

# ALCOHOL

## Confesiones

2nd  
edition



Kirk W. Wangensteen

**Alcohol**  
Confesiones

Kirk W. Wangenstein

Copyright © 2014 Kirk W. Wangenstein

Todos los derechos reservados  
Primer edición electrónica: 2014

K. W. W & Co.  
[kiwangensteen.com](http://kiwangensteen.com)

ISBN 978-0-9903339-6-8

Nací en Minneapolis, Minnesota, pero me vine a los 8 años y, entre viaje y viaje, he vivido casi toda mi vida aquí en Granada, España.

Licenciado en Lengua y Literatura Española, Universidad de Barcelona;  
M.A., Dr.(ABD): Literatura y Lenguas Románicas, énfasis en Hispánicas y en Medieval, U. C. Berkeley. Profesor Adjunto en la misma.

Otras obras publicadas por el autor

*El americano de Almería*

(Versión impresa: Instituto de Estudios Almerienses [IEA], 2003, bajo el pseudónimo de Erik Waldenstone.)

*El rebuzno y la rabia*

Versión impresa: Lulu Printing, Raleigh, NC, EEUU, 2013.

Versión electrónica: [Smashwords](#), 2014.



## Tabla de contenidos

[Dedicatoria](#)

[Agradecimientos](#)

[Citas famosas](#)

[Otras citas famosas](#)

[Introducción 1](#)

[Introducción 2](#)

[Nota Previa](#)

[Capítulo 1: El alcohol](#)

[Capítulo 2: El alcoholismo](#)

[Capítulo 3: Teorías varias](#)

[Capítulo 4: La gran Pregunta](#)

[Capítulo 5: Mis comienzos](#)

[Capítulo 6: Granada ¿Estudios?](#)

[Capítulo 7: La ruptura](#)

[Capítulo 8: Barcelona](#)

[Capítulo 9: Nueva York](#)

[Capítulo 10: San Francisco](#)

[Capítulo 11: Berkeley](#)

[Capítulo 12: Monterrey y Salinas](#)

[Capítulo 13: Del sol a la sombra](#)

[Capítulo 14: Adiós país loco](#)

[Capítulo 15: Desquiciado](#)

[Capítulo 16: La crisis 1](#)

[Capítulo 17: La crisis 2](#)

[Capítulo 18: La actualidad](#)

[Capítulo 19: El futuro](#)

[Notas y bibliografía](#)

[Apéndice](#)

## **Dedicatoria**

A todas las personas que de algún modo, directo o indirecto, están sufriendo las severas consecuencias de esta adicción, este estigma, ya sea en sus carnes, ya sea por su cónyuge, padre, madre, hijo, hija... o amigos y terceros, sin olvidarnos de los alumnos o profesores, y de los compañeros y jefe en el trabajo, si es que lo tiene o ha tenido. Gracias.





## Agradecimientos

Quisiera agradecer, en primer lugar, a todos aquellos que me ayudaron y dieron compañía en los momentos de necesidad extrema, ya sea llevándome a Urgencias, o comprándome un litro de vino para ir poco a poco desintoxicándome, sin sufrir aquellos extremos temblores, etc.

También a los familiares e instituciones que me atendieron en los momentos de peor agonía, acogiéndome con las manos abiertas y con comprensión, entre los que incluyo Alcohólicos Anónimos, Grexales (en Granada) el Servicio Provincial de drogodependencias, y el departamento de Salud Mental de la Seguridad Social en el Zaidín.

En EEUU, a mi primera esposa, que hizo lo imposible por mí, así como a mi profesor Consejero que me confrontó, junto con ella, con el problema, recomendándome acogerme a un centro de recuperación;

A diversos centros de desintoxicación dolorosamente rápida.

A Sunrise House y sobre todo a Sun Street Center, ambos lugares de cuidados extensivos; además de mis vecinos Charles y Claire —sin olvidarme, claro, de mi hermana Julie y su marido Luis, que me soportaron en un momento durísimo e ingresaron en el hospital de Salinas.

Luego, a los muchos que finalmente me ayudaron a dejar atrás para siempre la bebida, entre los cuales incluyo alguno de los pocos amigos que me han quedado y han sobrevivido para echarme unas palabras duras cuando las necesité acusándome de Dr. Jekyll y Mr. Hyde y con toda la razón.

A mi padre y hermano, que no sobrevivieron, haciéndome ver que estaba yo jugando con la muerte.

A algunos que aconsejaban a mi esposa, en especial su hijo, que le dijo que no bebiera en mi presencia, y a otros que nunca me influyeron negativamente como el Dr. Jesuías Castelnuovo, que me dio un toquecito en la espalda, estando yo en las últimas, y animó: Anda, cuídate, amigo, ya se te pasará. A José Luis Navarro, de la directiva Hospital del Ruiz de Alda, por su cuidadosa revisión y por su caluroso encomio que precede a la obra.

Al conjunto de los médicos y demás profesionales que detectaron algo muy anómalo en mi conducta que indicaba algo más allá de la ingesta etílica: primero la Dra. Rodríguez, mi médico de cabecera, que me dio el papelito azul para Salud Mental y en especial a mi psiquiatra, la Dra. Eva Morenilla, que, a la chita callando y con una paciencia y perseverancia a prueba de bombas me lleva tratando ya muchos años, hasta que por fin yo cedí; al grupo de terapia compuesto por pacientes con mi misma aflicción, que bajo los auspicios de La Dra. Morenilla me han ayudado y aconsejado a cada paso de mi recuperación.

A mi cuñada en Francia.

