatge, ni del conflicte que a ella li generaven aquests consells contradictoris, incompatibles.

Per part del meu pare no se si hi havia també un doble discurs, no ho tinc clar; potser en el seu cas no era així, i la seva claredat, la seva falta d'ambivalència, feien que quedés més exposat i que, per tant, fos l'objectiu principal de les queixes de la meva mare.

Crec, per tant, que la meva mare tenia raó quan relacionava el meu pare amb les seves depressions. Però també crec que encara n'hauria tingut més si aquesta relació l'hagués fet extensiva a les persones de l'Opus amb qui tractava. Però no era així.

Per exemple: ja he parlat abans que, uns i altres (marit i entorn religiós), compartien el punt de vista que els problemes emocionals de la meva mare no tenien cap dimensió "sistèmica", relacional. Sobre aquest tema, no dubtaven: ella havia de canviar, ella havia de curar-se, ella...

És a dir, ningú no es plantejava (ni marit ni entorn religiós), que potser, a banda d'allò que hagués de canviar ella, "també hi havia altres coses que havien de canviar". Ningú ho pensava, això. I el resulta era que la confusió, els malestars i la desampara de la meva mare encara eren més grans. (2)

Que aquesta actitud "desentesa" d'uns i altres fos a causa d'ignorància, d'incapacitat o de comoditat, això ja és un altre tema. És possible que fos una barreja de tot plegat.

--

(1) M. Selvini i altres. Paradoja y contraparadoja. Paidós, 1988 (p. 43)

(2) A la llista, junt amb el meu pare i la gent de l'Opus, també hi caldria afegir els psiquiatres; d'ells i en aquest sentit ja n'he parlat també abans, al capítol "Consells i contradiccions".

## 10.12 - Eren altres temps

"Encara que la nostra identitat femenina (...) és el resultat d'una història humana de segles i el producte de la família que ens ha tocat, el canvi i el rescat del forat negre de la depressió és tant una feina com una responsabilitat que hem d'assumir, en primer lloc, cada una de nosaltres." Emilce Dio Bleichmar (1)

En els capítols anteriors he dit que aquesta història no la veig com una història de culpables i víctimes. Entenc que aquest plantejament pot decebre algú, ja que sovint ens agraden més les simplificacions que els matisos. De fet, potser jo de vegades també hi caic, en el traç gruixut, però com a mínim no ho faig de manera intencionada. (2)

Amb aquests textos potser també hi ha un altre risc. Aquest risc és que del plantejament que faig al llarg del relat, algú pugui pensar que era difícil, que a la meua mare les coses li haguessin pogut anar diferent de com li van anar. Que tenint en compte la societat en què va viure (tan poc favorable per a una dona que volgués reivindicar unes aspiracions que no encaixessin amb el model de dona submissa imperant), era difícil que la seva vida hagués pogut ser diferent.

Però això no és ben bé així. És indiscutible que el 1950, quan es va casar la meua mare, l'ambient social i cultural era repressiu, gris i desolador, i que el model de matrimoni imperant era el que era. Ja n'he parlat molt, d'aquest model, no cal insistir-hi. Tanmateix, que fos així no vol dir que llavors l'única alternativa possible fos seguir sempre el carril de les directrius i convencions dominants.

En lloc de posar més exemples de dones conegudes que van desafiar les convencions de les respectives societats (tal com he fet abans al parlar dels casos de les famoses Katharine Hepburn, Leonora Carrington, Elizabeth Cady Stanton o Santa Teresa), ara posaré un exemple molt més proper i discret, el de la germana petita de la meua mare.

La meua tia es va casar uns anys després de la meua mare. Va dir que es volia casar amb un noi que als meus avis no els semblava apropiat, i va haver de suportar les seves pressions en contra, sobretot al principi. Finalment es va casar amb aquell noi, i va triar bé, perquè el meu tio va ser un bon company i marit de la meua tia.

