

“ EMMANUEL
CARRÈRE

ESCRIBIR Y EL SEXO SON LAS COSAS QUE TE HACEN SENTIR VIVO”

‘Yoga’ (Anagrama) es un libro extraño: lo que iba a ser un ensayo ameno sobre la meditación y la espiritualidad se convirtió en una crónica del trastorno bipolar del autor, con electrochoques incluidos. A eso hay que sumarle la polémica con su ex esposa, que le obligó a retirar los pasajes sobre ella

POR VANESSA
GRAELL BARCELONA

uede un libro sobre la meditación, el zen y el yoga convertirse en un descenso a los infiernos con polémica mediática incluida? Sí, si quien escribe es Emmanuel Carrère (París, 1957). Lo que iba a ser un ensayo risueño, su particular

versión filosófica y canalla de los libros *new age* y de autoayuda, se ha convertido en la crónica de su bipolaridad: cómo fue internado durante cuatro meses en el psiquiátrico de Sainte Anne, cómo se sometió a un tratamiento con ketamina, electrochoques y litio.

A las pocas semanas de su publicación en Francia, *Yoga* ya era un *best seller* y sonaba como posible ganador del premio Goncourt. Hasta que su ex esposa, la periodista Héléne Devynck, acusó públicamente a Carrère de traicionar su contrato de divorcio, de mentir y de falsear la realidad. Héléne, que aparecía en *Limónov* o *De vidas ajenas*, ya no quería ser un personaje de Carrère.

Pregunta. Yoga son dos libros en uno: su autobiografía espiritual y la psiquiátrica. Mezcla momentos luminosos y oscuros. ¿Es su *ying yang* literario? **Respuesta.** Totalmente. Es la misma vida, con sus luces y tinieblas. Aspiramos a una cierta serenidad, sabiduría,



P. El objetivo del yoga es reducir el ego, minimizar el yo. Pero la literatura, y más en su caso, ¿no es una forma de expansión de ese ego?

R. Es un problema, sí [ríe]. Hay una contradicción aparente entre delimitar el imperio del ego y una práctica literaria que tiende hacia otro lado... En cuanto a las contradicciones, no estoy aquí para resolverlas sino para admitirlas. La experiencia humana está hecha de contradicciones. Todos estamos anclados a un ego a la vez tiránico y herido. Lenin dice que hay que trabajar con el material existente. Y el material existente es uno mismo. Sé que escribo libros con la esperanza de que cambie alguna cosa, al menos en mí. Tal vez suena infantil,

a una relación armoniosa con el mundo. Pero también estamos formados por fuerzas dolorosas y tenebrosas que nos sobrepasan a veces. Somos los dos polos y nuestra vida está hecha de esa tensión.

pero escribo para ser una versión mejor de mí mismo. **P.** Dice que el sexo también es yoga. Y que los grandes momentos de su vida son construir frases y más frases. Y el sexo. **R.** Por supuesto. Son las dos

cosas que te hacen sentir más vivo. Tienes la impresión de que ocupas tu lugar sobre la tierra. **P.** Internado en Sainte Anne vivió momentos muy duros con ideas suicidas. ¿Qué recuerdos tiene?



JOSÉ AYMÁ

R. La verdad es que tengo muy pocos recuerdos. Es uno de los efectos secundarios de la terapia electroconvulsiva, que altera la memoria. Tengo recuerdos vagos, un poco flotantes, cosas que me han contado mis allegados y el documento de hospitalización en el que cada día los médicos anotan sus observaciones de tu estado, muy precisas y rigurosas. He tenido que recurrir a todo esto para reconstruir ese periodo oscuro de mi vida.

P. La terapia con electrochoques suena un poco atroz...

R. Tenemos una idea errónea de los electrochoques, la de un tratamiento bárbaro y arcaico. Pero hoy se ha convertido en un tratamiento puntero en psiquiatría. ¿Cuál es la eficacia? Varía en función de las personas, claro. Es difícil decir cuál es la parte de los

electrochoques que ha ayudado a sanarme. Nunca sabes cómo hubiese sido el otro camino.