Al Dr. José María Artero Núñez M.D., por su esmerada labor editorial.

Dejo para el final mi infinita gratitud a mi esposa, Harley White, la cual me viene aguantando a mí, a mis desgraciadas borracheras y malas pulgas 25 años ya. Por suerte, los últimos 5 son bien diferentes: me debo a ella en cuerpo y alma, y mi único propósito, penando arrepentido mis muchos males, es que vea por fin que lo malo quedó atrás, y que los años de vida que nos queden, sean de bendición y alguna medida de alegría.

Mando mis gracias a todos. Kirk

## Citas famosas

*Lemas de A.A.*

Sólo por 24 horas.

Vive y deja vivir.

No te compliques la vida.

Si funciona no lo arregles.

Piensa.....piensa.....piensa.

Una es demasiado y mil no bastan.

Una vez pepinillo, siempre pepinillo.

Tráete el cuerpo; tu mente seguirá. Sigue volviendo... funciona si tú lo trabajas.

Nada hay tan malo que un trago no empeore.

Conviértete en parte de la solución, no del problema.

Y la plegaria que siempre se recita al como último acto en cada reunión de Alcohólicos

Anónimos:

Señor dame serenidad para aceptar lo que no puedo cambiar, valor para cambiar lo que sí puedo,  
y sabiduría para saber la diferencia.

## Otras citas famosas

“Alcoholismo es la pérdida de libertad frente al alcohol.”

Pierre Fouquet

“La conciencia es soluble en alcohol.”

Riane Eisler

“Bebo para olvidar que soy un borracho.”

Antoine De Saint Exupery.

“Bebo como alguien que acaba de enviudar, una persona de escaso talento y más escasa ambición, agrisada por los años, insegura y errante y que necesita consuelo y el efimero alivio del olvido que provoca el alcohol.”

John Banville

“El pudor es un sólido que sólo se disuelve en alcohol o en dinero.”

Enrique Jardiel Poncela

“La realidad es una alucinación causada por la falta de alcohol.”

Anónimo.

“Bebo para hacer más interesantes a otras personas que no lo hacen.”

Atribuido a George Jean Nathan y a Groucho Marx.

“Los que beben alcohol y consumen drogas lo hacen como una licencia para convertirse en idiotas.”

Frank Zappa.

“En la victoria lo merecemos, en la derrota lo necesitamos.”

Napoleón Bonaparte.

“Nuestra droga nacional es el alcohol. Tendemos a considerar el uso de cualquier otra droga con especial horror.”

William Burroughs.

[Nota: el que no conozca y haya leído su *Almuerzo desnudo*” yo no se lo recomiendo.

Otra cita suya:

*Why does a man become a drug addict?  
The answer is that he usually does not intend  
to become an addict. You don't wake up one  
morning and decide to be a drug addict. [...]*

*If you  
have never been addicted, you can have no  
clear idea what it means to need junk with the  
addict's special need. You don't decide to be*

*an addict. One morning you wake up sick and  
you're an addict.*

Trad.:

¿Por qué se convierte uno en adicto?

La respuesta por lo general es que nunca tuviste la intención de hacerlo. [...] Si nunca has tenido una adicción, es imposible que tengas una idea clara de lo que significa necesitar la droga con esa necesidad especial del adicto. Una mañana te levantas hecho pedazos y ya eres un adicto.

William Burroughs.

“El que disputa con un beodo, disputa con un hombre ausente.”

Séneca.

Mi definición preferida:

**Si el alcohol te causa problemas, eres alcohólico.**



## **Introducción 1**

### **Dedicación introductoria de la Dra. Eva Morenilla, psiquiatra de Salud Mental del Centro de Sanitario, Zaidín.**

Kirk me había hablado en alguna ocasión, y también a sus compañeros de viaje en el grupo de apoyo, del proyecto de escribir sobre su vida, sobre su recorrido y su relación con el alcohol. Había llegado a este punto después de reflexionar sobre cuestiones como la libertad, lo familiar, lo convencional.

Cuando me pidió que escribiera unas líneas en ese trabajo suyo al que había dedicado tantas horas, tanto estudio, pensé. “confía en mí como terapeuta, ¿pensará que por eso ya voy a poder hacer literatura?”.

Porque este libro, además de un intento de compartir búsquedas, recursos, propuestas para mejorar la atención a quienes sufren de esta adicción, es una novela en su parte central. Es el relato de una vida a trompicones a través de los que se ha mantenido una cierta resistencia, una capacidad de crear desde los escombros.

Más allá de lo literario, es la historia de un proceso personal de recuperación que ha deseado compartir, un redescubrimiento de la vida desde otro lugar, con la sabiduría de los años, de los tropezones, desde lo marginal y desde lo adaptado, desde España y desde EEUU.

Gracias, Kirk.

Dra. Eva Morenilla  
Psiquiatra Especialista en Trastorno Bipolar.

## Introducción 2

Acerca del autor, por José Luis Navarro

Conozco al autor desde hace ya más de quince años. Mis primeros contactos tuvieron lugar cuando todavía se dedicaba a la enseñanza del inglés, asignatura pendiente de todos los españoles a pesar de nuestros recursivos intentos de librarnos de esa lacra que nos mantiene rezagados respecto al resto de europeos. Siempre he considerado a Kirk un hombre de excepcional inteligencia, en mi opinión desaprovechada. Pero claro, yo siempre lo analizo todo desde la óptica económica y la optimización de los recursos escasos, al menos eso suelen decir los que me conocen. En efecto, la inteligencia, un bien es caso, y en este caso, la de Kirk, desaprovechada por la sociedad.

