Capítulo 6: Japón

Todavía no te lo he contado: he tenido tres episodios maníacos graves. Dos ocurrieron mientras vivía en Los Ángeles y uno en el extranjero, en Japón. Todos fueron terribles a su manera, pero el de Japón es el que todavía resuena en mi familia y en mis amigos cercanos, y es, por mucho, el peor.

Hablar portugués parece un juego de niños comparado con el japonés, y creo que eso es parte de lo que hizo este episodio mucho más aterrador. No solo estaba en el extranjero. Estaba lo más lejos de casa que se puede estar, en un lugar que es lo opuesto a Estados Unidos en casi todos los sentidos.

Si has llegado hasta aquí, esta es la parte que no cuento en las primeras citas.

Todos mis episodios han tenido un síntoma en común: me vuelvo extremadamente paranoico. En Japón, me convencí de que los amigos de la universidad que habían venido conmigo en el viaje estaban siendo controlados por gánsteres japoneses. Dejé de contactar a cualquiera en casa porque tenía miedo de que la mafia les hiciera algo terrible.

No creo que le haya contado nunca a nadie lo que sigue. También me había convencido de que una pandilla en Brasil secuestraría a mi novia, que vivía en Río, si intentaba contactarla.

No recuerdo cuántos días estuve en ese estado. Creo que fue una semana o más. Recuerdo cargar todo lo que tenía por Tokio, durmiendo en la calle varios días. Estaba tan paranoico que ni siquiera podía usar mis tarjetas de crédito para conseguir una habitación, porque pensaba que me quitarían todo mi dinero, o algo peor.

Solo volví a casa cuando confié lo suficiente en uno de mis amigos como para buscarlo. Seguía extremadamente paranoico, pero dejé la paranoia a un lado y confié en que me ayudaría en esta situación difícil. En cierto modo, me salvó la vida. Lamentablemente, ya ni siquiera somos amigos, y eso me entristece profundamente.

También perdí la relación con la chica con la que estaba saliendo en ese momento. Ella es a quien consideraba mi primera novia en el extranjero, y me hizo ghosting y me bloqueó. Pensándolo bien, eso me dolió más que todo el episodio. Estaba viviendo una de las peores experiencias de mi vida y aun así me preocupaba su seguridad y su bienestar, a pesar de que quien estaba en peligro era yo. Me quedé en silencio para protegerla. Ella escuchó silencio y se fue.

Es muy fácil explicar socialmente una noche de borrachera con apagón. Hay una razón clara: tomaste demasiado y no recuerdas lo que hiciste. Quizá te gana el apodo del Tipo del Beso en el Hombro, o te peleas con un familiar. Al día siguiente te sobrias, reconoces lo que pasó e intentas

seguir adelante con las relaciones que pudo haber afectado.

Un episodio maníaco no funciona así, en mi experiencia. La mayoría de la gente probablemente piensa que estás jodidamente loco y que tu lugar es un hospital. Los que no lo piensan tardan mucho en superar el trauma de verte en ese estado. Lo entiendo. A mi mamá y a mi hermana les afectó muchísimo.

He contado esta historia más veces de las que puedo contar. Me costó una relación, una amistad y mucho dinero. Pero no dejo que dicte cómo vivo mi vida. También me enseñó una cosa: hasta tu familia elegida va a tener dificultades con un episodio maníaco extremo. Eso vale para salir con alguien y para tener una pareja.

No tengo ningún problema en hablar de esta experiencia con cualquiera, pero tiene que ser en persona.

Quiero agradecer a todos los que ayudaron y pensaron en mí durante esa época. En ese momento no pude apreciarlo. A veces, en tu punto más bajo, sientes el amor de los demás con más fuerza. Gratitud especial a mi familia y a mis amigos cercanos de la universidad.

Espero que mi futura esposa lea este libro y entienda de verdad cómo era mi vida antes de que ella entrara en ella.