

# Depresiones en primera persona (del masculino)

Cinco testimonios indagan en el sufrimiento psíquico de los hombres de hoy y prolongan una larga tradición de autores que aspiran a librarse del decaimiento mediante la escritura

[Mercedes Cebrián](#)



'La melancolía de un día hermoso', de Giorgio de Chirico (1913).

La eficacia terapéutica de narrar oralmente los síntomas que provocan

sufrimiento psíquico, ya sea debido a alteraciones del ánimo o de la química cerebral, ha sido largamente probada, al menos desde que [Freud inventase el psicoanálisis](#). La [narración literaria de los males del espíritu](#) también tiene una larga tradición que bebe de la anterior. Por tanto, no ha de resultarnos extraño que en los últimos y convulsos meses hayan aparecido varias novedades literarias de este subgénero confesional.

La vía testimonial en primera persona con ciertos tintes autoficcionales es la elegida por los cinco autores que nos ocupan, todos ellos varones nacidos en distintas décadas del siglo XX. Otro aspecto que los une es la necesidad de hallar metáforas y analogías mediante las que describir la experiencia de la depresión. El escritor mexicano [Mauricio Montiel](#), ya desde el título de su libro, decide que su depresión es un perro rabioso, pero también “una pesadilla que se vive —que se sufre— con los ojos bien abiertos y que lenta, irremediablemente, va debilitando los cimientos de nuestra realidad (...)”. Montiel combina su experiencia personal con páginas ensayísticas en las que proporciona abundantes referencias artísticas y literarias relacionadas con la depresión, de ahí que por su texto desfilen [Durero](#), [Emily Dickinson](#) y [Virginia Woolf](#), entre otros.

No es lo mismo recordar una depresión que escribir un diario narrando en directo los pormenores del proceso. Este último es el principal recurso empleado por el autor italiano Giuseppe Berto en [El mal oscuro](#), una extensa novela en la que, con una prosodia de frases fustigantes que recuerda a la de [Thomas Bernhard](#), [Italo Svevo](#) y [Gadda](#), explora sus malestares psíquicos y físicos tras la muerte de su padre y rememora episodios de su infancia y juventud relacionados con ellos. El libro obtuvo en 1964 los premios Campiello y Viareggio en Italia y fue publicado en España en esa década. Ahora ha sido rescatado por la editorial Altamarea con un prólogo de Juan José Millás.

Berto nos da noticias de sus afecciones psíquicas en una época en la que el tratamiento psicoanalítico era “una práctica de moda en medio mundo”,

según el propio autor, y el electroshock una opción practicada asiduamente. Tras caer en desuso por su mala prensa, el electroshock se emplea en la actualidad para tratar depresiones muy graves y otras enfermedades bajo el nombre de [terapia electroconvulsiva](#) (TEC). De ello da fe [Emmanuel Carrère](#) en *Yoga*, su libro más reciente, que nació como un breve ensayo personal sobre la práctica de esta disciplina india y fue creciendo tras la depresión profunda de su autor. Internado durante cuatro meses en el hospital psiquiátrico Sainte-Anne de París, que tuvo entre sus pacientes más célebres a [Camille Claudel](#), [Antonin Artaud](#) y [Paul Celan](#), Carrère analiza, en uno de los momentos más inspirados del libro, el informe médico de su depresión estableciendo un diálogo —o más bien un pulso— con la aséptica terminología profesional sobre su caso (“Escenario de ahorcarse sin proyecto de consumir de inmediato el acto”; “Episodio de breve desrealización, seguido de un síndrome confusional franco con desorientación espacio-temporal (...)”).

**A diferencia de lo que sucedía en el pasado, los autores que retransmiten sus males del ánimo en pleno siglo XXI emplean con toda naturalidad el término “depresión”**

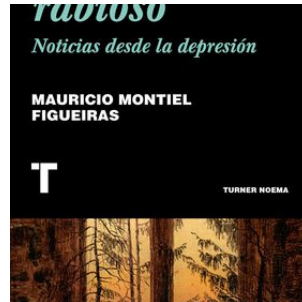
Los enfoques de estos autores en relación con sus propios diagnósticos y con la farmacología que emplean para tratarse difiere según la generación a la que pertenecen: Berto sorprende a los lectores actuales con su combinación de inyecciones subcutáneas y “minúsculas pastillas rosas”, e incluso el vocabulario del que se sirve para dar cuenta de su estado depresivo, al que llama “agotamiento nervioso” y “crisis nerviosa”, resulta hoy poco común. En cambio, los autores que retransmiten sus males del ánimo en pleno siglo XXI emplean con toda naturalidad el término “depresión”, con el que están más que familiarizados.