A lo largo de estos más de quince años he ido cambiando mi status en su entorno familiar, creo que he ido pasando de la categoría básica de alumno a la avanzada de amigo de la familia. Durante este tiempo me he visto envuelto, a veces en situaciones muy embarazosas, en las tropelías de Kirk durante los últimos años y sus desdichados encontronazos con el alcohol. Especialmente he visto de cerca el sufrimiento intenso de su esposa Harley y el suyo propio. Siempre me ha sorprendido ese comportamiento atípico y disfuncional de Kirk. Durante la mayor parte del tiempo, un tipo culto, formado e informado, al tanto de la actualidad política, social y científica, también con cierto compromiso social, aunque a veces no lo quiera reconocer o no quiera que los demás lo descubramos. En momentos esporádicos un tipo desconocido para mí, mezclado en ambientes marginales y con desenlaces siempre trágicos de la mano del alcohol.

En otras circunstancias, con otro recorrido vital, le habría encajado perfectamente la figura de profesor universitario o la de intelectual de las letras. Siempre me ha sorprendido su incansable búsqueda del conocimiento, a veces en campos muy dispares. Lo mismo se interesa por fenómenos históricos bien de la historia antigua, bien de la contemporánea, pero al mismo tiempo, es un usuario avanzado de las nuevas tecnologías y de la informática. En definitiva, le estimula cualquier tipo de saber. Sin embargo, tal como él mismo relata en este libro, ha vivido siempre ligado a ese drive que lo empuja a la bebida y, en mi opinión, a un recuerdo, quizás excesivamente valorado, excesivamente dulcificado, de sus primeros años en contacto con el alcohol y sus tiempos mozos de estudiante donde la juventud del cuerpo le permitía compaginar estudios, bebida y amigos, generando una falsa ilusión de bienestar perpetuo.

Las posteriores escapadas tan meticulosamente programadas a lo largo del año tal vez no hayan sido más que intentos de una vuelta al pasado. No soy especialista en el tema, ni por supuesto médico, así que mi opinión es la de un lego en la materia, no obstante, en mi experiencia personal con Kirk y ahora con la lectura de este libro, he visto reforzada una idea que siempre me rondó la cabeza acerca de su trastorno bipolar. Aparte de las implicaciones clínicas derivadas de la enfermedad, yo he percibido que la bipolaridad siempre ha estado presente en su vida, desde la perspectiva familiar, social y de su propio comportamiento individual. Un ejemplo claro es el doble sentimiento que transmite hacia su padre, una figura admirada y reprochada al mismo tiempo, pero sin duda, de gran influencia en su forma de ver la vida. Igualmente, en sus etapas de niñez y juventud mezclaba el gusto por el saber y los estudios con la atracción por la vida placentera y la juerga. Este comportamiento cíclico de subidas y bajadas se ve reflejado en el libro en numerosos episodios, con su primera novia, su primera mujer, con Harley su esposa actual.

La propia estructura del libro muestra sus aficiones social y científica, ambas reprimidas en mi opinión. Por una parte, el libro tiene un claro contenido de ayuda a los demás, y para ellos, para

los demás, se relatan con una crudeza absoluta algunos episodios de dolor y tragedia en su vida. Por otra parte, el inquieto carácter científico de Kirk le ha llevado a incluir unos capítulos finales más propios de un especialista en el tratamiento y recuperación de alcohólicos tanto desde la terapia farmacológica como desde las terapias de grupo, para las que incluso se atreve a ofrecer recomendaciones de política sanitaria a las autoridades.

Finalmente, he reservado algunos párrafos a lo más importante de este libro. Creo que este libro constituye una muestra indudable de la reconciliación de Kirk con el mundo, con su vida y con la vida de la persona que comparte su vida. Para mí ha sido una tremenda alegría conocer de la existencia de este libro y constatar mi primera intuición a medida que me adentraba en su atenta lectura. También un orgullo el poder escribir estas líneas.

El libro es la demostración de que la recuperación es posible. Es posible después de un largo proceso de autoanálisis emocional y racional. Kirk ha alcanzado el nivel de consciencia necesario sobre su propia persona, sus motivaciones, sus limitaciones, pero sobre todo, sobre sus ganas de salir de ese submundo y sus ganas de vivir. Tal vez sea éste uno de los pasajes más reveladores del libro cuando expone sus ganas de vivir, no ya como un jovencuelo de juerga en juerga, sino afrontando las limitaciones que la edad va imponiéndonos a todos. Querer vivir en estas circunstancias tan realistas me hace ver su elevado nivel de autoconciencia y su recuperación que confío será definitiva.

En segundo lugar, su reconciliación con el mundo le ha impulsado a ayudar a otros que siguen experimentando esta terrible dependencia hacia el alcohol y sus devastadoras consecuencias. Todo el libro se dirige a la segunda persona del plural, a vosotros, a vosotros que vivís lo que yo he vivido y que, aunque no lo sepáis o no lo hayáis decidido aún, podéis dejar esta adicción. Este decidido afán de ayudar a los demás contrasta enormemente con el típico comportamiento egoísta de los beodos, como él los califica.

En tercer lugar, el elemento más importante, la reconciliación con su familia, con su esposa. En todos los capítulos aparece una mención de arrepentimiento, de pedir perdón de forma abierta, sin tapujos, con la prudencia del que es conocedor del daño causado. En mi experiencia como alumno, desde poco tiempo después de iniciar mis clases, pasé a recibirlas de Harley, la esposa de Kirk. Esto me ha permitido observar desde su perspectiva el sufrimiento y el dolor que el alcohol provoca en los seres más cercanos, a la vez los más queridos, y, sin embargo, los más maltratados. Por eso, me alegra enormemente la rehabilitación de Kirk, no solo por él, sino también por Harley, que ha sabido ayudar a Kirk a tomar la decisión de vivir y a apostar por la vida.