En teoria, la meua mare era la rebel i amb caràcter, la que feia el que volia, i la meua tia la dòcil. Però com ja he dit abans, la meua mare es va casar molt influenciada per les preferències del seu pare, mentre que la meua tia (tot i que per a ella el seu pare també era molt important) en aquell cas no es va deixar influenciar per ell.

D'altra banda, la meua tia, tot i haver anat al mateix col·legi de monges i haver rebut la mateixa educació religiosa que la meua mare, més endavant, ja casada, va conèixer persones amb opcions religioses més progressistes, se li van eixamplar els horitzons, i sense deixar mai de ser creient, la seva religiositat va seguir camins diferents dels de la meua mare. Per exemple, la meua tia no va tenir "com més fills millor". I també ha sigut sempre més tolerant que la meua mare, amb la gent que no pensava com ella. (3) (4)

En ple franquisme l'única opció possible no era només ser franquista i catòlic practicant, fidel als criteris sovint reaccionaris i misògins de l'Església oficial de llavors. Potser era l'opció més aconsellable si no volies tenir problemes. Però també hi havia gent que intentava sortir del guió. I que en diferent mesura ho aconseguia.

Com per exemple la meva tia. (5)

Les dues opcions eren possibles, subordinar-se o empoderar-se. La meva mare, tot i la seva ànsia de llibertat, es va confondre i va acabar subordinant-se, mentre que la meva tia, aparentment submissa, va acabar empoderant-se. (6)

--

(1) Emilce Dio Bleichmar. La depresión en la mujer. Temas de Hoy, 1999 (p.18)

(2) Entenc que l'eventual decepció pot venir de diferents bandes, tant de la part de qui cregui que el relat no és prou crític amb l'Opus, com de qui cregui que ho és massa.

(3) En l'evolució de la meva tia va ser determinant conèixer l'Alfonso Comín. El va conèixer al CICF (Centro de Influencia Católica Femenina), una entitat creada el 1952 vinculada a una visió progressista de la dona i del catolicisme.

(4) Un exemple més que dins de l'Església hi havia sensibilitats diferents: una altra tia meva, germana del meu pare i que es va fer monja missionera, es va vincular a la teologia de l'alliberament, cosa que no agradava gens als meus pares.

(5) Quan dic "no tenir problemes" òbviament em refereixo a problemes de crítiques i rebutjos, perquè evidentment amb aquesta opció submissa podies acabar atrapada en altres problemes encara més greus, sobretot a llarg termini, tal com li va passar a la meva mare.

(6) Faig servir la paraula empoderament tant pel seu significat com perquè precisament va començar a ser coneguda amb motiu de la seva utilització per part del moviment feminista dels anys 70 (després, el seu ús s'ha estès a molts altres àmbits).

## 10.13 - La foto

"Tot és quiet: ja sóc al fons de la tristesa." Joan Margarit (1)

Aquestes últimes setmanes, amb aquests escrits ja molt avançats, quan els reviso de vegades tinc al davant una foto de la meva mare. És una foto d'una etapa dolenta, enfonsada en la depressió. Hi veig una dona amb un dolor profund, silencios. M'és difícil descriure l'expressió de la seva cara, l'estat d'ànim (de desànim) que reflecteix.

Em miro aquesta foto per recordar-me per què estic escrivint. Per tenir-ho ben present. És d'això, del que volia parlar. Del que em sembla que és necessari parlar. Si parlo d'altres coses (família, religió, metges, amistats, contextos històrics, etc.) és només perquè em sembla imprescindible ubicar el seu sofriment dins de la seva biografia.

El meu propòsit no ha sigut explicar la vida de la meva mare i entremig parlar "també" de les seves depressions, sinó al revés: l'objectiu era parlar de les seves depressions, i per fer-ho era indispensable parlar de la seva vida.