El deseo de encontrar alivio a través de la investigación literaria sobre uno mismo es también una constante que alimenta estos cinco textos. En el epílogo donde detalla las circunstancias en las que escribió la novela,

Berto comenta que, al trabajarla, se sentía “como si hubiera encontrado la punta de un hilo que sobresalía del ombligo: yo estiraba y salía el hilo, casi ininterrumpidamente, y hacía un poco de daño, es comprensible, pero si lo dejaba dentro también hacía daño”. Esa pulsión introspectiva de Berto coincide con la de su compatriota Andrea Pomella, nacido más de medio siglo después, en 1973, y ganador del premio Napoli en 2019 por *El hombre que tiembla*, una lúcida crónica en la que recorre su proceso depresivo con cierto optimismo y en un tono cercano al lector. El más joven de los autores, el español [José Ignacio Carnero](#) (1986), también da fe de la capacidad que posee la escritura para aliviar el malestar psíquico, prueba de ello es su reciente *memoir*, titulada *Hombres que caminan solos*, en la que llega a confesar que se dejó llevar por la depresión en parte por su deseo de narrarla: “Creo que lo hice para así poder contarlo. Eso es lo que estoy haciendo. Quiero contarlo”.

A diferencia del resto de autores, Carnero emplea con cierta frecuencia la primera persona de plural cuando se refiere a su padecimiento psíquico, pues considera que la manera en que él vive sus males está estrechamente vinculada con las contradicciones que experimenta su generación: “Siendo, como somos, ciudadanos de este nuevo mundo digital, pero perteneciendo, en nuestra cultura, en nuestra formación, en nuestros hábitos, a otro mundo distinto, se hace necesario buscar ayuda”. Internet, como no podía ser de otro modo, es uno de los recursos que más consulta para entender qué le ocurre física y psíquicamente. Buen conocedor de todo tipo de sustancias psicoactivas (ayahuasca incluida), el autor-narrador encuentra en la red toda la información que necesita acerca de su malestar y de los fármacos que le pueden ayudar a salir de él, de ahí que el [Orfidal](#) llegue a ocupar un papel relevante en su historia. De hecho, el principal fin de sus visitas a su psiquiatra es obtener medicación (“La psiquiatra no me hizo caso, se alejó riéndose, entró en su despacho a coger las recetas que acababa de firmar y me las entregó. — Con esto del Procés —me dijo— no paro de recetar Orfidales”), y no tanto la curación por la palabra, que el autor obtiene a través de la escritura.

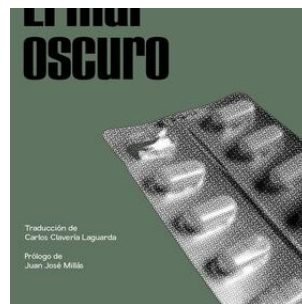
En cualquier caso, el rasgo vinculante más destacado de estos cinco textos es que, además de servir de ayuda a sus propios autores, arrojan luz sobre los padecimientos humanos. De ahí que puedan leerse no solo como artefactos literarios sino como instrumentos de ayuda para comprender esta enfermedad que nos visita cada vez más a menudo.



## 'Un perro rabioso'

Mauricio Montiel Figueiras.  
Turner Noema, 2021  
160 páginas. 17,90 euros

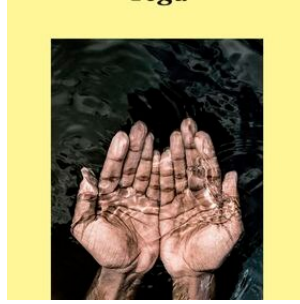
[Búscalo en tu librería](#)



## 'El mal oscuro'

Giuseppe Berto.  
Altamarea, 2021.  
496 páginas. 22,90 euros.

[Búscalo en tu librería](#)



## 'Yoga'

Emmanuele Carrère.  
Anagrama, 2021.  
336 páginas. 20,90 euros.

[Búscalo en tu librería](#)



## 'El hombre que tiembla'

Andrea Pomella.  
Traducción de Carlos Clavería Laguarda.  
Altamarea, 2020.  
244 páginas. 19,90 euros.

[Búscalo en tu librería](#)



## 'Hombres que caminan solos'

José Ignacio Carnero.

Literatura Random House, 2021.

192 páginas. 17,90 euros.

### Búscalo en tu librería

*Puedes seguir a BABELIA en [Facebook](#) y [Twitter](#), o apuntarte aquí para recibir [nuestra newsletter semanal](#).*