Por todo lo anterior, creo que este libro es un testimonio inusual y de indudable ayuda para aquellas personas que se vean dominadas por el alcohol.

Kirk, enhorabuena, la reflexión que haces en este libro es prueba de tu firme decisión de luchar por la vida y por tu hogar. Enhorabuena.



---



José Luis Navarro Espígares  
Subdirección de Control de Gestión, Hospital Virgen de las Nieves, Granada.

## Nota Previa

A pesar del título, este libro no pretende atacar en modo alguno una sustancia que no es sino eso: una simple sustancia, que alegra los corazones, ameniza las fiestas hasta el punto de ser punto menos que imprescindible en ellas, y es consumida por una enorme mayoría de la población del mundo desde los primeros días de la Civilización. Es más, hay quien alega que ésta nació con la fermentación y nada o poco tuvo que ver con grano almacenado para años de vacas flacas.

Muchos lo consideran un regalo divino.

Sin embargo, quisiera resaltar dos aspectos o procedimientos vigentes cuya intención es la mejor del mundo: ayudar, cuando en realidad lo único que consiguen es poner trabas y dificultar, con confusos panfletos y estudios estadísticos, o desviando el tema hacia otros cauces que nada tienen que ver con el consumo, cualquier pequeña ayuda que pudieran ofrecer a aquél que extiende las manos solicitándolo; o que simplemente está enmascarando una realidad mucho más profunda, lo que mueve el mundo desde que se inventó: el lucro del potentado que no pestañea mientras millones de familias humildes sufren mientras él acumula lingotes áureos en su depósito...

Por poco que se busque en la Red “botellón” junto a “alcohol”, te van a dar miles de páginas sobre los problemas que conlleva dicho fenómeno: ruido nocturno, cargas policiales, ambulancias, puñaladas, vecinos que no duermen, ruidos, destrozos, recogida de residuos, y callejones y portales apestando a orines y vómitos. O que los jóvenes necesitan “educación” y “control” paternofamiliar. Siempre se mencionan los precios prohibitivos de beber en los establecimientos públicos... que desde luego el botellón no va a abaratar. Y sí, también alguna que otra muerte.

Luego uno investiga en los cauces oficiales, tales como: Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol © Organización Mundial de la Salud, 2010.

Estas creaciones, no obstante su valor informativo (2,5 millones de muertes al año, sobre todo jóvenes; la 3ª causa de mortandad...), analítico, estadístico, de predicción, e intento de búsqueda de soluciones, llega, en mi opinión, a ser una especie de compromiso entre la Ley Volstead (EE.UU. 1919) o Ley Seca, y la ‘barra libre’ en que todo vale. Pretende buscar un consenso, una estrategia de acuerdo común en todas las áreas involucradas; comercio/consumo, sociedad, leyes, salud, edad... incluso cosas como que se habla en España de multar a los padres de menores que son atendidos ‘tantas’ ¿4, 5? veces en urgencias.

Por más que leo este tipo de panfletos, menos ganas tengo de hacer caso alguno: estoy inmunizado en contra. Aburrirían al Diablo en persona.

Mi libro, por el contrario, contiene ni más ni menos que: algunas ideas recogidas que han sido experimentadas en mis carnes, mente y espíritu de lo que puede llegar a hacer esa sustancia en una octava parte de la población (con grandes variaciones según el cómo, cuándo y dónde), y hablo tanto en el sentido amplio (etnias, casos específicos históricos el siglo XVIII londinense y la ginebra... y de Rusia no digamos... según el desarrollo y consumo tanto colectivo de los destilados vs. el vino y la cerveza, etc.), como en el sentido estrictamente personal o ambiental.



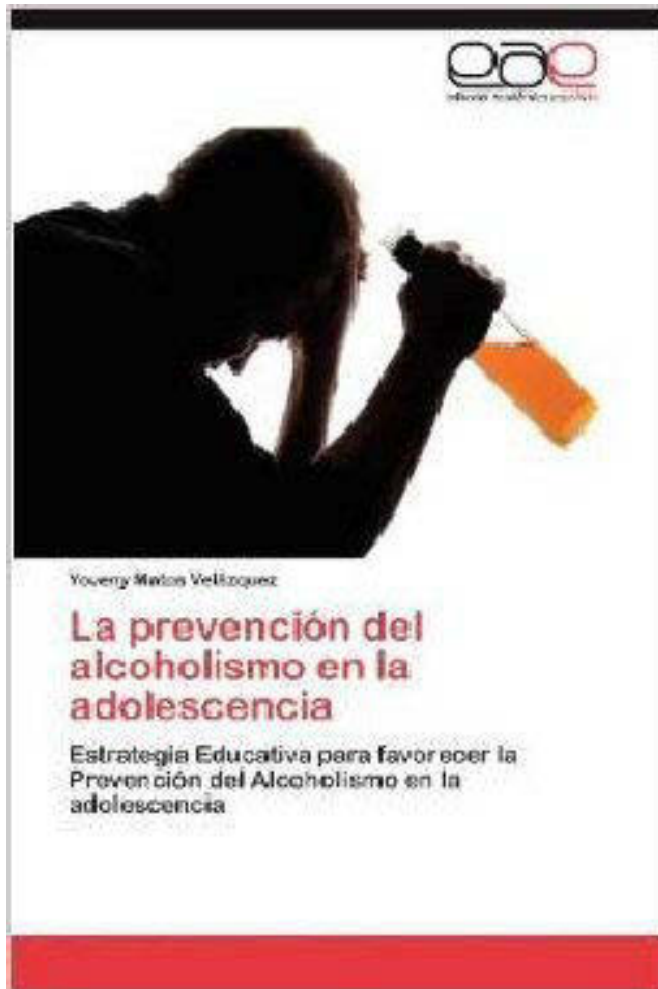
Mi propósito central es contarles, confesarles, mis muchos años de alcohólico consumado.