Sé que la meva mare no era només el que es veu en aquestes fotos, quan surt així. També era divertida, alegre, vital, comunicativa... Hi ha moltes fotos seves en què apareix d'aquesta altra manera, o amb una bellesa serena i reflectint alhora una gran determinació i energia.

Però si jo estic parlant d'ella és per aquest sofriment en què de vegades quedava atrapada. Per tot el que em diuen les cares tristes i adolorides de les fotos d'aquestes etapes, per tot el que em recorden i em remouen.

No sé si tot el que escric a la meva mare li agradaria, és possible que algunes coses no, entenc que algunes la podrien incomodar. La veritat és que el meu objectiu no ha estat escriure un text que, si ella el llegís, li agradés. Si m'ho hagués proposat, crec que m'hauria encallat amb facilitat.

El meu propòsit ha sigut parlar, des del meu punt de vista, del seu sofriment. Cosa ben difícil, parlar del sofriment dels altres... encara més quan tu no n'has patit de semblants. I quan a sobre, quan ella patia, de vegades no estaves atent. Perquè del sofriment dels altres sovint n'apartem els ulls. O mirem sense veure.

Vull pensar que si ella llegís això, a banda de les discrepàncies, si més no s'adonaria que està escrit amb la intenció de fer-ho amb respecte, i des de l'estima. Que està escrit des de la consciència que la seva vida va tenir etapes molt tenebroses, i que d'aquestes tenebres, les seves i les de qui sigui, se n'ha de parlar.

--

(1) Joan Margarit. Vers la tristesa. Misteriosament feliç, Edicions Proa, 2008

## 11 Cloenda

"El que avui som ve del que ahir pensàvem, i els nostres pensaments d'ara forgen la nostra vida futura."

*Buda*

## 11.1 - El passat sempre és present

"Estimada Clàudia.

"Em va agradar molt poder parlar amb tu l'altre dia, i alhora em va entristir el que em vas explicar, sobre el teu estat d'ànim. Volia dir-te que t'agraeixo molt la confiança d'explicar-me una mica la teva situació complicada d'ara.

"Tal com et vaig dir, em sembla que puc entendre una mica el que em vas explicar, perquè la meva mare va tenir una vida molt complicada a causa dels seus episodis depressius. Dic que em sembla que ho puc entendre... i alhora recordo el que deia ella: que si algú no ha passat per una situació d'aquestes, és impossible que ho pugui arribar a entendre.

"Suposo que ella tenia raó. Jo, per sort, mai he viscut cap episodi d'aquests. Només conec persones que n'han passat, i suposo que només em puc fer una idea, només una idea, del que això és.

"Recordo que la meva mare també deia que, quan s'està malament, costa molt pensar que aquest estat de tristesa passarà, pensar que algun dia tornarà la normalitat... però que cal pensar que serà així.

"Que algun dia tornarà a fer sol, tornaran les ganes de viure, i que tot serà brillant i bonic una altra vegada.

"No sé si això que t'escric et fa companyia, o potser t'incomoda, espero que això segon no...

"No sé què dir-te.

"Una gran abraçada."



Quadern de vacances, 1943 (15 anys)



# Annexos

# A1 - El moment oportú

"No todo puede salir bien, ni a todos se puede contentar." Baltasar Gracián (1)

Algun germà meu pensava que era prematur abordar aquest projecte, que havia de passar més temps. És obvi que la percepció del temps és subjectiva. Des del meu punt de vista, morta la meva mare no tenia sentit haver-se d'esperar més.

D'altra banda, hi havia un factor que em semblava del tot objectiu: quants anys em quedaven a mi? I els que em quedaven, serien tots lúcids i productius? Tenia sentit deixar per més tard una iniciativa que potser més endavant ja no podria abordar?

Una altra cosa. En aquests escrits no he tingut en cap moment el propòsit de parlar dels meus germans i germanes. Pel que fa a la seva vida, i a les seves implicacions en la història de la meva mare, només m'hi he referit, comptades vegades, quan m'ha semblat imprescindible de cara a poder fer comprensible alguna de les explicacions.

