

Gestación de una novela

Gemma Lienas

Billete de ida y vuelta es una novela sobre los trastornos de la alimentación.

La historia narra unos meses de la vida de Marta. Marta tiene dieciséis años, y vive en la ciudad con sus padres y sus dos hermanos, mellizos y menores que ella. Sus días transcurren entre la rutina del instituto, los pequeños conflictos domésticos, su amistad con Claudia y el descubrimiento del amor y el sexo de la mano de Ricky. Sin embargo, las cosas empiezan a torcerse. El padre de Marta pierde el empleo y la atmósfera familiar se tensa y se resiente; el futuro aparece amenazante. Las cosas se complican aún un poco más con la llegada de Bes, una *au pair* inglesa “metida para dentro” (según los mellizos), muy delgada, y a quien Marta aborrece. Después de pasar un rato desagradable en una tienda de ropa, y de unos comentarios aparentemente inocentes de los amigos de su chico, Ricky, a propósito de un vestido muy ajustado, Marta decide perder unos kilos. Al principio sólo se trata de bajar un poco su peso para sentirse mejor; al cabo de un tiempo, Marta ya ha asociado la delgadez al éxito y a ser querida, y enferma de anorexia. Ayuno, vómitos escondidos, mentiras, aislamiento, irritabilidad, tristeza... Llega un momento en que la situación no puede pasar desapercibida por más tiempo, y sus padres deciden ingresarla en un hospital. Allí, Marta conocerá a más chicas en su misma situación, aunque con historias muy diferentes, a cuál más terrible. Su negativa a dejarse ayudar y a cooperar con el psicólogo y los médicos que la atienden la sumen en un pozo del que, por otra parte, tampoco está dispuesta a salir. Los días van pasando, y Marta, muy a su pesar, debe acatar las normas del hospital, aunque en su fuero interno sigue luchando por desobedecerlas. Hay compañeras tuyas, también enfermas, que incluso van más allá en su descenso a los infiernos y son como espectros fantasmales, seres al borde de la muerte. Finalmente, algo cambia en la mente de Marta, y toma una segunda decisión, no quiere acabar así, quiere comprar su billete de vuelta. Quiere abrazar a sus hermanos, disfrutar de un beso, de su familia y del sol que sale cada mañana.

Éste es, en síntesis, el argumento de *Billete de ida y vuelta* una vez la historia ya había andado un camino al que podríamos llamar “el proceso de

creación” o, de manera menos rimbombante, “cómo se cocina una novela”. El punto cero de dicho proceso es la idea.

Para escribir una novela necesito, antes que nada, una idea que prenda en mi cerebro. En general, no somos los novelistas quienes buscamos las ideas sino que, como han dicho otros escritores antes que yo, son las ideas quienes nos buscan a nosotros. A simple vista, esta expresión puede resultar muy críptica. Y, sin embargo, a mi modo de ver, tan sólo significa que las ideas están en cualquier lugar -en un ascensor, en el cine, en el mercado, en un vagón de metro, en un libro...- pero para que resulten una llama que motive a un escritor/a debe necesariamente conectar con sus intereses. A menudo alguien me ha regalado una idea y nada he podido escribir a partir de ella, por la simple razón de que no despierta ninguna resonancia en mí. Precisamente, la cuestión de la resonancia me parece primordial: hay cuestiones que la suscitan y hay otras que no. Como dice Vargas Llosa en *Cartas a un joven novelista*: “El novelista auténtico es aquel que obedece dócilmente aquellos mandatos que la vida le impone, escribiendo sobre esos temas y rehuyendo aquellos que no nacen íntimamente de su propia experiencia y llegan a su conciencia con carácter de necesidad. En eso consiste la autenticidad o sinceridad del novelista: en aceptar sus propios demonios y en servirlos a la medida de sus fuerzas.”

A mí, personalmente, me atrapa cualquier cuestión relacionada con el conflicto emocional, sea personal o interpersonal. Por otro lado, en mi caso, el conflicto siempre se inserta en la realidad que me rodea porque aspiro a dejar un testimonio de mi tiempo. De modo que mis novelas siempre tocan conflictos emocionales y a la vez sociales, ya que siempre están insertos en un contexto de actualidad. No hace falta decir que éste es el caso de *Billete de ida y vuelta*. Alguien podría pensar que lo escogí precisamente porque la anorexia, su tema central, era muy actual, pero no fue así. Cuando empecé a escribir la novela, en el año 97, los medios de comunicación todavía no se habían hecho eco del problema, que ya se iba cebando en nuestras chicas, especialmente en las adolescentes. Sin embargo, yo estaba preocupada por lo que observaba cuando acudía a dar charlas a los institutos, donde el número de anoréxicas crecía de forma imparable. Una parte de mi cerebro –tal vez inconsciente - había percibido la importancia del fenómeno.