Finalmente, ahora que he logrado salir (o me han sacado) de la vorágine, trataré de dar algunos apuntes muy personales, y si al cabo de esta labor he podido ayudar a una sola alma atormentada, medaré por más que satisfecho.

Pero si, por el contrario, con este libro he interferido en algún modo en el pleno disfrute de la bebida de alguien (de manera sana, claro), pido disculpas. Nunca fue esa mi intención.

\* \* \* \* \*

Cierro esta breve nota introductoria con una pregunta que algunos piensan que sería importante en un libro como éste: ¿Cómo prevenir el alcoholismo? Aquí les mando una referencia, pero si a alguien le da ayuda alguna o novedosa y que no sea obvia, pues ¡Enhorabuena!



Si esto fuera posible siquiera ya podríamos dar el asunto por concluido. No he visto ni oído yo que nadie pregunte cómo asegurarse contra ese innombrable “ismo” si no es que ya le tiene muy preocupado, ya sea por ella misma o por otra persona allegada con el mismo dilema: Están ya hablando de la enfermedad, no de prevención posible alguna.

Aquí les presento una concreta exposición de la diferencia cuantificable entre ‘beber prudente’ y ‘peligroso’; noten que en cuanto pase ya a lo que podríamos referirnos a alcoholismo esta persona la clara cuantificación cambia drásticamente, y no define éstas sino como ‘beber peligroso’ seguido de ‘consumo perjudicial’, haciendo referencias harto ambiguas en cuanto a conducta y dependencia:

“Consumo de alcohol”:

Se considera como «consumo prudente» el que alcanza hasta 21 unidades de bebida estándar (UBE) (1 UBE equivale a 10 g de alcohol puro = 1 consumición de bebidas sin destilar = media consumición de destilados) en el varón y hasta 14 en la mujer, distribuidas durante la semana de referencia intercalando 23 días sin alcohol. La ingesta diaria no debería superar las 3 UBE en el varón o las 2 UBE en la mujer .

Cuando el consumo llega al menos a 40 g de alcohol puro al día en el varón y a 20 g en la mujer se habla de «consumo peligroso»; también cuando se produce la ingesta de 5 o más consumiciones en una sola ocasión al menos 4 veces en el mes anterior. Siguiendo esta línea, se

recomienda la intervención cuando el consumo semanal supera las 35 UBE en el varón y las 21 en la mujer .

[Ahora ponte a calcular.]

Trastornos mentales y del comportamiento debidos al consumo de alcohol:

El término «abuso de alcohol» (según define la clasificación DSMIV TR) hace referencia al uso inadecuado por exceso, con una pauta desadaptativa de conducta . Se denomina «consumo perjudicial» (según la CIE10) al que provoca un daño físico o psíquico al sujeto, que será consecuencia de un mal uso previo o un uso inadecuado . Hablaremos de «síndrome de dependencia» ante un patrón de manifestaciones fisiológicas y cognitivas en el cual el consumo de alcohol adquiere la máxima prioridad para el individuo. Conlleva aumento de la tolerancia y síntomas de abstinencia tras la privación y es modelado por la cultura y la personalidad . El término *craving* refleja el impulso imperioso, central en toda dependencia, de consumir una determinada sustancia con el deseo subjetivo de experimentar sus efectos. El *craving* presupone una reacción aprendida, primero a partir de la experiencia gratificante de consumo (refuerzo positivo) y, más adelante, fruto de la necesidad para evitar el síndrome carencial (refuerzo negativo) ”.

Personalmente me detendría particularmente en dos factores: el *craving* o ansias angustiosas de beber (y continuar bebiendo), y el síndrome de abstinencia: Considero éstas las marcas que se hallan presentes en todo alcohólico.

Esto es parte de un artículo de ESEVIER al que daré el debido enlace Url entre otros importantes artículos hallados en la Red, cada uno acompañado por su propia bibliografía.

Cabe señalar que en toda dependencia hay un déficit de control consistente en la dificultad para controlar cuánto y cuándo se consume.

Trataré de adelantar algunos apuntes, pero creo que toda respuesta, o bien es obvia, o por el contrario, inadmisiblemente o como menos tan altamente general y ambigua, que sería rechazada ipso facto por la mayoría de la juventud española.

Los padres, supuestamente abiertos y libres ambos de la enfermedad, si beben lo deberán hacer con moderación. El pequeño criado en un ambiente conflictivo o de maltrato debido a las adicciones tendrá luego consecuencias por necesidad: Ningún padre o madre puede enseñarle al menor a beber. Lo único que puede hacer es inculcarle valores y actitudes sanas.

Un aviso claro y serio que puede darle a sus hijas, si éstas están dispuestas a escuchar, es que toda mujer embarazada que beba corre grave peligro de tener hijos con problemas. Esto lo puedo atestiguar yo que nací chiquitajo, sietemesino, por que mi joven madre sin duda estaba alcoholizada.

