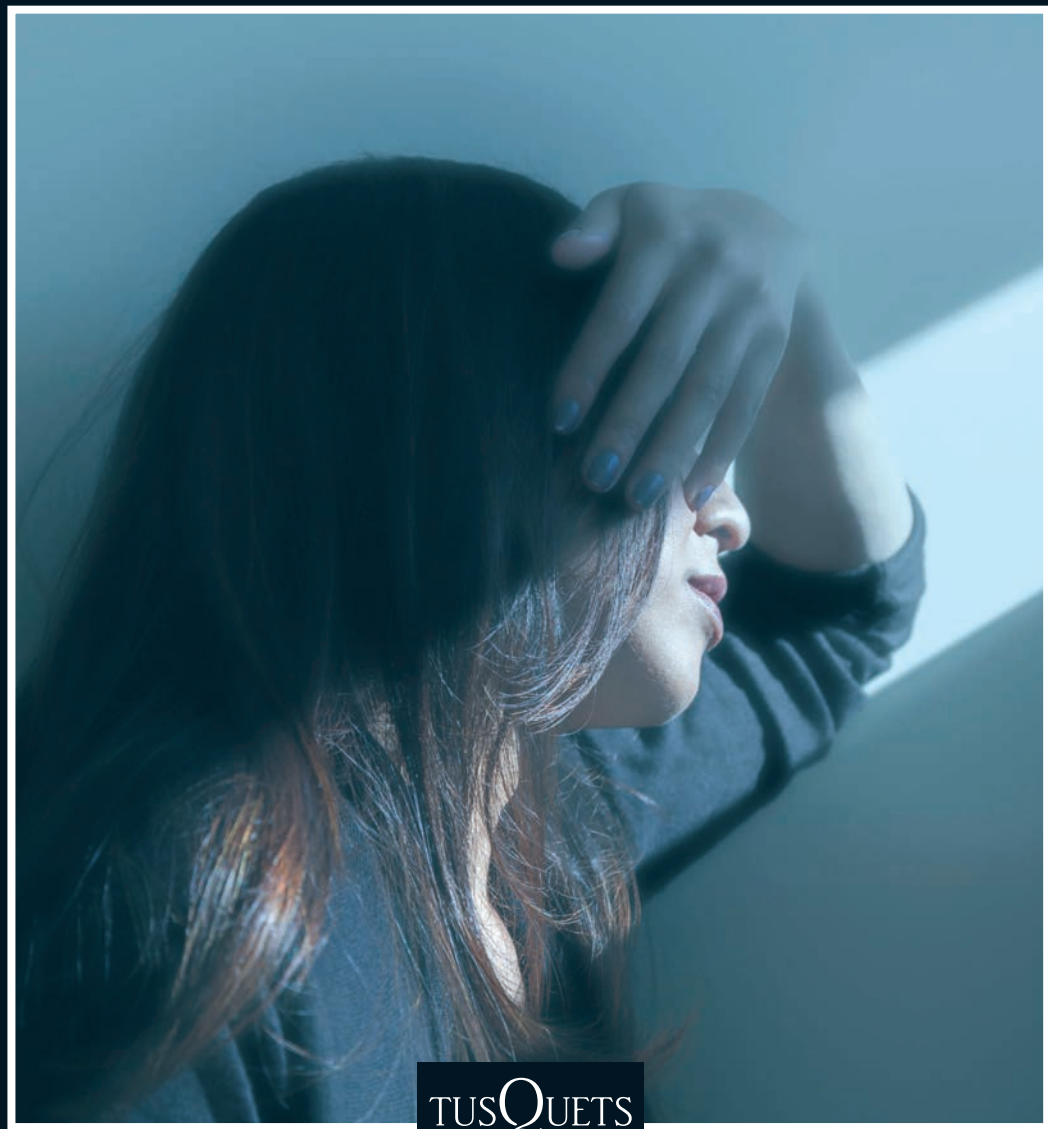


Kay R. Jamison

# BIPOLAR

Una mente inquieta

*colección andanzas*



TUSQUETS  
EDITORES

KAY REDFIELD JAMISON  
BIPOLAR

Una mente inquieta

Traducción de Manuel Talens

TUSQUETS  
EDITORES

Título original: *An Unquiet Mind. A Memoir of Moods and Madness*

1.<sup>a</sup> edición en esta presentación: octubre de 2022

1.<sup>a</sup> edición: abril de 1996

© 1995 by Kay Redfield Jamison

Todos los derechos reservados, incluida la reproducción total o parcial.

