

MICHAEL J. FOX

NO HAY
MEJOR
MOMENTO
QUE EL
FUTURO

O cómo afronta
la muerte
un optimista



LIBROS CÚPULA

**MICHAEL
J. FOX**

**NO HAY
MEJOR
MOMENTO
QUE EL
FUTURO**

O cómo afronta la muerte un optimista

LIBROS CÚPULA

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Publicado originalmente en inglés bajo el título *No Time Like The Future* por Lucky Gus en 2020.

© del texto: Michael J. Fox, 2021

© de la traducción: Fernando Garí Puig

© de la imagen de cubierta: Mark Seliger / AUGUST

Primera edición: enero de 2022

© Editorial Planeta, S. A., 2022

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

Este libro se comercializa bajo el sello Libros Cúpula

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-480-2919-7

Depósito legal: B. 16.883-2021

Impresor: Liberdúplex

Impreso en España – Printed in Spain

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

ÍNDICE

Introducción. Uno que cae	11
1. Hombre de familia	15
2. Años de perros	23
3. Segundo acto: actuando	31
4. Momentos cumbre	45
5. Doble bogey	65
6. Loco... moción	73
7. Peligroso a cualquier velocidad	85
8. Exiliado en la calle del dolor	93
9. Qué esperar de mi espalda en el futuro	101
10. Fuerte hasta la médula	111
11. Terapia metafísica	121
12. Camina hacia aquí	135
13. Una casa abarrotada	149
14. Breaking dad	157
15. Un ala y un proverbio	173
16. La seguridad del hogar	187
17. Juegos mentales	193

18. Maryland, mi Maryland	201
19. Lo único que debemos temer	205
20. Padre tiempo	215
21. Visto lo visto	225
22. Quítatelo de encima	241
23. Medianoche en el jardín	251
Epílogo	257
Agradecimientos	263

HOMBRE DE FAMILIA

Sam es el único de nuestros cuatro hijos que nació antes de que me diagnosticaran párkinson. Estoy seguro de que no guarda recuerdos de esa época, probablemente ni siquiera se enteraba. Yo hacía lo típico que hacen los padres: cazaba con él ranas en el estanque, caminábamos tranquilamente a las clases de música de Mommy & Me, con los instrumentos Orff y las niñeras super-serias, e intentaba que se interesara por los deportes de equipo, lo cual quedaba descartado (demasiadas explicaciones). Le enseñé a anudarse los cordones de los zapatos utilizando la técnica del conejo: Una oreja sube, el otro cordón hace un lazo alrededor de ella, pasa por debajo y se convierte en la segunda oreja. Le enseñé a montar en bici, empujándolo por el sillín hasta que cogió confianza, se atrevió a pedalear y tomó impulso él solo. Ahora, hay días en que es Sam quien me empuja... en mi silla de ruedas; eso sí, yo no necesito pedalear. Y cuando me levanto despacio, antes de que dé el primer paso, a menudo mi hijo comprueba los cordones de mis zapatos y me los ata rápidamente en caso necesario.

El único problema de mi primogénito fue una cuestión de calendario. Más importante que mi párkinson incipiente, para él fueron las fechas: Sam nació tres años antes de que yo dejara la bebida y decidiera mantenerme sobrio, cosa que sigo haciendo. Demasiados momentos de su primera infancia fueron «mi momento Miller» (una marca de cerveza). A veces me cuenta que

entre sus primeros recuerdos figura el de ir a la nevera a buscarme cervezas. Por mi parte, no tengo constancia de ningún momento en que mi afición al alcohol supusiera un peligro para Sam o para Tracy, pero sí era un problema que iba a más.

Me empeñé en tener hijos nada más casarnos porque andaba obsesionado con la típica idea del padre/esposo. Cualquier espacio entre uno y otro era demasiado grande; ser esposo y no padre me parecía absurdo. Ahora estoy seguro de que Tracy me manifestó sus dudas o su renuencia, pero yo no supe interpretar sus verdaderos sentimientos ni comprender hasta qué punto la maternidad iba a entorpecer su ascendente trayectoria profesional.