He de advertir de antemano que nadie sabe a ciencia cierta lo que es la adicción. Una adicción, cualquiera que sea, sólo se puede comprender a partir de su observación y caracterización. Básicamente, un adicto es ni más ni menos que una persona que sufre una compulsión hacia algo: El alcohólico no puede no beber, y basta. Añado a esto algo que dije arriba: si corta en seco, sufrirá el “retiro” o síndrome de abstinencia. Tal vez, por demostrarse a sí mismo o a los demás que “no tiene problemas” con la bebida, lo deje por un tiempo; pero volverá a ella tan seguro como que hay oxígeno en el aire que respiramos. Ha hipotecado su libertad ante la botella, ha perdido todo dominio.

He visto algunos consejos que aunque parezcan razonables, les van a resultar inútiles por no decir risibles a todo aquél que va abocado a contraer la enfermedad:

- Evitar personas que normalmente inducen al consumo de alcohol.
- Evitar eventos donde es clara la obligación de consumir alcohol.

- Reconocer si dentro de la historia familiar hay consumo de alcohol.
- Realizar reuniones y celebraciones donde se evite al máximo el consumo de bebidas alcohólicas, en lo posible eliminar el consumo totalmente.

[¿En España?] Ja, ja. Y ja.

Repartan por vía —Central, Autonómico, o Municipal— el sticker o pegatina siguiente. Háganlo por toda la ciudad. Veréis la que se arma:



Como dije arriba: se me sugirió que en la presente indicara métodos de prevención y estos son los mejores o los peores o los únicos que he hallado.

El momento histórico es decisivo: La juventud se aparta veloz de la cerveza y el vino (¿cuándo fue la última vez que conocisteis un auténtico ‘catavinos’ por debajo de los 30 años? Y por si desconocieran su nombre técnico internacional, con su diploma y todo, es el de Sommelier.



Pero digo yo: ¿Es acaso verdad cuando se habla de ‘prevenir’ el alcoholismo —en cualquier esfera— si no es realmente de la enfermedad misma, y no de no caer, sino de sacar a alguien en apuros?

Éste y no otro es mi propósito.

Acabo de toparme con un libro, parte de cuya portada presento, y que pueden descargar en pdf: [GPC\\_Completa\\_OH.pdf](#)

Es del año 2013 y ha sido elaborado por el Sistema General Sanitario y de Salud de Colombia.

Su título: *Guía práctica clínica, para la detección temprana, diagnóstico y tratamiento de la fase aguda de desintoxicación de pacientes con abuso y dependencia del alcohol.*

Un referente magnífico para lo que podríamos llamar “prevención y tratamiento”; con todo son los médicos los que lógicamente han de tener la última palabra en esta cuestión. Hago su oportuna referencia en las notas.

Otro factor que es forzoso mencionar; es el económico. Al igual que la crisis londinense de la 1ª mitad del siglo XVIII la instigó la necesidad de los Lords terratenientes de vender su exceso en grano, para lo cual se promulgaron tantas dispensas a la destilación y venta a granel, que una de cada cuatro casas del distrito montó su destilería casera. [Más adelante vuelvo brevemente al tema] El caso es que usaban el comportamiento de los indígenas USA como ejemplo de primitivismo, si esos indios viesan la metrópolis londinense,.. les causarían espanto si no risa. En toda Europa Londres cayó en la ignominia.

Para cambiar la situación, y apercibidos del crimen que cometían, fueron introduciendo nuevos decretos, unos de apañío o "mentirijilla", otros ya más serios y penados; al final la

queridísima cerveza británica ganó la guerra contra Dama Ginebra e Inglaterra volvió por sus cauces tradicionales. Incluso Menorca, que a raíz del Tratado de Utrecht (1713/14) pasó a manos inglesas, desarrolló su propia demarcación de origen: "Gin Xoriger".



Por cierto, fue en ese tratado y año cuando empezamos los españoles a exigir la devolución de Gibraltar.

Hoy día y a nivel mundial el mercado, la economía del alcohol, está entre los más grandes del mundo.

Ya no es ese idílico sentarse al atardecer frente al mar de Adra, a que te sirvan vinillo de la costa, traído en barriles de la cercana Albuñol.

No amigos, hoy son billones, literalmente, de Euros los que recorren los océanos y los continentes, a fin de que cada miembro de vuestros semanales botellones aporte su pequeña prestación líquida a la fiesta e inflando los bolsillos de los potentados. Sois sus muñecos preferidos. Y admito cabizbajo ya que yo también contribuí a esto, y que lo pasé bomba por unos años. Ahú... unos pocos años. Que luego sería "otro asunto".

¿Hasta cuándo habrá que esperar que también esta burbuja estalle...?

Muchos años, sin duda, muchos años de aflicción tenaz que te lo roba todo: el hogar, el coche, el trabajo, la vergüenza...

\* \* \* \* \*

Pero si llegan al capítulo final del libro, es muy posible que encuentren algo que les llenará de



esperanza. Y aun si los sucesos de mi vida los hallara Vd. tediosos y/o increíbles, o que no se les asemeja en nada a su propia trayectoria... ¡Absurdo, imposible... a eso no llegaré yo NUNCA! Seguro estoy que algo edificante hallarán en algún apartado del librito. Cada bebedor lo hace a su modo y el mío era de los peores.

Hasta da corte no apuntarse a la caña, cerveza, o chato que han pedido tus compis.

Pero si antes me insisten en una respuesta clara y concisa a la prevención de la adicción les contesto con la pegatina de arriba: ¡No beban! Pero eso... ¿quién diantres, siendo un jovenzuelo entre amiguetes, va a pensárselo dos veces siquiera?