Traducción publicada por acuerdo con Alfred A. Knopf, un sello de Knopf Doubleday Group, una división de Penguin Random House, LLC

© del prefacio: 2011 by Kay Redfield Jamison

© de la traducción: Manuel Talens, 1996

Diseño de la colección: Guillemot-Navares

Reservados todos los derechos de esta edición para

Tusquets Editores, S.A. – Avda. Diagonal, 662-664 – 08034 Barcelona

[www.tusquetseditores.com](http://www.tusquetseditores.com)

ISBN: 978-84-1107-176-5

Depósito legal: B. 13.527-2022

Fotocomposición: Realización Tusquets Editores

Impresión: Liberdúplex, S. L.

Impreso en España

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 este 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](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.



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

# Índice

|   |     |
|---|-----|
| Quince años después (2011).....             | 13  |
| Prólogo.....                                | 17  |
| Primera parte: El azul lejano y agreste     |     |
| Hasta el sol.....                           | 25  |
| Una educación para toda la vida.....        | 53  |
| Segunda parte: Una locura no tan fascinante |     |
| Fuga de ideas.....                          | 77  |
| Añorando a Saturno.....                     | 99  |
| El osario.....                              | 118 |
| Profesora numeraria de universidad.....     | 132 |
| Tercera parte: La medicina del amor         |     |
| Oficial y caballero.....                    | 145 |
| Me han dicho que llovió.....                | 158 |
| Amor que cuida a la locura.....             | 168 |
| Cuarta parte: Una mente inquieta            |     |
| Hablando de locura.....                     | 183 |
| Cazadores de genes.....                     | 189 |
| Privilegios hospitalarios.....              | 203 |
| Una vida de afectos exaltados.....          | 213 |
| Epílogo.....                                | 221 |
| Agradecimientos.....                        | 225 |

Me encontraba de pie, oyendo el avión, con la cabeza echada hacia atrás y una de mis trenzas sujeta con los dientes. El ruido era ensordecedor, lo cual indicaba su proximidad. La escuela primaria a la que asistía estaba junto a la Base de la Fuerza Aérea Andrews, nada más salir de Washington. Muchos de nosotros éramos hijos de pilotos y aquel zumbido formaba parte de la rutina, pero no por eso dejaba de tener cierta magia, así que, instintivamente, miré hacia arriba desde el patio de recreo y saludé con la mano. Sabía que el piloto no podía verme —siempre lo supe— y que incluso si me viera lo más probable es que no fuese papá, pero era una de esas cosas que se hacían porque sí y, de todas maneras, me encantaba mirar hacia el cielo. Mi padre, oficial de carrera en las fuerzas aéreas, era ante todo un científico y, en segundo lugar, también piloto. Pero le gustaba volar y, como buen meteorólogo, su mente y su alma terminaban por estar en los cielos. Al igual que papá, yo solía mirar más hacia arriba que a mi alrededor.

Cuando le decía que la marina y el ejército eran mucho más «viejos» que las fuerzas aéreas y tenían más tradición y leyenda, él solía responder:

—Sí, es verdad, pero las fuerzas aéreas son el *futuro* —y luego añadía—: además, podemos volar.

Tras esta confesión de fe, entonaba a veces entusiásticamente el himno de las fuerzas aéreas, del que todavía recuerdo algunos fragmentos mezclados de manera confusa con estrofas de villancicos, con poemas tempranos y con frases y párrafos del libro de oraciones, todos ellos importantes en la infancia y capaces aún de alterarme el pulso.