Aquesta limitació té una conseqüència inevitable: que l'escenari que presento sigui parcial, amb buits considerables, ja que els fills érem una part molt important, fonamental, de la vida de la meva mare. De la seva vida... i per tant també dels seus factors de risc o d'estabilitat emocionals.

Però excepte de mi mateix, dels altres he tingut molt clar que no en volia parlar. Ni tan sols per explicar els motius concrets (més d'un) d'aquesta decisió.

--

(1) Baltasar Gracián. Oráculo manual y arte de prudencia (1647)

## A2 - Intents de publicació d'ella

(\*) "Déu meu, et dedico aquest llibre. Ja saps que si el puc escriure és gràcies a Tu. Sense el teu constant suport, fins i tot en la més gran obscuritat, no hauria arribat mai al dia d'avui. Fa anys, molts, que hauria acabat amb aquest viure sense nord i sense il·lusió."

(\*) "Després de cinc anys sense depressions, després de trenta anys amb la malaltia bipolar al damunt, em decideixo a escriure pensant que puc ajudar d'altres persones que pateixen aquesta malaltia."

Són els inicis de dos dels diferents fulls d'introducció que va fer la meua mare pensant en el llibre que volia escriure sobre les seves depressions. Tots els seus textos introductoris (en va deixar uns quants de fets) comencen d'alguna d'aquestes dues maneres: posant l'accent en la seva relació amb Déu, o posant-lo en la utilitat que creu que pot tenir el seu testimoni. En general, les dues idees apareixen en un moment o altre d'aquestes notes d'introducció.

Una prova que la seva intenció de fer el llibre era ferma, i que a més d'anar escrivint havia fet també alguna gestió orientada a la seva publicació, és aquesta carta:

"Perdona que tu carta quedara trasapelada entre unos originales. Acabo de dar con ella. He disfrutado nuevamente leyéndola (...). Y ofrecías la posibilidad de colaborar en Folletos MC con un original sobre la depresión. Agradecidos, estas son las condiciones previas: a) una extensión de 27 folios a doble espacio; b) con anécdotas; c) con citas de autores variados (...) Después nos lo envías y lo verán los miembros que integran el Consejo de Redacción, que son los que finalmente deciden sobre su publicación. ¿De acuerdo? ¡Adelante!"

La carta la firmava Jesús Urteaga, el 20-9-1991. Folletos MC eren uns quadernets monogràfics que editava la revista de l'OD "Mundo Cristiano", de la qual n'era director Jesús Urteaga.

Quatre anys abans, la seva idea era molt més ambiciosa:

"En vista de sus deseos de participar en el próximo Premio Planeta, adjuntas me es grato enviarle las últimas bases en vigor que rigen el mismo, para que pueda estar informada de los requisitos necesarios." (1)

Fer un quadernet per a la col·lecció Folletos MC era un projecte realista. Per partida doble: per la capacitat d'ella d'enllestir el tipus de text requerit en aquest cas, i per la facilitat que després fos publicat. Però la idea del Premi Planeta òbviament ja no ho era, realista, s'escapava del tot de les seves capacitats, de manera que podria ser que coincidís amb alguna etapa o uns dies poc o molt eufòrics. I que més endavant, ella mateixa s'adonés, o algú li suggerís, l'opció més fàcil del quadernet.

--

(1) La carta (30/11/1987) la firmava José Manuel Lara. Probablement, l'havia escrit la seva secretària, ja que a banda de la firma i del nom de la destinatària, no hi ha res més personalitzat (a diferència de la de Jesús Urteaga).

## A3 - Cartes rebudes

[Annex de l'escrit "Més cartes"]

Adjunto algunes referències de les cartes rebudes per la meva mare. No és exhaustiva, he triat les que pel nom o pel càrrec a mi em sonaven. Cap d'aquestes referències corresponen a cartes impersonals, a respostes genèriques vàlides per a qualsevol destinatari. No he inclòs tampoc respostes dels responsables d'empreses que contestaven cartes d'ella amb queixes sobre algun anunci, una altra activitat habitual de la meva mare.