¿Por qué razón a mí me interesan esas cuestiones emocionales y de denuncia social, que no siempre tienen relación con lo que he vivido personalmente? Tal vez esta cuestión esté conectada, por un lado, con mi forma de ser y, por otro lado, con mi trayectoria profesional.

Por lo que respecta a mi forma de ser, una de mis características más acusadas es la empatía, la capacidad por ponerme en la piel del otro y sentir las emociones que el otro vive. Pondré un ejemplo: hace tiempo me despertó una pesadilla opresiva. Soñaba que estaba en algún sitio al aire libre. Me deslizaba, reptando, por debajo de una roca en cuya base existía un paso muy estrecho. De repente, no podía seguir avanzando: me había quedado atorada. En ese preciso instante, desperté con sensación de angustia y ahogo. Y la primera imagen que esta sensación me trajo a la mente, una vez despierta, fue una escena de mis seis o siete años, protagonizada por un compañero del colegio, en la que no había vuelto a pensar hasta ese momento. El protagonista de la historia había intentado escapar por una ventana protegida por una reja, y había quedado atrapado entre la reja y el muro. Pronto la noticia corrió entre los alumnos, que fuimos a concentrarnos cerca de la ventana para observar cómo un profesor frotaba con jabón el cuerpo del chiquillo y, así, facilitar que resbalase y se liberase. La expresión del niño mostraba hasta qué punto lo estaba pasando mal, hasta qué punto sentía opresión, opresión que hice mía. Creo que es precisamente la facilidad para experimentar emociones de manera vicaria uno de los motores que me impulsan a escribir.

Por otro lado, mi interés por el conflicto emocional proviene también de una época en la que trabajé en un gabinete de psiquiatría. Los casos vividos y la bibliografía estudiada me mostraron que la línea entre el equilibrio y el desequilibrio mental es muy sutil y que todo el mundo, en un momento dado de la vida, puede cruzar esta frontera. Y me di cuenta también de que los mecanismos que alteran nuestro pensamiento o nuestras emociones son a menudo imprevisibles y difíciles de controlar. Hay un cuento de Martin Amis en *Mar Gruesa* que ilustra lo que os digo. En este cuento, un hombre, un inglés de cierta posición y con un buen nivel de instrucción, mantiene una relación sexual con una mujer muy bella y espectacular, sin intercambiar nunca ni una sola palabra; es una condición que ella ha impuesto. El hombre siente una atracción mayúscula por ella hasta que un día, por azar, la oye hablar. El acento vulgar

de ella, su falta de cultura, suponen un hachazo para la libido del hombre, el cual ya nunca puede recuperar el deseo por esa mujer.

Volvamos a la cuestión de la idea inicial. A menudo, sólo me hace falta leer una palabra, observar a una persona, ver una imagen, captar un gesto... para que algo se ponga en marcha dentro de mi mente. En el caso de *Billete de ida y vuelta*, creo que ya hacía tiempo que rondaba por mi cabeza el tema de la anorexia. Sabía algunas cosas, tampoco muchas, en el ámbito teórico, pero, sobre todo, tenía muchos ejemplos prácticos a mi alcance: los alumnos de los institutos donde acudía a dar conferencias, hijas de amigas e incluso algún párvulo de apenas cinco años que se negaba a comer caramelos "porque engordan". Pero lo que constituyó el auténtico detonante fue una fotografía de la princesa Victoria de Suecia justo cuando reconoció públicamente que estaba enferma y que se marchaba a los Estados Unidos a tratarse la anorexia que sufría. Su anterior imagen me había parecido siempre tan atractiva que la que ofrecía entonces, por contraste, todavía resultaba más patética y esperpéntica. Creo que esa imagen fue el disparo de salida para mi novela. Eso y también el comentario de un amigo mío, aparentemente un hombre con la cabeza bien puesta, que al ver la fotografía en el periódico comentó: "Ahora sí está guapa". Lo encontré insensato. En definitiva, me impresionó tanto que se convirtió en la idea inicial de mi novela.