Y yo prestaba atención y creía, y al oír el verso «Allá vamos, hacia el azul lejano y agreste», pensaba que «lejano» y «agreste» eran las palabras más hermosas que había escuchado en mi vida. Igualmente, me sentía embargada por la frase «Subiendo muy arriba, hasta el sol» y comprendía de forma espontánea que yo formaba parte de los que aman la inmensidad del cielo.

El ruido del avión se hizo más aturdidor y vi que los otros niños de segundo curso de primaria alzaban de repente la cabeza. El aparato, que volaba muy bajo, pasó por encima evitando por muy poco el patio de recreo. Se precipitó entre los árboles y explotó directamente frente a nosotros, que permanecíamos agrupados y llenos de pavor. La ferocidad de la catástrofe se dejó notar en el terrible fragor del impacto y en la belleza horrorosa y persistente de las llamas que surgieron a continuación. A los pocos minutos, parecía como si todas las madres hubiesen corrido al patio con el fin de tranquilizar a cada niño diciéndole que no había sido su papá. Por suerte para mi hermano, para mi hermana y para mí, tampoco era el nuestro. Unos días después, tras la divulgación del mensaje que el joven piloto envió a la torre de control antes de morir, se supo que podía haber salvado su vida saltando en el aire, pero prefirió no hacerlo, pues existía el riesgo de que el avión abandonado se estrellase en el patio de recreo, matando a los niños que estábamos allí.

El piloto muerto se convirtió en un héroe, transformado en un modelo abrasadoramente vívido e imposible a causa

de su sacrificio en nombre del deber. Era un paradigma utópico, pero convincente y definitivo por lo inaccesible. El recuerdo de aquella tragedia me acompañó muchas veces a lo largo de los años, como una evocación de hasta qué punto una anhela y necesita esos ideales y de lo tremendamente difícil que resulta cumplirlos. Después de aquella tarde, ya no solamente vi grandiosidad y belleza en el cielo, pues en él había también un lugar para la muerte.

Como todas las familias militares, la nuestra iba de un lado para otro y cuando mis hermanos y yo llegamos al quinto curso, habíamos pasado ya por cuatro escuelas primarias en Florida, Puerto Rico, California, Tokio y dos veces en Washington. Pero nuestros padres, y sobre todo mamá, mantenían nuestra vida tan resguardada, cálida y constante como les era posible. Mi hermano era el mayor, el más estable y mi aliado incondicional, a pesar de los tres años de diferencia que había entre nosotros. Yo lo idolatraba y, a menudo, procurando pasar desapercibida, iba tras él y sus amigos cuando jugaban al béisbol o se adentraban por el vecindario. Era inteligente, recto y seguro de sí mismo, y siempre tuve la sensación de estar más protegida de lo habitual cuando se encontraba cerca de mí. La relación con mi hermana, que tenía solamente trece meses más que yo, fue más complicada. Ella era la guapa de la familia, con pelo oscuro y ojos hermosos y, desde el principio, estuvo siempre dolorosamente al tanto de lo que pasaba a su alrededor. Poseía maneras carismáticas, un temperamento fuerte, estados de ánimo negros y pasajeros y poca tolerancia frente al conservador estilo de vida militar en el que, según ella, nos hallábamos prisioneros. Funcionaba al margen, desafiadoramente, y rompía con todo cada vez que le era posible. Detestaba la escuela secundaria y, cuando

vivíamos en Washington, con frecuencia se saltaba las clases para ir a las exposiciones de la Smithsonian Institution o al Museo Médico del Ejército o a fumar y beber cerveza con sus amigos.

Me tenía envidia porque, tal como decía burlescamente, yo era «la rubia», una hermana a la que, pensaba ella, los amigos y las tareas del colegio le resultaban demasiado fáciles, que iba por la vida sin esfuerzo, protegida de la realidad por una visión absurdamente optimista de la gente y de las cosas. Entre mi hermano —un atleta que siempre sacaba notas perfectas en los exámenes— y yo —que adoraba estudiar y que me dedicaba vigorosamente a los deportes, a los amigos y a las actividades escolares—, ella destacaba como el miembro de la familia que hacía frente y se oponía a lo que consideraba un mundo duro y difícil. Odiaba la vida militar, los constantes trastornos y la obligación de buscar nuevos amigos, y estaba convencida de que las relaciones familiares eran pura hipocresía.