Escriptors/és:

Agustí Altisent, monjo de Poblet i articulista de La Vanguardia, diferents cartes.

Raimon Panikkar, carta manuscrita, 2000.

Eulàlia Solé, 1997, 2000, 2003.

Rosa Montero, carta manuscrita, sense data.

Baltasar Porcel, carta manuscrita, 2000.

Gregorio Morán, 2000

José Luis Olaizola, carta manuscrita, 1993

Artistes, periodistes i presentadors/es:

Lina Morgan, sense data.

Julia Otero, dues cartes, sense data.

Silvia Coppulo, 2000.

Mari Pau Huguet, carta manuscrita de dues cares, sense data.

Andreu Buenafuente, manuscrita, 1996.

Covadonga O'Shea, directora de Telva, manuscrites, 1987, 1990.

José María Carrascal, manuscrita, 1990.

Luís María Anson, 1995.

Juan Tapia, 1993.

Antonio Izquierdo, director de El Alcázar, 1982

Polítics:

Josep-Lluís Carod Rovira, Conseller en cap de la Generalitat, 2004.

Artur Mas, Conseller en cap de la Generalitat, amb mitja pàgina manuscrita afegida al text a màquina protocol.lari, 2002.

Josep A. Duran i Lleida, 1994.

Joan Clos, alcalde de Barcelona, 2000 (2), 2002 i 2004

Joaquim Nadal, 1995.

Ferran Mascarell, President de la Comissió de Cultura de l'Ajuntament de Barcelona, 2003.

Joan Majó, Director de la Corporació Catalana de Ràdio i Televisió, 2004.

Antoni Comas, 1999.

Ignasi Guardans, 1997.

Joan Coscubiela, 2000.

Jordi Pujol, 1991, 1995, 1997.

Marta Ferrusola, 1991.

Manuel Royes, alcalde de Terrassa, 1991.

Anton Canyelles, Síndic de Greuges, 2002.

Juan Alberto Belloch, alcalde de Zaragoza, 2003.

Felipe González, 1987.

José Luis Rodríguez Zapatero, 2000.  
Juan Carlos Rodríguez Ibarra, president de la Junta de Extremadura, 2003.  
Rosa Aguilar, 1999.  
Julio Anguita, 1995.  
Amalia Gómez, 1996, 1999.  
José María Álvarez del Manzano, 1997.  
José María Aznar, 2000, 1988.  
Alberto Ruiz-Gallardón, 1991 (2)  
Ana Botella, manuscrites, dues cartes sense data.  
Isabel Tocino, 1989 (2, una manuscrita)  
Aleix Vidal-Quadras, manuscrita, 1991.  
Antonio Hernandez Mancha, Presidente de Alianza Popular, sis cartes del 1987.  
Marcelino Oreja, 1987.  
Jorge Trias Sagnier, manuscrita, sense data.