Esos primeros pasos en falso tuvieron sus repercusiones. Nos encontramos en terreno inestable. Estaba comprometido como padre y amaba a mi hijo, pero de alguna manera solo estaba representando un papel. Para un adulto tan optimista como Sam es ahora, su primera infancia debió de estar plagada de desafíos. Sufría cólicos y estaba inusualmente triste tratándose de un niño tan pequeño. Yo fui de poca ayuda y, además, bebía. Cuando me diagnosticaron párkinson, mi confusión interna se encontró con mi fragilidad externa. Algo tenía que ceder.

Lógicamente, mi sugerencia a Tracy fue que tuviéramos otro niño. Ella meneó la cabeza con incredulidad. «¿Estás de broma?» Su rechazo no tenía nada que ver con supuestas preocupaciones por una posible enfermedad de párkinson hereditaria o por mi capacidad para funcionar como padre potencialmente disminuido. Más bien obedecía a mi costumbre de beber y a mi estado mental, que en esos momentos se hallaba en modo supervivencia. Tenía que viajar a menudo por motivos de trabajo, pero mi sensación de soledad cuando estaba fuera no era mayor que mi creciente sensación de aislamiento en casa. En cierto sentido, me sentía marginado y no comprendía que yo era la causa de ese distanciamiento. Estaba de mal humor y estaba preocupado por la situación de nuestro matrimonio, por el rumbo de mi carrera y, tras conocer el diagnóstico de mi enfermedad, por su misma continuidad.

Al final, tras una noche de empinar el codo a lo bestia, me desperté en el sofá y me encontré a Tracy, que me miraba a mí y

a la cerveza derramada en la alfombra, junto a mi brazo. Contempló la escena y simplemente me preguntó:

—¿Esto es lo que quieres de verdad?

Lo que me hizo cambiar de vida allí mismo y para siempre no fue el enfado de su voz, sino el aburrimiento. Lo que me dio un susto de muerte fue lo harta que estaba de todo aquel espectáculo.

Me comprometí a seguir un programa de doce pasos y llamé a Joyce, una brillante psicóloga junguiana, que me ayudó a controlar mis demonios, como haría repetidas veces en los años venideros. Poco a poco aprendí a aceptar y a comprender mi nueva enfermedad. Fui capaz de abandonar la bebida, sin embargo, el párkinson iba a acompañarme el resto de mi vida. El conocimiento, las técnicas y el asesoramiento que el programa me proporcionó también me sirvieron para iluminar el camino que me esperaba con mi enfermedad. Trabajé con ahínco, no solo para volver a ser como era, sino para ser mejor.

Seis años después de haberme casado, cuatro años después de saber que sufría párkinson y tres después de haber dejado de beber, descubrí que el vínculo que me unía con mi paciente y adorable mujer era más fuerte que nunca. Y ese año, 1994, Tracy se quedó embarazada de gemelos (un hijo más para compensar por el tiempo perdido o quizás un guiño de Dios). La gente se sentía extrañamente cómoda preguntándonos si nos preocupaba traer más hijos al mundo teniendo que enfrentarnos a la incógnita de una enfermedad neurológica grave y al miedo de que pudiera ser hereditaria. Podríamos haber considerado la pregunta como inapropiada, pero la respuesta fue: nosotros no estábamos preocupados, y ellos tampoco debían estarlo.

DOBLE O NADA

Las gemelas no estaban progresando adecuadamente en el útero, por lo que Tracy tuvo que dar a luz un mes antes de lo previsto debido a complicaciones con el embarazo. El síndrome de transfusión gemela a gemela decía que una de ellas se estaba quedando