De todas formas, la idea inicial no es más que eso, un punto de partida. Necesito dejar flotar esa idea en mi cabeza durante un tiempo, a veces bastante largo. Poco a poco la idea inicial es fecundada por otras y llega un momento en que el argumento comienza a estar claro en mi cabeza. Precisamente, uno de los momentos de gran crecimiento del embrión fue cuando entré en contacto con la bulimia, trastorno de la alimentación que yo no conocía. Fue navegando por Internet, buscando más documentación sobre la anorexia, como aterricé en una página americana de chicas bulímicas. Las chicas contaban en el ciberespacio lo que no se habían atrevido explicar a nadie: su problema con la comida, problema que en muchos casos arrastraban desde ocho o diez años atrás. Los mensajes eran terribles. Esa nueva realidad, que yo ignoraba, tuvo, claro está, un papel importante en la novela. Fue el momento en que nació Susana, una bulímica de más de veinte años, que comparte hospital y terapia con Marta.

No insistiré en la elaboración del argumento, pero hay dos cuestiones que me gustaría destacar. La primera: por un mecanismo que no controlo, cuando tengo que escribir una novela lo primero que veo es el final de la historia. No sé por qué, pero así es. Y me resulta de gran utilidad para ir ordenando los acontecimientos de modo que todos tienden hacia esa escena final que, normalmente, redacto antes de comenzar a escribir la novela. Con *Billete de ida y vuelta*, desde el principio vi claro cual sería el final: no sería edulcorado. Los trastornos de la alimentación no son enfermedades fáciles de curar. Para una anoréxica, su curación –engordar- supone una tortura ya que el temor a ganar peso es lo que la llevó a dejar de comer. De modo que el final de mi novela no podía ser un "happy end", pero, por lo menos, quería que fuese esperanzador: la chica no aparecería curada, pero la voluntad de superar la enfermedad estaría presente. Tenía que encontrar ese clic cerebral que hace que, de pronto, veamos una realidad tal como no nos había sido posible verla hasta entonces. Y lo hago por medio de una imagen que no es real –ella ve su cuerpo demacrado reflejado en las pupilas de quien fue su amor- pero sí simbólica.

La segunda cuestión importante cuando estoy elaborando el argumento, es el perfil psicológico de los personajes. En función de su manera de ser, la novela avanza hacia un lado o hacia otro. Por ejemplo, Marta es una adolescente perfeccionista, inteligente y sensible a ciertos comentarios (en ese sentido responde a un patrón bastante generalizado entre las enfermas). Los hermanos de Marta, los gemelos, son espontáneos, extrovertidos y simpáticos. Y, justamente, tanto las características psicológicas como la peculiaridad de la relación entre los tres hacen que el conflicto evolucione como lo hace

Si el argumento cuenta, de modo cronológico y lineal, los acontecimientos que sufren los personajes de una historia en un tiempo y un lugar, la trama es la historia organizada tal como la queremos contar.

Tomemos como punto de partida el resumen del argumento anterior y veamos de qué manera decidí contar la historia de *Billete de ida y vuelta*. Respecto al orden, decidí que, por un lado, los capítulos impares iban a contener las sesiones entre la protagonista y su psicólogo y que estas sesiones se desarrollarían en forma de diálogo y permitirían al lector obtener informaciones sobre la enfermedad. Por el otro lado, los diálogos iban a ser muy cortos y, a

menudo, interrumpidos por los pensamientos de Marta, que en forma de flash-back -recuerdos, retrospectaciones- narran aspectos de su vida. Así conocemos la relación con sus padres, el hecho de que su padre esté en el paro, la relación de Marta con sus hermanos gemelos -muy ingenuos-, la aparición de una chica *au pair* en la casa, la amistad de Marta y Claudia, la pasión de Marta por el balonmano y, sobre todo, su historia de amor con Ricky, que toca la guitarra en un grupo de rock. Además, vemos cómo Marta empieza a preocuparse por su peso, inicia una dieta demasiado estricta y cae víctima de la anorexia. Los *flash back* nos permiten conocer algunos momentos de la vida de Marta que pueden haber tenido una incidencia en el hecho de que haya desarrollado una anorexia. En cuanto a los capítulos pares, éstos narran la vida de Marta en el hospital donde se ha visto obligada a ingresar; cuentan sus emociones, la relación con las otras pacientes e intenta "querer" curarse. Pero no quiere: curarse significa engordar. En cada capítulo, es visitada por sus padres y sus hermanos y, en cada capítulo, también, piensa en Ricky y en el modo en que su historia de amor fue desarrollándose hasta llegar a su fin.

