

ÁNGEL MARTÍN

POR SI LAS

VOCES

VUELVEN



«Hace unos años me rompí por completo. Tanto como para que tuvieran que atarme a la cama de un hospital psiquiátrico para evitar que pudiera hacerme daño.

»No tengo ni idea de cuándo empezó a formarse mi locura.

»A lo mejor nací genéticamente predispuesto.

»A lo mejor fui macerando una depresión al callarme ciertas cosas por no preocupar a los demás.

»O a lo mejor simplemente hay cerebros que de la noche a la mañana hacen crecer y se acabó.

»Si algo he descubierto en todo este tiempo es que cuando cuentas abiertamente que se te ha pirado la cabeza la gente enseguida le pone el sello de tabú. Aunque este libro lo he escrito para mí, por si las voces vuelven, es para cualquiera que haya pasado o esté pasando por algo parecido, y así romper de una vez por todas el estigma de las enfermedades mentales. Pero, si simplemente te apetece jugar a ver el mundo como yo lo vi mientras perdí el contacto con la realidad, este libro también es para ti. Si escuchas bien las voces, descubrirás cosas fascinantes como esta:

»NO NECESITAS LLEGAR A TOCAR FONDO PARA RECONSTRUIRTE DESDE CERO».

Un sorprendente testimonio sobre la locura. Un relato en primera persona sobre lo que supone perderse y tener que reconstruirse desde cero. Una historia vitalista que te agarra desde la primera línea.

## Índice de contenido

Cubierta

Por si las voces vuelven

1. 4 de junio de 2017
2. ¿De quién es esta voz?
3. ¿Me acompañas al hospital?
4. Señales
5. Tramas
6. Hospital
7. El señor gris
8. Noches de paz
9. La muerte
10. El universo de schrödinger
11. Volar
12. Adiós a las voces
13. ¿Y ahora qué?
14. ¿Quién carajo soy?
15. La reconstrucción

16. ¿Y si en realidad no estuve loco?

Sobre el autor

Notas

*Para las voces.  
Por si de repente descubrimos  
que también saben leer*

IMAGINA que de repente todo encaja.

Imagina que de repente todo, absolutamente todo lo que escuchas, lo que sientes, lo que ves forma parte de un gran puzle que, por algún motivo que no entiendes todavía, ya has conseguido terminar.

Imagina que cada sonido, cada olor, cada imagen, cada gesto, cada sensación que sientes están relacionados entre ellos y además te dan pistas exactas de hacia dónde debes ir, qué pensar y qué mirar para que tu vida sea perfecta.

Imagina tener la certeza de que el universo está susurrándote al oído que por fin has conseguido deshacer todos los nudos y encajar todas las piezas para poder vivir sabiendo que ya nada saldrá mal si escuchas bien.

Imagina que descubres que se podía vivir al mismo tiempo en el pasado, en el presente y en el futuro. Que te puedes comunicar con tu yo de cualquier momento del pasado, del presente o del futuro.

Imagina darte cuenta de que puedes controlar el tiempo, la naturaleza y el espacio con tan solo pensarlo.

Imagina sentir eso teniendo la certeza de que es cierto.

¿Lo tienes?

Según los médicos eso es volverse loco.

Ahora imagina perder de golpe esa sensación.

Eso es volverse loco de verdad.

Pero esto solo lo saben los que alguna vez se han vuelto locos.

Y aquí viene la sorpresa: en junio de 2017 yo lo estuve.

Tanto como para que tuvieran que atarme a la cama de un hospital para evitar que pudiera hacerme daño.

Y ahora que ya sabes mi secreto, comencemos.

## «LA GRATITUD ES LA MEMORIA DEL CORAZÓN».

Esta frase venía acompañando al código de descuento que me han regalado por comprar una libreta en una tienda de artículos de cuero hechos a mano.

Y aunque ahora mismo simplemente veo una frase que quedaría de puta madre sobre la foto de un paisaje en cualquier cuenta de Instagram, hace cuatro años hubiese sido una pista clave de que había comprado en el sitio correcto.

Y como justo después de leerla he visto de refilón las letras c y z del teclado del ordenador, una voz en mi cabeza hubiese susurrado la palabra *caza*; y, al ser el teclado blanco, yo sabría que eso es una pista buena y, por tanto, significaría que al comprar en esa tienda acabo de encajar otra pieza imprescindible en mi investigación para comprobar y demostrar personalmente que el universo es un cubo de Rubik gigantesco deseando que alguien se dé cuenta cuanto antes y consiga ordenar todas sus caras para poder disfrutar de la versión sin anuncios de este juego de estar vivos.

La pregunta es:

**«¿Qué piensas ahora, Ángel?».**

Y la respuesta es:

**«¿Por qué no?».**

Hablemos claro:

¿Qué tiene de malo pensar en que esa posibilidad existe?

¿Qué tiene de malo jugar con la posibilidad de que nuestras vidas sean una especie de *escape room* donde, si consigues descifrar y encajar todas las pistas, conseguirás todo aquello que siempre has soñado para ti y para los tuyos por jodidamente loco que parezca?

¿Qué tiene de malo jugar a pensar así de vez en cuando?