con la mayor parte del alimento y la sangre, acaparando la placenta, mientras que la otra se debilitaba por momentos, de modo que escogimos una fecha (y de paso pusimos en duda un montón de preceptos astrológicos). El parto fue inducido y, como no podía ser de otra manera, la gemela n.º 1, pálida y lánguida con sus mil ochocientos gramos, fue seguida ocho minutos después por la gemela n.º 2, gorda y rubicunda como un tomate, con dos kilos setecientos. Y juro que sonreía. A día de hoy (con veinticinco años de edad), la gemela n.º 1, Aquinnah, es guapa, graciosa e inteligente; no es egoísta ni avariciosa, pero sí sabe lo que necesita y cómo protegerlo. Es la más independiente y decidida de las dos. La gemela n.º 2, Schuyler, es guapa (son gemelas), inteligente, generosa y siempre está dispuesta a compartir. A veces se preocupa más por los demás que por ella, y sospecho que se debe a que se siente un poco culpable por haber sido tan mal compañera intrauterina. Por su parte, Aquinnah la ha perdonado por haber intentado matarla; por la nuestra, preferimos no intervenir. Son asuntos entre hermanas.

Si bien el párkinson me afectó durante los primeros años de Sam, Aquinnah y Schuyler, los tres lo asimilaron como algo normal. Y supongo que algo bueno estaba pasando en nuestra familia porque, cuando nos planteamos tener el cuarto, no lo dudamos.

Tracy y yo recordamos la conversación. Había acabado la fiesta del quinto aniversario de las gemelas y los invitados se habían marchado. Agotados, contemplábamos el panorama, ella con una copa de vino y yo con una Diet Coke en la mano. Entonces me miró fijamente y dijo:

—¿Sabes en qué estoy pensando?

—Si supiera lo que piensas mi vida sería mucho más fácil —contesté con toda franqueza.

Se echó a reír.

—Es que tengo la sensación de que aquí falta alguien.

—Bueno, la fiesta se ha acabado y los caramelos también —dije abarcando el salón con un gesto.

Tracy tuvo la amabilidad de sacarme de dudas, más o menos.

—Nuestro piso no es tan ruidoso como me gustaría.

Hicimos números y el resultado fue Esmé.

Para Esmé, el párkinson ha sido una constante en su vida familiar, entre otros motivos porque ha sido testigo de la creación y desarrollo de la Fundación Michael J. Fox para la Investigación del Párkinson y ha visto cómo se convertía en un pilar de la investigación médica. Creo que me ve como una especie de activista civil y como un padre medio jubilado, pero todavía capaz.

No podríamos haber encargado una hija mejor para ser la última en permanecer en casa durante los años de la diáspora universitaria. Una de las ventajas que hemos tenido al vivir con el alma de Esmé es que, claramente, demostrablemente, ya ha estado aquí antes. Es capaz de leer y escribir con una destreza que revela una comprensión sutil en una persona de su edad, pero no por ello deja de acudir a nosotros en busca de consejo. No suelo decírselo, pero a su lado siempre me siento humilde. Posee soltura y facilidad con lo extraño y difícil, nada la desconcierta, ninguna persona, ningún lugar, ninguna dificultad es capaz de desanimarla o distraerla de su objetivo. Suponíamos que seguiría los pasos de sus hermanas mayores e iría al mismo campamento de verano que ellas, pero nuestra hija menor, a sus ocho años, decidió seguir su propio criterio. Descartó el campamento de sus hermanas porque es alérgica a los cacahuetes e, investigando por su cuenta, averiguó que ese centro no tenía en cuenta su problema. Tras buscar en internet, se puso en contacto personalmente con unos cuantos campamentos que no incluían cacahuetes en su dieta y con uno en concreto: el Walt Whitman, en el estado de New Hampshire, su favorito. Y allí fue. Apuesto que también le gusta Walt Whitman, el poeta y optimista. Así es Esmé.

VIAJEROS EN EL TIEMPO

Tracy y yo tenemos una teoría con respecto a nuestros hijos: son como máquinas del tiempo. La energía de sus vidas parece lanzarnos adelante en el tiempo con velocidad a veces cruel. Nacimientos, graduaciones, amigos, celebraciones, crisis reales y aparentes, redes sociales, institutos y universidades van pasando hasta que, de

repente, nos encontramos sentados en una casa vacía con habitaciones llenas de osos de peluche, pósters de cantantes de rock, generaciones de juegos, ropa que no podemos tirar, pero que nadie se volverá a poner nunca y zapatos juveniles femeninos que, aunque ferozmente disputados en su día, ahora yacen descartados en un rincón. Yo solo deseo que el tiempo pase mientras espero que mis hijos vengan a visitarnos. En cambio, mi mujer es lo bastante sabia para comprender que ese tiempo es para nosotros, para aprovecharlo y encontrar nuestro propio ritmo.

