

Derecho a la siesta

Navarra.com

Este libro me cambió la vida, se dice, a menudo campanudamente. El mismo **Michel Houellebecq** con *Aforismos sobre la sabiduría de la vida*, de Schopenhauer. Tenía casi treinta años y ya había leído a los grandes y sentía más que leer, releía. Pero aquel texto, en pocos minutos, **hizo que todo se tambaleara**. «Aquel libro lo cambió todo», recuerda.

No recuerdo que me pasara algo tan **epifánico**, si acaso con *El árbol de la ciencia*, de Baroja, que me enseñó que otra literatura era posible, cuando la leí en COU. Cambiar, en cualquier caso, es no sino introducir una pequeña modificación. **Todos los días cambia el tiempo**, la presión atmosférica, la cotización del barril de Brent. El cambio es parte de nuestra esencia, como nos recuerda **Heráclito** y su río cambiante. Lo raro es no cambiar.

Diré, no obstante, que este **pequeño ensayo de Miguel Ángel Hernández**, *El don de la siesta* (Anagrama), me ha cambiado. Ha cambiado y cambiará mis hábitos, que no es poco. No tanto como aquel *Dejar de fumar es fácil si sabes cómo*, quizá el libro que más me *cambió* de todas las **lecturas** acumuladas, pero, oye.

Cambiará mi forma de entender las siestas, **pero también mi relación con ellas** y, por tanto, conmigo mismo, con mi vida cotidiana. Practicante ya era, pero de la siesta de las bolas de billar de Churchill, o de las llaves de Dalí (como se refiere en el ensayo); esos personajes agarraban dichos objetos y, zas, cuando caían al suelo, por haber perdido la conciencia, **se despertaban**: habían cumplido con la unidad mínima de siesta (UMS).

Así eran mis siestas hasta la lectura de *El don de la siesta*: un tiempo robado al tiempo **con sensación de nocturnidad vespertina y alevosía**. Veinte, treinta minutos a lo máximo, siempre en el salón y sin más historia. **Siestas raquílicas**. A veces suficientes, pero también funcionales, japonesas, tristes, rácanas: *napping*.

Miguel Ángel Hernández me ha devuelto al concepto de la gran siesta (LGS), al que no debemos renunciar, esa siesta mediterránea, católica y grecolatina, que se enfrenta al luteranismo productivo y enfermizo del *American dream*. Para *dream*, el de las siestas que nos esperan, el de las siestas por venir. *París era una siesta*, habría escrito el bueno de Hem de haber leído a nuestro escritor murciano.

Me inicié en la siesta a la edad en la que **uno se inicia en los placeres adultos**, arrinconados ya los muñequitos. Porque la infancia no entiende de siesta, y está bien que así sea. El niño vive todo en bloque, noche y día, y tan ricamente. Lo dice este escritor cuando habla de su particular *casa de la vida*: «En aquella casa apenas dormí la siesta. Sobre todo, en la infancia. Es curioso, durante un tiempo **te obligan a dormir y no quieres**. Después, intentas hacerlo y no siempre puedes».

En aquella adolescencia, yo sí podía. Por primera vez en aquel rígido colegio donde estudié, **nos liberaban las tardes de los miércoles y viernes**.

¡Fiesta! ¡Siesta! Verdaderas siestas de campeonato, que se dice, que se iniciaban con **Elisenda Roca y sus cifras y letras** —te hablo de cuando no existía ni siquiera Jordi Hurtado y sus preguntas calientes—, difuminando la mente entre el humo de un Chesterfield que mis padres, menos rígidos, me permitían consumir en aquel cuarto de jugar reconvertido en el cuarto de *fumar*. Y dormir. **Amanecía completamente amodorrado** y deprimido en un ambiente tigrasco con la imagen negrísima del monte San Cristóbal del que ignoraba todo, su fuerte, sus fugas, sus muertes. Pero que me quitaran lo *sobao*.

Además, en esas siestas se soñaba mucho y bien, **no cómo en la siesta brevísima y mecanizada** que he practicado estos años, que poco a poco irá mutando en la citada LGS, que requiere de su particular liturgia, como todas las cosas valiosas. A saber: pijama y cama. **El orinal y el Padrenuestro es optativo**, aunque las bendiciones previas siempre aportan una conexión con lo misterioso que casan muy bien con el sueño. Por lo demás, a la siesta se llega *meao*.

El don de la siesta habla de este hábito como un gol a los dafos, los íbex, los nasdaq y los entrepreneurs del machete voluntarista. En la siesta todo se suspende, menos nosotros. Es una **toma de conciencia, aunque te quedas dormido**, tan parecida a la que reclama el mismísimo **Pablo d'Ors** en su exitoso *Biografía del silencio*, que podría funcionar perfectamente como complemento a este otro ensayo que es todo un acierto y ningún error.

Desaparecer, abstraerse, para **volver reconectado, más consciente, más despierto**. Está el factor de resistencia, ese punto de deserción que tiene el rebelde con causa ante una sociedad que engulle, pero también los meros beneficios en la gestión de nuestra propia energía, de nuestro propio estado de ánimo.

Recuerdo unos años en que me tocó madrugar. **Amanecía sobre las seis y trabajaba a destajo durante tres horas**, traduciendo noticias económicas como un chimpancé ilustrado hasta arriba de cafeína. Acogotado por el *zeitgeist* imperante de la «empresa-mundo», ese aliento que te quiere despierto y activo sin pausa, al llegar a casa renunciaba a la *siesta del cura*, ese ratico de descanso —apúntala MAHN, y el concepto manchego de *resistidero*— que los clérigos tradicionalmente se permitían tras las misas matinales del tiempo ordinario.

En lugar de descansar como Dios, nunca mejor dicho, manda, **me dedicaba a procrastinar malamente**, echando no pocos días por la borda, en todos los sentidos. No me habían enseñado a descansar. A salir de una rueda que, mentalmente exhausto, apenas tenía ganas de hacer girar de nuevo. Fueron años zombis, quizá perdidos.

Benditas las siestas y el doble amanecer, con su doble, y siempre poético, ocaso. **Quien pueda permitírselas, claro**. Porque «poder dormir la siesta es un privilegio, un regalo, aunque en realidad debería ser un derecho».