P. Al final, no es la meditación lo que le salva, sino la medicación.

R. Sí, y es algo perturbador para alguien que lleva muchos años analizándose. Algunos medicamentos, sobre todo el litio, tienen una gran eficacia en los llamados trastornos

nombre de la literatura?

R. Muy fácil: no dañar a nadie. Es como el juramento hipocrático, aunque de otra manera. Es una obligación muy importante. Podemos dañar por inadvertencia o descuido, pero hay que estar atentos. *Una novela rusa* es un libro que me gusta, pero me hace sentir un poco incómodo. Yoga, no.

P. ¿Aún cree, como Van Gogh, que «la tristeza



LA LITERATURA ES COMO EL JURAMENTO HIPOCRÁTICO: NO DEBES DAÑAR A NADIE™

bipolares. Estabiliza mucho. Y que la química tenga tal importancia es inquietante.

P. En este libro hay una gran ausencia: Hélène. Como escritor, ¿por qué firmó un contrato que limitaba su libertad creadora?

R. Es una pregunta que me he hecho muchas veces a posteriori. Lo hice en el marco de un divorcio, tenía la impresión de que así daba tranquilidad a mi mujer. Pero no pensaba que usaría esa cláusula de una forma tan radical. Por supuesto, está en su derecho de no querer aparecer en mi obra. Pero es un poco difícil escribir un libro autobiográfico de los años en que estábamos casados y en los que ella era el personaje principal de mi vida. No había nada despectivo en lo que escribí, al contrario. Pero bueno... Lo rechazó y me vi obligado a retocar el libro.

P. Si hubiese mantenido los pasajes que tuvo que suprimir, ¿habría ganado profundidad el libro?

R. Al final me digo que esta especie de elipsis es parte de la identidad del libro: es la manera en que está tratado el fin de este matrimonio y de este amor. Creo que es mejor que lo que había

durará para siempre?

R. Una mitad de mí lo cree y la otra cree lo contrario. Ambas cohabitan.

P. No parece demasiado triste ahora.

R. No, ahora estoy bien [sonríe; de hecho, sonríe casi todo el rato]. Este libro no pretende ser una gran enseñanza filosófica, pero algo que aprendes con el tiempo y la práctica de la meditación es la alternancia constante de los estados: todo fluctúa. Cuando estás mal y los amigos te dicen "tranquilo, todo irá mejor", tienen razón. Pero cuando estás bien te tendrían que decir "sabes, volverá a ir mal". Es importante relativizar los estados y más cuando sufres problemas bipolares, que es lo que le sucede a todo el mundo pero de forma amplificada: los altos son más altos y los bajos más bajos.

P. ¿Por qué en plena depresión decide irse al campo de refugiados de Leros (Grecia)?

R. La gente que hace humanitarismo, y no lo digo para nada como una crítica, son a menudo personas bastante fracasadas, que tienen muchos problemas personales y los ahogan en el altruismo. Yo me vi



NO PENSÉ QUE MI EX USARÍA EL CONTRATO DE DIVORCIO DE UNA FORMA TAN RADICAL™

escrito antes. No es un libro armónico y perfectamente hilvanado. Escribí otro así, *Una novela rusa*, del mismo género, un poco caótico. Son mis dos únicos libros realmente autobiográficos.

P. En *Una novela rusa* admite que cruzó una línea y que expuso la intimidad de la que era entonces su pareja y de su madre. ¿Qué línea no se debe cruzar en

empujado a Leros en un momento de *impasse*, me encontré ahí porque estaba mal en todos lados. En realidad, a mí me daba igual, para ser honesto. Colaboré en un taller de escritura y a esos jóvenes les hacía bien contar su historia, ser escuchados. Sus relatos eran muy emotivos, te hacían relativizar la tristeza.