**¿Hasta cuándo?**

## Capítulo 1: El alcohol

PUEDES TOMARTE una copa de coñac o 10 litros de zumo de naranja; indefectiblemente sentirás una cosa en la primera que la segunda no te proporcionará jamás:

¡Euforia!

El que la encuentra la sigue y el que la sigue la persigue. Si te encuentras un euro por la calle mirarás en torno a ver si hubiera otro por chiripa; entonces, ¡eureka!: otro, ahora ¿qué vas a hacer? Pues cogerlo. Pero después buscas y rebuscas y nada. Te tirarás todo el santo día buscando alguna maldita moneda.

Por eso las personas —y aprovecho desde ahora para advertir que si encuentran mucho “él” y pocos “ella”, que me lo interpreten como el masculino genérico, el que nuestra lengua (como casi todas) usa por defecto en su gramática gracias al machismo ancestral o porque, en definitiva, de algún modo hay que comunicarse.

Bien es verdad que aún hay más afectados que afectadas por los efectos adictivos del líquido etílico. Pero eso ocurrió también en su día con el tabaquismo en proporciones idénticas o aún más desiguales. Hoy en día se están equiparando —si no invirtiendo— con una rapidez pasmosa. Incluyo por la presente una afirmación que ninguno de mis lectores, ni persona alguna, ya sea hombre o mujer, puede negar hoy: Tanto el tabaco como el alcohol, cada cual con su propia dinámica, es una droga. Sin peros que valgan... Son drogas con un grado de adictividad elevadísimo.

El mecanismo de uno y otro, sin embargo, difiere mucho. Casi todo el mundo, en un momento de su temprana juventud o adolescencia ha probado a fumar: la mayoría un cigarrillo, los menos un “porro” (hachís con tabaco en España o marihuana en USA). Los primeros efectos son casi idénticos que ingerir el primer alcohol: náuseas (con tos en el primer caso), que casi siempre culmina en una vomitera. Pero hay diferencias notorias; el del cigarrillo, en cuanto vuelva a las andadas (que lo hará, pues el narcótico, que ha entrado por los pulmones, alcanza el cerebro a los pocos segundos, y a pesar de la “mala pasada” primera, ha notado algo nuevo, se ha sentido diferente); La segunda vez ya no sentirá esas náuseas: Va camino a engancharse, por muy malas cosas que digan del tabaco y la foto que presente el paquete. A él (o ella) le han dado un pitillo o un porro y le han asegurado sus amigos que verá cómo es lo mejor del mundo, que mola cantidad.

En cuanto al alcohol, lo primero es que sabe a perros muertos —algo así como el café negro sin azúcar a los pequeñuelos. No comprende cómo los mayores se tiran tantas horas del día —incluso en las comidas— bebiendo vino, cerveza, o su copita (puáj). ¿Cuántos años no habrás ido con tu padre o padres a la cafetería, y mientras ellos tomaban sus bebidas alcohólicas (o en algún caso la madre pedía cerveza “sin”, una tónica o un Bitter Kas), tú te pides un refresco dulce y burbujeante, y todos a disfrutar de las tapas?

Total, que cuando llega el día en que te tomas tu primer vaso (o trago quizás), y tras correr a la calle o al váter sintiendo náuseas, no lo vuelves a tocar en bastante tiempo, pareciéndote algo nauseabundo. A mí me pasó eso y también a mi hermano.

Andando el tiempo, y por el mismo procedimiento (la presión de los amigos) el joven prueba más. Aún no le gusta el sabor, pero al poco nota los efectos, le asoma una sonrisita y... ha comprendido. O interviene alguna ancestral tradición.

Verdad es que se dan ciertos casos de personas a quienes, que nunca llegan al estadio de sentirla tan cacareada euforia, sino simplemente se hallan mareados, como ‘en un nubló’ ciertamente desagradable y lo rechazan de plano de ahí en adelante, y por mucho que, a través de

los años, sus compañeros y conocidos les digan que ‘no saben lo que se pierde’, no se bajan del burro y se pasan una vida totalmente abstemia. A esta gente yo la solía considerar insufrible, o bien porque iba contra mis principios, o les tenía lástima, o sobre todo andando el tiempo me tenía lástima a mí mismo. Mi padre, que siempre defendió el alcohol, decía que el bebedor empedernido vivía dos vidas y dos estados intelectuales marcadamente diferentes. Una evidencia palpable es el hecho de que todos los grandes escritores EEUU del siglo XX fueron alcohólicos. Ríanse todo lo que quieran, pero para mí... era mi padre.

Ambas drogas, inicialmente euforizantes pero en realidad tranquilizantes, comparten otra faceta muy importante en el proceso adictivo: el/la que lo toma lo hace a escondidas de sus padres hasta haber cumplido cierta edad (dependiendo de la familia y sus hábitos o tradiciones), o sea, que se siente culpable aunque no lo admita... o por lo menos temeroso de recibir una buena reprimenda o un tortazo —Mis viejos son unos chapaos a la antigua. No entienden nada y para qué tienen que saberlo ¿eh?

Hoy en día incluso se han impuesto leyes sobre la edad en que un adolescente puede adquirir tabaco o alcohol, pero... ¿Se cumplen?

Para el tabaquismo es aún peor, pues no es raro en estos días que hasta algún desconocido se meta con un trece o catorce añero y le diga que tire el cigarro, que qué porras se ha creído, fumando a esa edad.