Quizá debido a que mis violentas escaramuzas contra estados de ánimo aciagos no llegaron hasta que fui mayor, tuve tiempo de vivir un mundo benigno de aventuras, poco amenazante y maravilloso que, pienso, mi hermana no llegó a conocer. Los largos e importantes días de la infancia y de la temprana adolescencia fueron en su mayoría muy felices para mí y me proporcionaron una sólida base de calor, de amistad y de confianza. Estaban destinados a ser un poderoso amuleto, una pujante y positiva fuerza de contrapeso para adversidades futuras. Mi hermana no tuvo aquellos años, aquellos amuletos. No es sorprendente, quizá, que cuando ambas tuvimos que enfrentarnos con nuestros respectivos demonios, ella consideró la oscuridad como algo que llevaba dentro y que formaba parte de su ser, de la familia y del mundo. Yo, al contrario, lo tomé por algo ajeno. A pesar de



lo embebida que la negrura llegó a estar en mi mente y en mi alma, casi siempre me pareció una fuerza exterior que me había declarado la guerra.

Mi hermana, al igual que mi padre, podía ser encantadora hasta la plenitud: lozana, original y arrebatadoramente ingeniosa, poseía también un sentido extraordinario del diseño, una enorme imaginación artística. Pero no era una persona fácil o sin problemas y, conforme iba creciendo, sus conflictos lo hacían con ella. Podía destrozarte el corazón y luego provocar tu enojo de una manera difícil de soportar. Sin embargo, siempre sentí que yo era como la tierra para el fuego y las llamas de mi hermana.

Cuando papá se implicaba, lo hacía de verdad: entusiasta y burlón, le seducía prácticamente todo y era capaz de describir de forma deliciosa y original las bellezas y los fenómenos de la naturaleza. Un copo de nieve no era tan solo un copo de nieve, ni una nube solo una nube, pues se convertían en acontecimientos y en personajes que formaban parte de un universo vivo y ordenado de manera poco habitual. Cuando las cosas iban bien y se sentía contento, su contagioso entusiasmo se extendía por todas partes. La casa se llenaba de música, aparecían nuevas joyas maravillosas —un anillo de piedra lunar, una delicada pulsera de rubíes, un medallón de aguamarinas engarzadas en oro— y todos aguzábamos los oídos, pues sabíamos que a continuación escucharíamos con grandes detalles lo que en aquel momento le apasionaba. Unas veces era un discurso basado en la fervorosa certeza de que el futuro y la salvación del mundo estaban en los molinos de viento; otras, sencillamente, que mis hermanos y yo teníamos que aprender ruso porque la poesía rusa era extraordinariamente hermosa en versión original.

Cierta ocasión leyó que George Bernard Shaw había legado dinero en su testamento para desarrollar un alfabeto fo-

nético, dejando especificado que *Androcles y el León* debería ser la primera de sus obras de teatro que fuese traducida. Todos nosotros, además de aquellos que se encontraban en su trayectoria de vuelo, recibimos múltiples ejemplares del libro. Corrió el rumor de que más de cien ejemplares habían sido encargados y distribuidos. El carácter expansivo de mi padre tenía algo de mágico que yo adoraba, y aún sonrío al recordarlo leyendo en voz alta lo de la mano herida de Androcles, mientras sonaba la canción *Adelante, soldados cristianos*, con los soldados cantando «Echadlos a los leones», y mi padre intercalaba comentarios editoriales a propósito de la importancia vital —nunca podrá señalarse bastante lo de vital— de los lenguajes fonéticos e internacionales. Aún conservo un gran abejorro de cerámica que también me hace sonreír cuando rememoro a mi padre cogiéndolo, lleno de miel, y lanzándolo al aire mediante varias maniobras de aviación que incluían, de manera muy apropiada, una figura de hoja de trébol. Naturalmente, cada vez que la abeja era bamboleada en vuelo, caía miel por toda la mesa de la cocina, y mi madre decía:

—Marshall, ¿qué necesidad tienes de hacer eso? Solo sirve para incitar a los niños.