#### Gent de l'Església:

Enrique Miret Magdalena, manuscrita, 2000.  
Sebastià M. Bardalet, Abat de Montserrat, 1997.  
Josep M. Soler, Abat de Montserrat, 2000 (2), 2003.  
L'Abat de Poblet, manuscrita, firma il·legible, 2001.  
Luis de Moya, capellà de l'OD, 1997.  
Marcel Lefebvre, 1987.  
El Bisbe de Girona, manuscrites, nom il·legible, 2002, 2005.  
El Bisbe de Lleida, manuscrita, nom il·legible, 2001.  
Joan Martí, Bisbe d'Urgell, manuscrita, 1990.  
Joan Carreras, Bisbe Auxiliar de Barcelona, 1992, 1997.  
Ricard-Maria Carles, Arquebisbe de Barcelona, 1994, 1996, 1997 (2)  
El Obispo de Málaga, manuscrita, nom il·legible, sense data.  
El Obispo de Orihuela-Alicante, manuscrita, nom il·legible, 1991.  
El Obispo de Segorbe-Castellón, nom il·legible, 1991.  
El Arzobispo de Valladolid, manuscrites, nom il·legible, una sense data i l'altra de 1992.  
Elías Yanes, Arzobispo de Zaragoza, manuscrita, 1993, a màquina, 1987 (2)  
Teodoro Cardenal Fernández, Arzobispo de Burgos, sense data.  
Antonio M<sup>a</sup> Rouco Varela, Cardenal-Arzobispo de Madrid, 2002.  
El Cardenal-Arzobispo de Madrid Alcalá, firma il·legible, 1990, 1991 (2)  
Juan José Asenjo, secretario de la Conferencia Episcopal Española, 2001, 2003.  
Ciriaco Benavente, Obispo de Coria-Cáceres, manuscrita, 2003.  
Agustín García-Gasco, secretari de la Conferència Episcopal, 1990, 1991.  
Obispo de Barbastro, nom il·legible, 2002, i 3 sense data.  
Monseñor Fernando Ocariz, diferents cartes manuscrites.  
Monseñor Alvaro del Portillo, 1987, 1989, 1980.  
Monseñor Pedro López, assessor "de su santidad Juan Pablo II", 2002.  
Monseñor Gabriele Caccia, Secretaria de Estado, Vaticano, 2003.

#### Altres:

Fernando Lázaro Carreter, Director de la Real Academia Española, 1994.  
Julián Marías, acadèmic de la RAE, 1990.

José Vicente Herrera, "Asesor ejecutivo del Director General de policía"  
(sobre un afer relatiu a una minyona de la meva mare), 2000.  
Josep Olius, president del Banc Sabadell, 2004.  
José Manuel Lara, 1987.  
Nolasc Acarin, neuròleg i escriptor, 2003.  
Santiago Dexeus, 1987, 1998.  
Salvador Cardús i Ros, sociòleg, manuscrita, sense data.  
José Antonio Martín Pallín, magistrat del Suprem, manuscrita, 1995.  
El Rector de la Universidad Complutense, manuscrita, llarga, sense data  
ni firma.

## A4 - Amb ple ús de les meves facultats

(\*) "Amb ple ús de les meves facultats mentals, demano als sotasignants que, si es presenta un altre cop una crisi de caràcter eufòric, facin servir tots els mitjans per tal d'impedir que surti, amb qualsevol excusa, de l'ambient de vida i família. Han d'intentar fer-me entrar en raó, ja que en dies així no accepto arguments que no siguin molt convincents.

"Pel que fa a la resta, no passa res, tot el relacionat amb les feines pròpies de la llar poden dur-les a terme perfectament els altres membres de la família.

"Tot el que Déu vol és pel nostre bé."

--

El text està escrit a màquina, i afegit a mà al final s'indica que "els sotasignants" havien de ser el seu marit, la seva germana, dos fills, dues filles i una cunyada, però no hi ha cap firma (data sí, 5 d'octubre de 1981).

Que no hi hagi firma no és gens sorprenent, ja que la meva mare era bastant aficionada a fer documents com aquest que, després, gairebé sempre no firmava ningú, de vegades (com en aquest cas) ni ella.

## A5 - Cites i bibliografia

Encara que ja ho hagi dit al principi de tot, ho repeteixo per si de cas: totes les cites repartides pels diferents capítols precedides de (\*) són de la meva mare.

Pel que fa a les cites de Camino, en cada cas n'adjunto el número del punt, acompanyat d'un asterisc quan la cita del punt és parcial (llevat que en alguna ocasió m'hagi despistat). Com que és una obra fàcil de consultar, qui vulgui pot comprovar que en aquests casos, encara que el punt sencer de vegades pugui contenir més matisos, el sentit del fragment no desentona de la intenció del punt al qual correspon. O si més no el propòsit era aquest. (1)

D'altra banda, el criteri de reduir, quan era fàcil fer-ho, les dimensions dels textos citats, l'he adoptat en tots els casos, fos qui fos l'autor, amb l'objectiu de facilitar la lectura i no entrebanca-la amb cites massa extenses.