En realidad, el nexo de unión entre los capítulos pares y los impares es la historia entre Marta y Ricky: su enamoramiento, el inicio de su relación sentimental y física, su deterioro debido a la enfermedad de ella y el final de la relación. Sin embargo, Ricky nunca está presente en la novela más que por medio de los *flash backs* o las referencias en las conversaciones de los personajes. Precisamente, no es hasta el final cuando Ricky hace acto de presencia, visitando a la chica en el hospital. Es entonces cuando ella se ve reflejada en los ojos de él y comprende el horror en que se ha convertido. Ello desencadena en ella la voluntad de curarse y de no regresar nunca más al hospital.

Otra cuestión que querría abordar es la del punto de vista. Yo no podría comenzar la primera línea de una novela si no supiera cuál es el punto de vista que pienso utilizar. Y, una vez decidido, para mí es muy importante serle fiel hasta el final. La falta de coherencia en la utilización del punto de vista es una cuestión que me molesta particularmente como lectora: darme cuenta que el autor había optado por un punto de vista y, de pronto al llegar al último tercio de la novela, lo cambia porque se ha dado cuenta de que necesita uno diferente para contar lo que quiere contar ahora. A mí, esta ruptura de las

reglas del juego que evidencian una falta de planificación y, por lo tanto, una falta de coherencia de la historia, no me gusta. Por ello, como autora, lo evito. Respecto al punto de vista decidí que los capítulos impares iban a estar narrados por un narrador externo (que no participa en la historia), omnisciente (sabe todo lo que hace, siente y piensa Marta) y limitado (sólo lo sabe del personaje de Marta; del resto de personajes sólo conoce lo que puede ser observado por ella). Los capítulos pares iban a ser narrados por la propia protagonista en primera persona. Esa elección se justifica porque pretendía que el tiempo anterior al de la enfermedad fuera un tiempo que escapase al control de la paciente; mientras que controla mejor el tiempo que pasa en el hospital. Y, por último, en cuanto al tiempo verbal decidí que los capítulos impares iban a estar escritos en pasado ya que narran acontecimientos de la vida de Marta anteriores a su ingreso en el hospital y que los capítulos pares iban a estar escritos en presente (como si la acción fuera simultánea al mismo momento en que se narra.)

Otra de las constantes en mi producción es el trabajo de documentación previo a escribir la novela. En el caso de *Billete de ida y vuelta*, la documentación consistió en hablar con profesionales, en leer libros, en navegar por Internet buscando información. En cuanto a los profesionales, recabé dos tipos de informaciones: la del jefe del servicio de psiquiatría infantil y juvenil del hospital Clínico de Barcelona, el Dr. Josep Toro y la de una psicóloga, Montserrat Cervera, especializada en terapias ambulatorias para casos menos graves. El Dr. Toro fue quien me dio informaciones que no aparecen en los manuales: qué determina el ingreso de un paciente, de qué modo se establece la terapia, el contrato con el paciente, el día a día en el hospital... La psicóloga me contó todo lo básico referido a trastornos de la alimentación y me ofreció una bibliografía que me resultó particularmente útil. Recuerdo con mucho interés: *El cuerpo como delito* de JOSEP TORO, publicado por Ariel Ciencia; *Anorexia y bulimia*, W. VANDEREYCKEN et al, publicado por Martínez Roca; *Aprender a comer* de U. SCHMIDT et al, publicado por Martínez Roca, Diario de una anoréxica. V.VALERE, publicado por Plaza Janés. También las páginas web que encontré navegando por Internet me fueron muy útiles, no sólo las que me ofrecían información teórica sino también las que me brindaron la posibilidad de conocer la desesperación de las bulímicas.

Debo admitir que en ningún caso me puse en contacto con una anoréxica. Tal vez pueda parecer raro, más cuando muchas anoréxicas me han dicho que se han sentido perfectamente retratadas. ¿Cómo conseguí ponerme en la piel de Marta, la anoréxica? Creo que la explicación puede hallarse en lo que yo estuve viviendo durante el tiempo en que duró la redacción de la novela: había dejado de fumar y lo estaba pasando muy mal. Extrapolé mi dependencia del tabaco y pude llegar a sentir lo que debe de ser la dependencia de la comida o la de la no-comida.

En *Billete de ida y vuelta* quise deliberadamente que la culpa no recayera en la madre. Y digo deliberadamente porque durante años, incluso ahora, he oído a profesionales de la sanidad responsabilizar de la anorexia a la madre y a su asfixiante relación con la hija enferma. Me parece injusto que las madres, que siguen siendo las que dan el callo en las relaciones con la prole, encima se vean recriminadas. Sobre todo porque es lógico que una madre estreche su relación con aquel de sus hijos que percibe como más débil. Por otro lado, es fácil que, quien no tiene ningún contacto con la niña enferma –por ejemplo, un padre ausente-, sea eximido de cualquier responsabilidad. Cuando tal vez la ausencia ya sea en sí misma un factor de riesgo. O no; tal vez ni el padre ni la madre tengan nada que ver en el desarrollo de la enfermedad y sí, en cambio, las revistas. No lo sé. Lo único que sé es que no quería añadir más dolor al que ya tienen las madres de adolescentes anoréxicas/os.