Nosotros reíamos aprobadoramente, y eso nos aseguraba unos cuantos minutos más con el abejorro volando.

Era encantador, de verdad, algo así como tener a Mary Poppins de papá. Años después, me regaló una pulsera grabada con unas palabras de Michael Faraday que se hallan inscritas también en el edificio de física de la Universidad de California en Los Ángeles: «Nada es demasiado maravilloso para ser verdad». Ni que decir tiene, Faraday pasó por varios fracasos y la cita posee palpablemente poco de real, pero el pensamiento y el tono son adorables y muy acordes con el carácter de mi padre en sus mejores momentos. Mamá ha repetido

muchas veces que siempre pensó estar a la sombra del talento, del embrujo, de la intensidad y de la imaginación de papá. Su comentario de que él era un Flautista de Hamelín con niños proviene seguramente del efecto carismático que tenía sobre mis amigos y sobre la chiquillería de cualquier vecindario en que nos encontrásemos. Mis amigas, no obstante, preferían sentarse a charlar con mamá. Jugábamos con él y hablábamos con ella.

Mi madre cree a pies juntillas que en la vida lo importante no son las cartas que le reparten a una, sino la manera de jugarlas. Ella es, de lejos, la más valiosa que me ha tocado. Amable, franca y desprendida, posee esa confianza en sí misma que proviene de haber sido educada por padres que no solamente la amaban con todas sus fuerzas, sino que también eran amables, francos y desprendidos. Mi abuelo murió antes de que yo naciese. Era físico y profesor universitario. Según cuentan, fue un hombre perspicaz y muy acogedor con sus estudiantes y sus colegas. Mi abuela, a quien conocí muy bien, era una mujer cálida y amorosa y, al igual que mamá, se interesaba genuina y profundamente por los demás, lo cual, a su vez, se traducía en una tremenda capacidad para la amistad y en una increíble destreza para hacer que todos a su alrededor se sintiesen a gusto. La gente solía acercarse primero a ella, tal como sucedía con mamá, y nunca estaba escasa de tiempo ni demasiado ocupada para resultar dura o inabordable.

No era nada intelectual. Al contrario de mi abuelo, que pasaba su tiempo libre leyendo y releendo a Shakespeare y a Twain, ella iba al club. Como la apreciaban y, al mismo tiempo, era una buena organizadora, la elegían invariablemente presidenta de cualquier grupo en el que entrase. En muchos aspectos, fue una mujer conservadora hasta el desasosiego —próxima al Partido Republicano, Hija de la Re-

volución, frecuentadora de veladas de té, todas ellas cosas que sacaban de quicio a mi abuelo—, pero amable y enérgica. Vestía trajes floreados, se abrillantaba las uñas, disponía perfectamente la mesa y desprendía siempre un perfume de jabón silvestre. He conservado la imagen de ella como una abuela maravillosa, incapaz de no ser adorable.

Mamá —alta, delgada y bonita— fue una estudiante muy popular tanto en la escuela secundaria como en la universidad. Las instantáneas de su álbum la muestran como una joven feliz, siempre rodeada de amigos, jugando al tenis, nadando, haciendo esgrima, montando a caballo, inmersa en actividades de la hermandad de estudiantes o en plan estrella con una serie de guapos muchachos. El papel ha preservado la extraordinaria inocencia de un tiempo y un mundo diferentes, en los que ella se sentía bien. No se ven sombras de borrasca, ni rostros pensativos y melancólicos, ni era cuestión de oscuridades mentales o de inestabilidad. Su convencimiento de que es necesario saber prevenir se basa en la absoluta normalidad de la gente y de los acontecimientos inmovilizados por esas fotografías, así como en las generaciones que la precedieron, todas ellas estables, seguras, honradas y transparentes.