No adjunto cap apartat de bibliografia sobretot perquè no tenia clar quin criteri adoptar a l'hora de fer la selecció. Ara bé, que no adjunti aquí un apartat de bibliografia no vol dir, per descomptat, que no em senti deutor de moltes lectures, les quals m'han ajudat d'una manera fonamental a poder tirar endavant aquest projecte. Algunes de les cites corresponen a aquestes lectures. (2)

A banda de per indicar les referències bibliogràfiques de les cites, els peus de pàgina els he utilitzat també amb el propòsit d'ampliar alguna explicació. En aquests casos són textos que de vegades haurien pogut anar dins del text principal, però per tal d'afavorir una lectura en general més fàcil de vegades els he segregat així, de manera que només si es vol es pugui accedir a aquestes ampliacions.

--

(1) Camino: [www.escrivaobras.org/book/camino-indice.htm](http://www.escrivaobras.org/book/camino-indice.htm)

En algun cas he utilitzat també com a font de documentació el llibre de Pedro Rodríguez "Camino, edición crítico-histórica" (Rialp, 2002). Segons les persones de l'OD és l'estudi més rigorós i fiable de Camino. Existeix una edició virtual (però incompleta):

[www.leercamino.org/camino\\_punto\\_a\\_punto-capitulo\\_1\\_caracter-punto\\_1.php](http://www.leercamino.org/camino_punto_a_punto-capitulo_1_caracter-punto_1.php)

(2) En alguns casos, les cites estan tretes d'obres l'orientació de les quals potser no coincideix amb la idea exposada allí on s'ha incrustat la cita (en aquests casos, la cita només l'he triat perquè "aquella frase concreta" em semblava útil en aquell punt de l'exposició). Aquesta llibertat d'ús he procurat no exercir-la en el cas de les cites de caràcter religiós.

## A6 - Fer servir els seus escrits

(\*) "Si escric les meves experiències depressives és perquè crec que poden ajudar altres persones que es troben en la mateixa situació."

Quan vaig començar a parlar d'aquest projecte sobre la meva mare, i després quan vaig començar a ensenyar-ne les primeres versions, algunes persones em van qüestionar no només l'oportunitat de la iniciativa, sinó també la seva legitimitat, en la mesura que incloïa cites de la meva mare. Intentaré explicar per què aquests comentaris no em van fer dubtar de la meva iniciativa (és possible que algun comentari sigui una reiteració de coses ja dites abans).

En primer lloc, la gran majoria de cites de la meva mare estan tretes de les notes que ella havia anat escrivint amb l'objectiu de publicar el seu llibre. De manera que es podria qüestionar el fet que jo utilitzi aquestes cites, o la forma com les contextualitzo, però de cap manera argumentar que no van ser escrites per ser publicades.

En segon lloc, la meva mare en cap moment va dir, o si més no a mi no em consta, el que volia que es fes amb els seus escrits un cop ella morís. Per exemple (a diferència d'altres persones) no va dir mai que un cop morta volia que els seus escrits fossin destruïts.

És cert que la intenció de la meva mare era diferent de la meva. O més ben dit, en part diferent, perquè si més no un dels seus objectius era el mateix que el meu: intentar explicar el sofriment de les persones que pateixen una greu depressió, i també, la incomprensió que sovint envolta aquestes persones, cosa que fa que el seu sofriment sigui encara més dolorós. En aquest sentit, la coincidència amb la intenció de la meva mare és absoluta.

