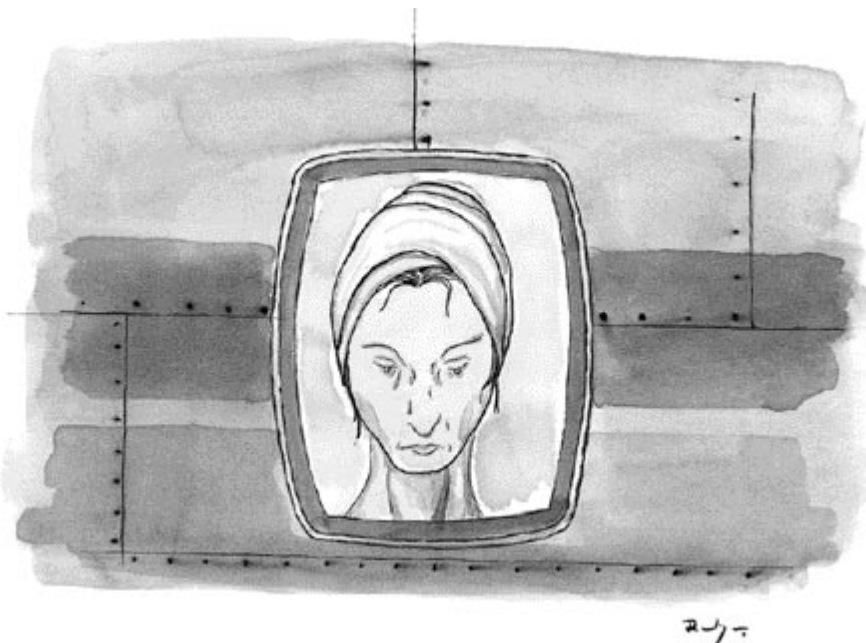


La nave del pánico

Federico Campbell



Surge de pronto, de la nada: uno siente que se asfixia, que le va a dar un infarto, que la recámara, la calle, el parque, son un encerramiento. Se trata de una crisis de miedo acumulada, que estalla. Una angustia retrasada, como cuando se dice que trae uno el hambre retardada. No basta salir corriendo a la calle, así sea en la madrugada: las nubes también conforman como un techo ferruginoso la sensación de claustrofobia. Quisiera uno estar en medio del desierto de Sonora o en las pla-

nicias de Nuevo México donde casi nunca hay nubes a cielo abierto, pero también la bóveda estrellada o el sol que baja a plomo son insuficientes para conjurar este terror al espacio cerrado.

Y viene de súbito, de un momento a otro. No se sabe muy bien cuál es su causa. ¿Un duelo reprimido, pendiente? ¿El no haber llorado la muerte de un ser querido en su momento? Ni psiquiatras ni psicoanalistas están muy seguros de su etiología. Parece tener que ver con el sistema

Ilustraciones de Rodrigo Ballester.



neurovegetativo, una parte del sistema nervioso autónomo, simpático o parasimpático, es decir, el sistema “automático” que gobierna los latidos del corazón, el ritmo respiratorio, la temperatura, el nivel de acidez.

Y no le sucede a personas necesariamente deprimidas en los días o las semanas anteriores al episodio. Puede uno sentirse bien, incluso feliz. “Estoy pasando por el mejor momento de mi vida”, puede decir. Y de repente se presenta en cualquier momento y en cualquier lugar: al amanecer, en la cama, durante el sueño; en un avión, en la calle, mientras uno ve la televisión o está comiendo en un restaurante o leyendo *El País* en el café La Selva. *Out of the blue*, dirían en inglés.

El episodio tiene una secuela de cuatro o cinco semanas. Se puede recurrir a un ansiolítico o a un antidepresivo, pero los terapeutas conductistas son quienes más éxito suelen tener en el tratamiento no farmacológico del estado de pánico: recomiendan andar, correr y nadar, ejercicios de respiración y de relajamiento. Uno llora como niño, interminablemente. A borbotones. Equivale a un infarto emocional y lo último que uno haría en este caso sería meterse en un avión.