Curiosamente, el párkinson tiene algo que ver con esto. Es otra de las maneras que tiene la enfermedad de manifestarse como un regalo (aunque sea un regalo que no deja de quitarme cosas). La manera pausada como abordo cada día, cada segundo, cada gesto, cada intención, puede convertirme, literalmente, en una especie de caracol. Sopeso todos esos segundos, todos esos minutos. Con cada movimiento que hago tengo una pequeña conversación conmigo mismo.

Soy yo, tomándome mi tiempo. No mi tiempo devorándome.

NIDO VACÍO

Sam tiene ahora más de treinta años. No sé cuándo o cómo ha ocurrido, pero es un adulto en plena posesión de sus facultades.

En lo que a él respecta, mi trabajo está prácticamente hecho. Gracias a que la mujer de la que me enamoré —su madre— tenía unos genes magníficos, hice realidad el objetivo darwiniano de cualquier padre y colaboré en la creación de una versión más alta, más inteligente, más graciosa y más atractiva de mí mismo.

No terminé la escuela secundaria con mi promoción de 1979 (clase GED de 1993¹), así que no sabía exactamente qué decirle a mi hijo mayor cuando se marchó a la universidad. No tenía expe-

1. El GED es un título académico validado por el American Council on Education que certifica un nivel mínimo de estudios para estudiantes que no han finalizado el instituto. (*N. del T.*)

riencias que compartir, ningún consejo sustancial que darle sobre las chicas; solo advertencias sacadas de algunas fiestas de estudiantes en las que me había colado en la Universidad de UCLA, durante mis primeros años como actor hambriento en Los Ángeles (regla n.º 1: no pierdas de vista tu vaso de cerveza). No me parecía que el asunto fuera en serio, y poco importa los campus que visité con Sam ni cuántos formularios de admisión leí. La verdad es que me sorprendió cuando se fue. Y también me mosqueé.

Sam y yo compartimos un vínculo especial. No se trata del típico rollo padre e hijo, sino que va más allá de la relación normal que existe entre un progenitor y su primogénito. La nuestra siempre ha sido una conexión basada en ideas e intereses compartidos: nuestras caminatas por las montañas de Vermont y Connecticut; nuestro amor por la música rock, desde Frank Zappa, pasando por Led Zeppelin hasta Jay-Z; o nuestras conversaciones sobre todo tipo de cuestiones políticas, en las que he descubierto para mi sorpresa que se sitúa aún más a la izquierda que yo.

Pero, sobre todo, ambos sentimos cierta inclinación hacia el absurdo (os remito a Zappa y a la política).

Sam era mi compañero del día a día, mi colega, mi socio hasta la muerte. Y de repente se había ido. Yo sabía que solo se trataba de la universidad, pero aun así no estaba. Preparamos a nuestros hijos para que vayan solos al colegio y al final resulta que tienen la caradura de marcharse. De acuerdo, luego aparecen por casa de vez en cuando para pasar unos días, para que les lavemos la ropa y estar más tiempo con sus antiguos amigos de la escuela que con nosotros. Es una tortura, la verdad. Nos sentimos orgullosos, nos preocupamos, le damos vueltas y vueltas a si serán capaces de apañárselas sin nosotros, y, sin embargo, nos quedamos hechos polvo cuando demuestran que sí lo son. Es entonces, en el momento en que ellos empiezan a construir su propio futuro, cuando nosotros empezamos a contemplar nuestra mortalidad.

★ ★ ★

A pesar de lo mucho que quiero a mi mujer y a mis hijas, cuando Sam partió hacia la Costa Oeste yo empecé a ahogarme

en un mar de estrógenos. Ese verano, sentía la necesidad de contar con un amigo cuando leí un anuncio clavado en el tablón de anuncios de la tienda Chilmark General Store, en Martha's Vineyard, un local con comida para llevar.