

Tremenda apología de la siesta

Javier Cercas. El País 4-1-2014



Ilustración de Pablo Amargo

No entiendo el desprecio de los escritores por los llamados libros de autoayuda; al fin y al cabo, todo buen libro nos ayuda a algo: a no sentirnos sometidos, a vivir de forma menos distraída, con suerte a entender alguna cosa, o simplemente a pasar el rato; si no nos ayudaran los libros (o si no nos hiciéramos la ilusión de que nos ayudan), ¿para qué los leeríamos?

Miento. En realidad entiendo muy bien el desprecio de los escritores por los libros de autoayuda:

primero, por la envidia que nos da que sus autores suelen forrarse escribiéndolos; y segundo porque, igual que el énfasis en la verdad delata al mentiroso, el énfasis en lo que ayuda delata a lo que estorba. Sea como sea, si alguna vez soy capaz de escribir un libro de autoayuda, escribiré una apología de la siesta.

Ya lo sé: para muchos la siesta sigue siendo una costumbre bárbara y ancestral, un privilegio inútil de gente ociosa. Nada más lejos de la verdad, aunque yo también tardé mucho tiempo en entenderlo. De niño no me explicaba por qué en casa, después de comer, mis padres declaraban la noche en pleno día y cerraban la barraca, como si de golpe se hubieran cansado de estar vivos. Más tarde, cuando era joven, feliz e indocumentado, la siesta se convirtió para mí en la quintaesencia cochambrosa de lo español, un invento carpetovetónico a medio camino entre el hidalgo hambriento del Lazarillo y el castellano viejo de Larra (ninguno de los cuales, que yo recuerde, dormía la siesta), falsedad avalada en teoría por el hecho de que la palabra “siesta” era, al parecer, una de las dos que el español le había prestado al mundo (la otra era “guerrilla”). Tuve que vivir en Estados Unidos para descubrir la siesta; por supuesto, no lo hice porque allí la duerman, sino precisamente porque no la duermen: por espíritu de contradicción (o, por decirlo de forma menos distinguida, para joder). Fue entonces cuando descubrí la verdad, y es que no se duerme la siesta por ganas de vivir menos, sino de vivir más: quien no duerme la siesta sólo vive un día al día; quien la duerme, por lo menos dos: despertarse es siempre empezar de nuevo, así que hay un día antes de la siesta y otro después. (Escribo “por lo menos” porque

recuerdo haber leído un artículo de Néstor Luján donde contaba que hay gente que duerme o dormía hasta 6 o 7 siestas diarias). También descubrí que quienes no trabajan pueden permitirse el lujo de saltarse la siesta, pero quienes trabajamos no: de Napoleón a Churchill, de Leonardo a Einstein, todo el que curra de verdad duerme la siesta. Sé que hay quien dice que la siesta le sienta mal, que se despierta de ella con dolor de cabeza; la respuesta a tal objeción es la que me daba mi madre cuando yo se la ponía: *“Eso te pasa por no haber dormido lo suficiente”*. ¿Cuánto es lo suficiente? No se sabe. Las medidas son infinitas; las más extremas son la de Cela y la de Dalí. La de Cela es eterna: la clásica siesta de pijama, padrenuestro y orinal. La de Dalí es insignificante: se duerme con unas llaves en la mano; cuando las llaves caen al suelo, se acabó la siesta: en ese instante mínimo, uno se ha dormido. Las medidas, ya digo, son infinitas, y cada uno debe encontrar la suya. Por lo demás, antes dije que uno duerme la siesta para vivir más; no quise decir con más intensidad, o no sólo: hay estudios serios - entre ellos uno de la Harvard School of Public Health - que demuestran que la siesta reduce el riesgo de enfermedades coronarias. En el 24 de octubre de 2012, The New York Times publicó un reportaje sobre Ikaria, una isla griega poblada por gente que, según rezaba el título, “se había olvidado de morir”; por supuesto, todos dormían la siesta.

Pero mi libro de autoayuda no se limitará a ensalzar las virtudes prácticas de la siesta; ante todo, será una vindicación moral de la siesta, una defensa de la siesta como forma de insumisión, como manifiesto intransigente de rebeldía: igual que Lucifer, el ángel

rebelde, el héroe absoluto del espíritu de contradicción, quien cierra la barraca en horario laboral dice No a todos y a todo (por decirlo de forma menos distinguida: manda a la mierda el mundo en pleno día). Ese ínfimo corte de mangas cotidiano quizá no cambie las cosas, pero produce un placer indescriptible. Ya lo verán; ya lo estoy viendo: me voy a forrar.

elpaissemanal@elpais.es