Quiero aclarar que no considero que mi literatura sea feminista ni tampoco femenina porque no me gustan las etiquetas puestas a la literatura. De modo que hago literatura a secas. Lo que no puedo ni quiero evitar, como cualquier escritora o escritor (a ellos, sin embargo, nadie nunca les pone etiquetas tales como “literatura de hombres” o “literatura masculina”), es escribir desde mi propia experiencia, que es la de una mujer de finales de siglo XX, que lucha por una determinada manera de estar en el mundo y que tiene, por tanto, unas determinadas vivencias que transpiran en las novelas. Por ejemplo en, *Anoche soñé contigo*, otra de mis novelas, predominan los personajes femeninos, sus relaciones de amistad y pareja, vistas con ironía y ternura. O en *Busco una mamá*: un álbum ilustrado para criaturas donde cuento una historia de adopción desde el punto de vista de la solidaridad entre mujeres. En cambio, mis obras de no-ficción sí tienen una voluntad claramente

feminista. Por ejemplo, *El diario violeta de Carlota*, un manual sobre feminismo para gente joven o *El diario rojo de Carlota*, un manual de sexualidad, ambos escritos pensando en la gente joven, pero que también han gozado de gran aceptación entre el público adulto. O el último que he publicado, *Rebeldes, ni putas ni sumisas*: artículos sobre la actualidad vista con ojos femeninos y feministas.

Una vez la novela está publicada suele proporcionar momentos gratificantes. En el caso de *Billete de ida y vuelta*, han sido muchos, pero si tuviera que elegir alguno me inclinaría por algunos de los correos electrónicos que me han mandado mujeres o adolescentes anoréxicas que se han sentido ayudadas por la novela. Éste que copio aquí es tal vez el mejor ejemplo.

Ejemplo de correo electrónico recibido por la autora

hola Gemma!

soy I, una chica de 29 años de N. que desde hace unos días, tiene una fuerza y una ilusión por la vida y las cosas, que debía estar dormida y despertó a raíz de leer un libro tuyo que cayó en mis manos de casualidad.

El libro es "Billete de ida y vuelta" y según lo iba leyendo fue como si me tiraran un vaso de agua a la cara y me hicieran espabilar y ver muchísimas cosas que, siempre han estado ahí pero que por mis "rayadas mentales" he sido incapaz de percibir las como realmente eran.

Me leí el libro en 2 días y no te puedes imaginar lo que me ha ayudado, ni yo misma casi me lo creo. Me ha dado un empujón para salir, espero que definitivamente, de un pozo en el que llevo casi 10 años, y del que ni psiquiatras, ni pastillas, ni novios, ni familia, ni yo misma, que para casi todo tengo una fuerza imparable, habían conseguido sacar.

Me siento feliz y fuerte y no dejo de pensar en lo que me ha ayudado tu libro; y por eso necesitaba darte las gracias. No se si conocerás de cerca la mierda en que se acaba convirtiendo tu vida cuando la anorexia y la bulimia hacen aparición, pero es un autentico infierno del que ya pensaba no iba a salir nunca. Que un rey llamado COMIDA junto a su reina llamada CÁNONES DE BELLEZA- ESTAR FLACA iban a gobernar mi vida. Ya me estaba resignando a ello, pero siempre dejaba una puerta abierta a que seguro que algún día yo ganaría.

He tenido muchas luchas contra ellos que siempre antes o después he perdido; pero en esta que empezó cuando tu libro cayó en mis manos creo que voy con artillería pesada, que va a ser la última y que voy a ganar.

Bueno, no quería enrollarme y al final lo he hecho.

Ahora aun estoy más feliz por habértelo podido decir. Muchísimas gracias, si realmente esto sale bien te debo parte de mi vida.

GRACIAS DE VERDAD CON TODO MI CORAZON.

Para terminar, quisiera citar a Mercè Rodoreda, una escritora clásica catalana, la cual, a propósito del acto de escribir, en el prefacio de su novela *Mirall trencat (Espejo roto)* dice: "Una novela se construye con una gran cantidad de intuiciones, una cierta cantidad de imponderables, con agonías y resurrecciones del alma, con exaltaciones, desengaños, con reservas de memoria involuntaria... toda una alquimia."