Yo, que puedo presumir de haber estado loco y, por tanto, de haber pasado por absolutamente todas esas fases por las que tu cerebro te obliga a pasar cuando la cabeza se te rompe por completo, digo: nada.

Así que mi pregunta es: ¿te apuntas a jugar conmigo un rato a ver el mundo como si estuvieras loco?

Ojalá digas que sí.

Sobre todo porque, a lo mejor, después de saber mirar al mundo así, decides jugar tú de vez en cuando y por tu cuenta y descubres algunas cosas que hasta ahora no sabías.

Pero si eres de los que prefieren decir no, recuerda que tienes quince días para devolver el libro siempre y cuando hayas guardado bien el *ticket*.

Empecemos.

## 1. 4 DE JUNIO DE 2017

EL 4 DE JUNIO de 2017 ingresé en el ala de psiquiatría del Hospital Puerta de Hierro.

¿Motivo del ingreso?

«Paciente varón de treinta y nueve años acude a urgencias expresando ideas extrañas».

Algunas de esas ideas extrañas eran: estar viviendo al otro lado del espejo, algo intentando entrar en mi cabeza, Chris Pratt y Jennifer Lawrence enviándome mensajes a través de la película *Passengers* y mensajes subliminales en cosas como el aceite de oliva.

Como verás, cuando estás loco no tienes demasiado tiempo *pa* aburrirte.

Había muchas más cosas, pero estas fueron solo algunas de las que compartí cuando me senté frente a las enfermeras en la sala del hospital al que, por supuesto, no acudí por decisión propia.

Me llevó un amigo.

Pequeño inciso:

En este libro encontrarás muy pocos nombres. Quizá debería dedicar un apartado a explicar qué es lo que pasa con la gente cuando a ti te pasa algo que les hace sospechar que el tipo que eras antes ya no volverá jamás, pero a poco que lleves vivo más o menos veinte años, ese tipo de cosas ya las sabes.

Así que, aclarado este punto seguramente prescindible, volvamos a la historia que estoy tratando de contarte sin perder mucho más tiempo, por si las voces vuelven antes de lo esperado y por sorpresa, para tener algunas claves con las que gestionar mejor nuestra locura.

Mi chica, después de encontrarse una mañana con una nota en la cocina en la que yo la felicitaba por haber conseguido un éxito increíble de taquilla con el estreno de la peli *Wonder Woman*, y de verme llegar a casa después de unas cuantas horas completamente desaparecido con el coche rebosando de regalos, se dio cuenta de que algo raro pasaba en mi cabeza cuando me enfadé mucho con ella y me acosté, porque su reacción al ver todo lo que le había comprado por petarlo muy muy fuerte con su peli fue increíblemente más cercana a «¿qué mierda estás haciendo, Ángel?» que a ponerse a dar saltos de alegría.

Recordemos que, en mi cabeza, ella acababa de ganar millones de dólares gracias a *Wonder Woman*, así que en el fondo yo tenía algo de razón al enfadarme porque, en lugar de ponerse a celebrar que éramos multimillonarios, se centrara mucho más en que me hubiera gastado unos mil euros en tazas de Mickey y Minnie Mouse, una bicicleta mala y un par de mierdas más que no recuerdo.

Creo que una era un Apple Watch que yo estaba seguro de que podía controlarse con la mente, porque al mirarlo en la tienda las mariposas que tenía puestas de fondo de pantalla aletearon cuando les pedí que aletearan.

Por cierto...

Si rebuscas en mi Facebook, todavía puedes ver el *post* donde le doy la enhorabuena a mi chica por el éxito de *Wonder Woman*. 😊

**Ángel Martín Gómez**

4 de junio de 2017

Ella todavía no lo sabe porque está dormida, pero parece que *Wonder Woman* ha superado los cien millones de dólares en su primer fin de semana en taquilla.

Es el mejor estreno de la historia para una película dirigida por una mujer.

Os dije que tenía a la chica.

Me alegro mucho, mi vida.

Enhorabuena por tu trabajo.

Estoy deseando ver la siguiente.

Te quiero.

#WonderWoman #EvaFernandez #Bravo #Gracias #Tequiero #aporotra #ya #post



Me gusta

Comenta

Comparte

Tengo que decir que, aunque llevaba tiempo haciendo cosas raras, por aquel entonces mi vida consistía en vagar, beber, fumar hierba y consumir media pastilla de éxtasis de vez en cuando, así que la actitud de cualquiera con una vida así no es motivo para preocuparse a menos que cruce algunas líneas.

Si en tu entorno hay personas multidisciplinares con las drogas y el alcohol, sabrás perfectamente de qué hablo.

En mi caso, lo de consumir de vez en cuando éxtasis era algo que mantenía en absoluto secreto porque lo descubrí poco antes de conocer a mi chica, después de una actuación, en una de esas noches en las que te juntas con cualquier persona nueva que conoces simplemente por no volver a casa solo y con la misma sensación de llevar años estancado en una vida en punto muerto. Lo tomaba cuando me quedaba solo en casa y sabía que tenía bastantes horas por delante como para poder disimular o que me pillaran ya en la cama. Para mi entorno más cercano, mis vicios se limitaban al alcohol y la maría.

