PRÓLOGO

Tenía diecisiete años cuando conocí a Rafael. Cursaba segundo de bachillerato en un instituto del extrarradio de Madrid y fue mi profesor de filosofía. Recuerdo con nitidez la primera vez que le vi. Entró en el aula con determinación, se situó frente a la pizarra y nos explicó con gesto serio cuáles serían los criterios de evaluación y la metodología de las clases, avisándonos de que castigaría cualquier violación de sus normas. Su severidad contrastaba con su aspecto físico: delgado, no más de un metro setenta centímetros de altura y un rostro juvenil con unos ojos que delataban un carácter amable y desenfadado que él, aquel día, nos ocultó con éxito. Supe después que en esa primera clase interpretó un papel que utilizaba para imponer el respeto que, a su juicio, su presencia no conseguía. Sin embargo, Rafael pronto se reveló como un profesor con un gran sentido del humor, carismático y elocuente. Se ganó nuestra admiración en pocas semanas y, al cabo de dos meses, a sus clases acudían alumnos incluso de otros grupos. Yo no fui una excepción. Comenzamos a hablar en los descansos entre clase y clase. Acostumbrado a la figura del profesor distante, su cercanía me estimuló a compartir con él mis inquietudes por la historia, la literatura y la política. Entre nosotros se estableció una corriente de simpatía casi inmediata. Me sentía bien hablando con él. Era el primer adulto que realmente me escuchaba y no me trataba como a un adolescente. Nos separaban veintidós años, pero él supo salvar esa distancia a base de respeto y aprecio. Quizás estas líneas que hoy tengo la suerte de escribir para él sirvan como pago por aquella mano que me tendió hace diez años y que tantas puertas me ha ayudado a atravesar.

Rafael dejó el instituto a mitad de curso. Desapareció sin dejar rastro. Durante seis meses no supe nada de él, pero a finales del año 2004 un compañero del instituto descubrió que estaba en otro centro de una ciudad cercana. Le llamé y acordamos volver a vernos. Me recibió en su casa, junto con Piedad, su mujer, y hablamos durante horas. Durante aquellas tardes, que hoy desde Brasil tanto echo en falta, establecimos los lazos de una amistad que no ha hecho sino agrandarse con el paso del tiempo. Lentamente, el binomio alumno-profesor se desvaneció. Rafael, el hombre, el adulto, emergió ante mí, y con él, su enfermedad. Recuerdo el día que me habló por primera vez del trastorno bipolar. Me confesó, con cierta angustia, que padecía la enfermedad desde 1996. En España la enfermedad mental es un tabú, algo de lo que se habla en voz baja por miedo a la reacción de los otros. Yo percibí ese miedo en él mientras me describía sus episodios depresivos y los excesos que cometió durante sus crisis de manía. Cuando terminó de hablar, guardé silencio. Le miré a los ojos. Y le abracé.

Yo apenas conocía nada sobre el trastorno bipolar. Sabía que estaba considerada la enfermedad de los artistas. Hemingway, Van Gogh, Sylvia Plath, Virginia Woolf y Juan Ramón Jiménez, entre otros, la padecieron. Al principio, pensé que era el precio a pagar por la genialidad, pero hoy sé que no es así. El trastorno bipolar es una convivencia constante con el dolor, y ese dolor actúa a modo de catalizador de la sensibilidad artística. Así fue, al menos, en su caso. A Rafael la enfermedad le golpeó muy fuerte. Durante los dos primeros años de nuestra amistad, viví en primera persona el drama del trastorno bipolar. Pese a apoyarse en mí y en su mujer, Rafael tenía una tendencia al aislamiento que se exacerbaba durante sus episodios depresivos. Una noche de invierno, Piedad me llamó angustiada. Rafael se había tumbado en el sofá, negándose a hablar con nadie. El silencio en Rafael siempre era el preludio de su descenso a los abismos de la depresión. No lo dudé un segundo. Me monté en el coche y conduje hasta su casa. Llamé al timbre, pero nadie me abría. A los cinco minutos, decidí saltar la valla de su jardín y aporrear la puerta. Piedad me abrió y me dijo que estaba en el salón. Entré y le vi hundido, derrotado. Me senté en el suelo y le cogí la mano. No quiso hablar durante un tiempo. Permanecimos en

silencio hasta que el dolor comenzó a ceder. Al cabo de media hora, los dos reíamos. Aquella noche supe que había esperanza para Rafael. En su risa había luz, fuerza, ganas de vivir. Supe que las tinieblas de la depresión terminarían por desaparecer. No me equivoqué.

Fueron años duros. La sala de espera de Urgencias del hospital de La Paz, en Madrid, es testigo. Rafael estuvo a punto de «salir del mundo por la puerta de atrás», en sus propias palabras, en dos ocasiones, pero en el umbral se encontró con Piedad y conmigo. En aquella sala de espera, Piedad y yo nos aliamos contra la muerte. Decidimos plantar batalla al vacío, a la depresión y a las experiencias traumáticas de Rafael. Tras abandonar La Paz la segunda vez, en 2008, se operó un cambio en él. La montaña de la que habla en este *Miedo de ser dos*, una metáfora de su dolor, del trastorno bipolar, se mostró ante él, despojada de nubes. Comenzó entonces su ascenso por las laderas, con paso vacilante. Yo le veía ascender penosamente al principio, lleno de dudas, inseguridades y miedos. Desde los márgenes del camino, le animaba. Tropezó muchas veces. Se levantó siempre. La escritura se convirtió en el oxígeno de su escalada. Durante esta etapa, escribió algunos relatos que me demostraron que me encontraba ante un escritor con un futuro realmente prometedor. Nos los leía, a Piedad y a mí, en su despacho, en las tardes que acudía a su casa. A medida que subía la montaña, su seguridad aumentaba. En el año 2010 comenzó a escribir un blog, que pronto alcanzó un notable éxito. Dos años después, la vida le dio la oportunidad definitiva de convertirse en escritor. Este libro es la prueba de que Rafael ha decidido encarar su destino.

Y no solo eso. Este libro es, sobre todo, el testimonio de su extraordinaria valentía. Desnudar el alma ante el ojo público, hablar del fracaso y del propio dolor, y hacerlo desde dentro, desde la angustia, dando forma al vacío que compone esa tierra de nadie entre los dos extremos de la bipolaridad, es algo tan difícil como necesario. El lector apreciará ese esfuerzo en cada línea, en cada historia, en cada párrafo de este libro. Las palabras de Rafael son las huellas de sus pasos por esa montaña metafórica en cuya cima hoy se encuentra. Yo le veo sentado allí arriba, junto con los dos que viven en su interior, ya sin miedo. Desde la cum-

bre, Rafael nos grita que sí, que es posible. Que se puede convivir con la enfermedad, con las pérdidas, con el dolor. Que comencemos sin miedo el ascenso de la montaña que somos nosotros mismos.

JAVIER «NIX» CALDERÓN