Després, la meva mare tenia un segon objectiu: fer apostolat. O potser per a ella era el primer, no ho sé. Aquest objectiu evidentment no el comparteixo. Això em desautoritzava, de cara a fer el que he fet? Hi vaig pensar, abans de decidir-me a tirar endavant aquest projecte, i vaig considerar que no (al principi ja ho he explicat).  
(1)

Un últim apunt. Dos anys després de la mort de la meva mare vam desmantellar el pis familiar (el meu pare ja havia mort uns quants anys abans). Tot el que hi havia, o ho va arregar algú llavors, o va anar a les escombraries.

Els papers de la meva mare que ara m'han servit per acompanyar aquests escrits els tinc perquè, durant aquell procés de desmantellament, ningú de la família no va demostrar cap interès per conservar-los. Jo aleshores me'ls vaig quedar, sobretot, per evitar que acabessin al contenidor: em sabia greu que, amb l'important que eren per a ella, tinguessin un final tan trist. (2)

El valor que dono ara als papers de la meva mare el vaig descobrir més tard. I avui m'alegro molt de, en aquell moment, haver evitat la seva desaparició.

--

(1) Tinc present que hi ha altres punts de vista, jo només puc exposar el meu. D'aquests altres punts de vista, si de cas n'haurien de parlar altres persones.

(2) El mateix que vaig fer amb els papers ho vaig fer amb les fotografies, també moltes, tot i que en aquest cas sí que crec que abans hi va haver una revisió més generalitzada per part d'alguns dels meus germans i germanes, i cadascú va agafar les que li feien més gràcia. El que desconec és si, entre aquestes fotos que van triar, n'hi van incloure també d'aquelles en què la meva mare surt amb la cara

de les etapes depressives, trista i adolorida. En el meu cas, aquestes fotos en concret, han sigut un dels elements determinants, a l'hora de posar en marxa aquest projecte de reflexió i d'escriptura.

# Agraïments

Hauria d'esmentar les persones que en diferents moments i de diferents maneres m'han ajudat a tirar endavant aquesta iniciativa. D'una banda, aquelles que m'han ajudat a millorar el text, gràcies a algunes observacions de conjunt, o als suggeriments d'alguns canvis concrets, o amb els avisos d'algunes reiteracions o descompensacions, etc.

També hauria d'esmentar les persones que m'han dit que aquest projecte era interessant i consistent, que valia la pena. Que m'han animat a seguir endavant. Algunes d'aquestes persones m'han fet costat en moments delicats, com per exemple quan al començar a donar a conèixer les primeres versions d'aquest text, em van arribar algunes crítiques bastant dures. No és que llavors dubtés del sentit, de la legitimitat i de l'honestetat del projecte, però en moments així sempre s'agraeixen, les mostres de suport.

D'altra banda, aquest tipus de crítiques adverses, de vegades autèntiques esmenes a la totalitat (no es tractava de, mitjançant algun suggeriment, contribuir a ponderar o millorar la història, sinó d'intentar evitar la seva difusió), m'han recordat que el món de les opinions i de les emocions sovint és molt complicat.

És necessari assumir-ho, de vegades toca conviure amb aquesta realitat, amb aquesta incomoditat, i cal acceptar-ne les conseqüències.

Torno als agraïments. Insisteixo que hauria d'esmentar unes quantes persones. Però no ho faré. Sobretot, per tal de donar poques pistes de la gent que gira al voltant d'aquesta història.

El meu silenci no és falta de reconeixement. El meu agraïment cap a totes les persones que m'han ajudat i encoratjat és molt gran. Crec que de paraula els ho he anat dient, i espero haver-ho fet en cada cas amb la suficient intensitat, claredat i calidesa. També penso que entendran el meu silenci d'ara, precisament perquè estan al cas de les particularitats d'aquesta iniciativa (crec que fins i tot hi pot haver qui se senti més a gust amb aquesta discreció).

Sigui com sigui, el meu silenci de noms concrets és un silenci "sonor", ple d'agraïments. De molts agraïments, grans i sincers.