A veces, en el sueño, quieres gritar de pánico y no puedes. La mandíbula no actúa, la voz no sale del pecho, el cuerpo permanece rígido al intentar incorporarte. Por fortuna, estas peripecias catatónicas duran poco: en seguida te despiertas y vuelve el movimiento. Pero durante algún tiempo sientes una fragilidad extrema al pensar que no hay garantía alguna de que el episodio no se repita —apunta Juan José Millás.

A mí me sucedió a la hora del lobo: las 6:50 de la mañana del 30 de agosto.

En un momento entre la madrugada y el amanecer, en el instante mudo en que se disponen a atacar los lobos. Me sorprendió en lo más profundo de un sueño: el poeta Miguel Ángel Flores terminaba una conferencia sobre *El laberinto de la soledad*, el libro de Octavio Paz.

—Ésa es mi versión —decía. Espero que nadie se vaya a ofender.

—¿Pero cómo dices algo así? Se van a molestar en la Fundación Paz —le dije mientras Octavio nos contemplaba.

—La respuesta está debajo de la mesa. Asómate.

Entonces me agaché para ver que debajo de la tabla estaban dibujados los controles de una nave espacial: círculos con manecillas, botones de computadora, palancas.

—¿Pero cómo puedes estar encerrado en una cápsula? Yo no podría. Me moriría, por el encerramiento. Me volvería loco.

—No hay ningún problema —me dijo Miguel Ángel. Es como el monito maya que está en una estela de Palenque y parece manejar una nave espacial.

La noche anterior me había fumado entera una cajetilla de Marlboro (dicen que la nicotina y la cafeína pueden ser factores desencadenantes del estado de pánico) y estuve como hasta la una y media de la madrugada transcribiendo un párrafo de *La clave Morse* en el que mi hermana me informaba que a mi madre se le había descubierto un cáncer en la matriz. Con esa imagen me fui a la cama, pero para mí era un trabajo de redacción mecánico, de simple transcripción, porque copiaba un texto impreso que se me había borrado del disco duro. Es decir, el párrafo tantas veces escrito no tenía para mí ningún contenido emocional.

Asocio con este episodio una escena del 15 de junio. Estaba en la pista del

aeropuerto en un 767 de Aeroméxico —de esos que pilotea mi amigo el escritor Víctor Manuel Camposeco— y de pronto me sentí enclaustrado. “Carajo”, me dije. “Si apenas estamos en la pista y faltan diez horas para aterrizar en Charles de Gaulle.” No era miedo a volar. Era un terror al encerramiento. ¿Qué harán las azafatas en estos casos? ¿Le ponen a uno una inyección intravenosa de Tafil?

Sin saber que lo mismo recomiendan los terapeutas “cognitivos”, me puse a pensar en las cosas buenas que para mí ha significado la aviación. Recordé mis primeros años en el valle del Mayo, las avionetas fumigadoras de mis amigos Ernesto Escalante y Leobardo Mendivil, en las que me paseaban a los quince años. Todo mi amor por la aviación y su alegría. Y eso me calmó. También me concentré en la trama de la novela que iba leyendo (*Rabos de lagartija*, de Juan Marsé) y desvié el pensamiento —que es como un elefante, pero hay que montársele encima— hacia otros rumbos.

Sin embargo, el antecedente que más me preocupa es el de la experiencia de un temascal en Cuernavaca. Lo utilizaban los antiguos mexicanos y lo siguen practicando muchos grupos indígenas de México y de North Dakota. Es como un horno de pan, de ladrillos, como un iglú esquimal de barro. Uno se encierra *bichi* junto a unas diez personas, mientras el maestro le golpea suavemente con unas ramas de eucalipto y el vapor se eleva de una piedra ardiente.

Aguanté una hora y diez minutos, para el asombro de todos. Se apoderó de mí una angustia animal y salí aterrorizado. Dicen que es un regreso al seno materno. Todo es oscuro y mudo. Como una nave espacial.

Estamos solos en el universo ①