Los siglos de estabilidad genética prepararon solo de manera imperfecta a mamá para todos los torbellinos y las dificultades con las que hubo de enfrentarse una vez que dejó el hogar de sus padres para formar su propia familia. Pero ha sido precisamente esa asidua estabilidad que siempre tuvo, su fe en la transparencia y su enorme habilidad para amar y aprender, para escuchar y cambiar, lo que me ayudó a mantenerme en vida durante todos los años de dolor y de pesadillas que se avecinaban. Ella no podía saber lo difícil que sería convivir con la locura, no estaba preparada —nadie lo está—, pero debido a su capacidad de amar y a su enorme

voluntad, lo hizo con empatía e inteligencia. Nunca se le ocurrió tirar la toalla.

Mamá y papá alentaron enormemente tanto mi afición a escribir poesía, y a los juegos escolares, como a la ciencia y a la medicina. Ninguno de los dos trató de limitar mis sueños y tuvieron la sensibilidad y el buen juicio de saber distinguir entre los diferentes ciclos por los que fui pasando y las obligaciones más serias. Pero, en general, toleraban aquellos periodos con amabilidad e imaginación. Como yo era muy dada a las pasiones fuertes y absolutas, una vez estuve profundamente convencida de que teníamos que comprar un perezoso. Mamá, que ya había aguantado al máximo permitiéndome tener perros, gatos, pájaros, peces, tortugas, lagartos, ranas y ratones, se mostró poco entusiasmada. Papá me convenció de que anotara en una libreta todos los detalles científicos y literarios que encontrase sobre los perezosos y me sugirió que, además de buscar informaciones prácticas sobre sus necesidades dietéticas, sobre el espacio que necesitaban para vivir y los cuidados veterinarios que sería preciso prodigarle, escribiese asimismo una serie de poemas sobre estos animales y redacciones sobre lo que significaban para mí, que le diseñara el habitáculo que habría de ocupar dentro de nuestra casa y que apuntara observaciones detalladas sobre su comportamiento en el zoológico. Si era capaz de hacer todo aquello, me dijo, estarían dispuestos a conseguirme un perezoso.

Los dos sabían, estoy segura, que lo que a mí me apasionaba era la idea de tener una extraña idea y que si me daban la posibilidad de expresar mis entusiasmos, terminaría por sentirme satisfecha. Por supuesto, tenían razón, como pude comprobar observando a los perezosos en el parque zooló-

gico. Si de verdad existe algo más aburrido que observar a un perezoso —aparte de asistir a una partida de críquet o a una reunión de burócratas—todavía no lo he encontrado. Nunca agradecí tanto la vuelta al prosaico mundo de mi perra, que, en comparación, parecía de una complejidad newtoniana.

Mi interés por la medicina, sin embargo, fue duradero y mis padres lo alentaron. Cuando tenía unos doce años, recibí como regalo un instrumental de disección, un microscopio y un ejemplar de la *Anatomía* de Gray. Esta última me resultó bastante complicada, pero su presencia me hacía imaginar la medicina real. La mesa de ping-pong que teníamos en el sótano era mi laboratorio y en ella pasé tardes interminables disecando ranas, peces, gusanos y tortugas. Abandoné el mundo de la disección tras avanzar en la escala evolutiva de mis víctimas y obtener un feto de cerdo, pues su diminuto hocico y sus bigotitos perfectos terminaron por repelerme. Los médicos del hospital de la Base de la Fuerza Aérea de Andrews, donde empecé a trabajar de voluntaria ayudando a las enfermeras los fines de semana, me proporcionaron bisturíes, pinzas de hemostasia y, entre otras cosas, bolsas de sangre para uno de mis experimentos caseros. Pero, sobre todo, se tomaron muy seriamente mi persona y mis asuntos. No trataron nunca de quitarme de la cabeza mi idea de estudiar medicina, aunque en aquella época se consideraba que, en el campo de la sanidad, una mujer debía quedarse en enfermera. Me llevaban a las visitas médicas y me permitían asistir, e incluso ayudarlos, en las intervenciones quirúrgicas menores. Yo los observaba cuidadosamente quitar las suturas, cambiar los vendajes y hacer punciones lumbares. Mantenía los instrumentos, observaba las heridas y, una vez, incluso corté los puntos de una incisión abdominal de un paciente.