Por si nunca has tomado éxtasis, dejémoslo en que la sensación es extremadamente parecida a lo que sentiste el día que viste *Matrix*, cuando Keanu Reeves toca un espejo nada más llegar allí y casi acaba fundiéndose con él.

Tomar media pastilla de éxtasis cuando me sentaba a escribir me generaba la sensación de estar arrancando de raíz las capas más superficiales de lo que vemos a primera vista con los ojos y me permitía llegar a zonas completamente nuevas del cerebro donde se generaban reflexiones y descubrimientos imposibles de alcanzar en un estado normal.

Por suerte, el combo llenar coche de tazas de Mickey y Minnie Mouse y dar la enhorabuena tanto de manera privada como pública por el éxito de *Wonder Woman* hizo que a mi chica se le encendieran las alarmas y, tras llamar

a mis padres –imagino que para confirmar que estaba haciendo cosas extremadamente raras y descartar que simplemente fuese raro de cojones desde muy muy chiquitito –, optó por llamar a un amigo nuestro para ver si él conseguía que yo le acompañara al hospital.

Pequeño inciso:

Por aquel entonces mi chica, Eva, llevaba conmigo tan solo diez meses, así que jamás podré explicarle a nadie con palabras lo increíblemente agradecido que le estoy por haberse quedado conmigo en un momento en el que os aseguro que lo más cómodo y sencillo hubiese sido largarse de mi lado, porque dar la enhorabuena por el éxito de *Wonder Woman* era solo el principio del caos que estaba por venir.

Por eso aprovecho para pedirte que, si estás pasando o has pasado por una mierda parecida a esta, pongas en un altar a todos aquellos que lo único que intentan o intentaron es que dieses más paseos, comieses rico y descansaras.

Les debes y les deberás mucho más de lo que crees.

Te lo dice un exloco.

Sobre cómo debió de ser esa llamada no tengo ni la más mínima idea, porque he decidido que este libro sea única y exclusivamente sobre lo que yo viví.

Quizá dentro de un tiempo me siente con algunas personas que estuvieron cerca en modo entrevistador para tratar de descubrir cómo lo vivieron ellos, pero he querido que en este libro estemos solos mi cabeza, tú y yo.

De hecho, solo hay cinco o seis personas que saben sobre qué estoy escribiendo, pero no tienen ni idea de qué estoy escribiendo exactamente. Para ellos simplemente

te estoy escribiendo «algo de cuando me volví loco». El resto se lo encontrarán cuando se publique el libro, al mismo tiempo que la mayoría.

### **«¿Y eso por qué, Ángel?».**

Para evitar intoxicarme sobre el miedo o la vergüenza de los otros a contar según qué cosas o acabar reflexionando sobre si el tono que utilizo o debo utilizar para contar esta movida es el correcto.

Si algo he descubierto en todo este tiempo es que cuando cuentas abiertamente que se te ha pirado la cabeza la gente enseguida le pone el sello de tabú.

Mucha gente tiene miedo de que haber perdido el juicio le haga perder también el respeto de los otros y se les termine el mundo porque ya nadie se fíe de ellos, y por eso prefieren guardarse este tipo de movidas, pero... ¿sabes qué?

Que les follen a los otros.

Cualquiera que te aparte porque te volviste loco es un gilipollas integral al que no necesitas tener cerca.

Y a cualquiera que cuando estés recuperado te recuerde cosas como «me debes esto o eso por haberte echado un cable cuando no estabas bien» tampoco le necesitas cerca.

Volverse loco no tiene absolutamente nada de malo.

No es algo que tú mismo te provoques a propósito.

No conozco a nadie que se haya levantado una mañana y haya dicho: «¿Sabéis qué? Estoy de puta madre, pero he decidido que voy a cruzar todas las líneas con las drogas y el alcohol, a callarme todas esas emociones que seguramente me conviertan en papilla gran parte del cerebro, a evitar disfrutar de cualquier cosa buena que me pase, a centrarme solo en lo malo y a rodearme de hijos de puta miserables para asegurarme de que en mi vida no

exista ni un solo momento de tranquilidad y paz, a ver si así consigo volverme loco cuanto antes».

Nadie busca volverse loco a propósito.

Nadie.

Lo que sucede es que, el día menos pensado, la burbuja que has creado para intentar que todo duela mucho menos estalla, pero en lugar de hacerlo para afuera lo hace hacia adentro y... ¡jalehop!

Las voces llegan.

Y lo increíble es que lo hacen de un modo tan elegante y sutil que, hasta que no sucede algo extremadamente llamativo, jamás valorarías –ni tú ni nadie– la posibilidad de estar volviéndote majara.

**«¿A qué te refieres con “un modo elegante y sutil”, Ángel?».**

Te lo explicaré con un ejemplo muy sencillo.

¿Estás leyendo esto con tu voz o con la mía?

Te acabo de volar un poquitito la cabeza, ¿verdad?

Hagamos un paréntesis antes de seguir adelante con la historia de cómo consiguieron que fuese al hospital.