Por estos factores y por un cierto sistema de defensa (¿acaso instinto de conservación? que tiene el cuerpo ante un veneno tan poderoso para el organismo como es el alcohol etílico, así como por los efectos que produce cuando uno “se pasa” y se emborracha —no entraré en detalles pues son harto conocidos—el índice de adicción tabaco/alcohol difiere enormemente: al primero se enganchan casi todos, y al paso de los años les cuesta más trabajo desengancharse por razones también obvias: ausencia de estigmatización ‘casi todo el mundo lo hace’, ausencia de esos efectos tan bestiales, a corto plazo por lo menos: pocos son los fumadores que pierden empleos, brutalizan a sus cónyuges, acaban viviendo en la calle, acuden a urgencias (hasta el día en que le puede sobrevenir lo que siempre ha temido)... total, una tos crónica y falta de aliento al correr y subir escaleras... El precio se soporta, por hoy.

El aspecto de que fumar y beber induce a la culpa, el pecado acaso, y está prohibido y demuestra insumisión, no hará más que el efecto contrario de lo que la lógica dicta. El joven no piensa “eso no se hace”, sino que “esto me gusta una cosa mala se van a fastidiar todos si se creen que me van a convencer de lo contrario”. En lo futuro ese adolescente ya no se considera normal sino vicioso, y a mucha honra. Lo que más temíamos: fuma, bebe con sentido de culpa... ya es medio adicto.

A diario oigo a todos los fumadores (o quizá el 90% de ellos) alegar que lo quien dejar y simplemente no pueden, o que “dejarlo es muy fácil, yo lo he hecho muchas veces” lo cual dice en triste sorna. Un chiste.

Caer en el alcoholismo sí que asusta. ¡Y tanto que asusta a cualquiera! Es por eso por lo que sólo uno de cada 5 u 8 bebedores acaban en dicha categoría —también hay jóvenes que ‘se acercan pero sin caer’ en la morfina—, las estadísticas varían, según el lugar, pero van creciendo exponencialmente con el consumo de bebidas fuertes en oposición al vino y la cerveza. Particularmente en España. O se mantienen muy cerca del borde o se retraen una y otra vez por puro miedo. ¡Bendito sea ese miedo!



Curiosamente, es mucho más miedo al entorno, al ‘qué dirán’, que miedo a admitírselo a sí mismos, pues ellos ya intuyen que están jugando con fuego, aunque... ¡Viva la juerga y quien la trujo!

Una de las primeras cosas que aprenderá es a disimular, minimizar, a mentir, en definitiva, una vez acabada la fiesta juvenil y tornado de nuevo a su ‘entorno diario’.

## Capítulo 2: El alcoholismo

Que sea Vd. escéptico mientras hojea o lee este libro es natural. Ni le es desaconsejable a nadie curiosear un poco por si encuentra “un consejo odos que darle a alguien”. Pero si lo lee porque tiene un problemón, lo ha probado TODO y sigue en el punto de partida, peor: totalmente desanimado y resignado a ser hasta la muerte el monstruo que ve en el espejo, o peor: en el espejo del alma... Yo le advierto: Si no está dispuesto a dejar atrás para siempre la cosa que más quiere y desea en la vida, nada de lo que aquí se contiene le servirá de nada.

Un auténtico alcohólico tiene que haber recibido golpes lo suficientemente duros, tanto en intensidad como en cantidad de veces, que acabe diciendo ¡Ayudadme, por favor, yo ya no puedo más!

Ahora: si continúa leyendo, encontrará sorpresas que le dejarán atónito. Sorpresas de esperanza de reencontrar ese jovencuelo que era antes de su primer trago; o como mínimo esa alegría de vivir largamente perdida.

Supongo que lo primero que querréis preguntarme es ¿Cuántos bebedores se convertirán en alcohólicos? Anoche, en un vídeo de los años 70/80 que tuve ocasión de ver varias veces a lo largo de mis internamientos que y es y será buenísimo, por mucho que sufra ya de los defectos de ser un vídeo grabado in situ en una pequeña aula con métodos rudimentarios. Pero cada palabra que dice (este cura, alcohólico en prolongada y sabia rehabilitación) es una mina de oro. Declaró que en los EEUU, 7 de cada 8 bebedores pueden hacerlo impunemente. Y no se está teniendo para nada en cuenta cuánto bebe el ‘bebedor’. Hay otros factores muchísimo más determinantes: qué, cuándo, qué clase de bebida, con quién (bebe)... y lo más importante desde mi punto de vista: qué clase de persona eres. Se habla de tipos Alpha, Beta u Omega y otros esoterismos dudosos, pero: ¿Qué tipo de cosas, de vida, de gente te atraen o te repelen? ¿Hasta qué grado te cuesta darle la espalda a una situación en que estás a disgusto aunque intuyes que te puede acarrear problemas? ¿Qué cosas son las que más “tiran” de ti y qué eres capaz de hacer al respecto? ¿A qué precio venderías tu integridad, tu honradez, tu fiabilidad?

Están además las costumbres vigentes en tu momento histórico, tu ‘aquí y ahora’ ¿Son sanos, los aceptas plenamente, harías algo de forma diferente... buscas algo en tu vida y no lo encuentras tal y como están las cosas? ¿Qué harías para lograr ese “algo”? Recuerda las palabras de Ortega y Gasset: “Yo soy yo y mis circunstancias”; pero... ¿posees algún grado de control sobre éstas?

El curita del vídeo, que tiene también sus buenos chascarrillos, habla de un manco en prisión que afirma: Padre, 3 veces he bebido en la vida... la primera perdí el trabajo y eventualmente la familia; la segunda el brazo, en una trifurca; y la 3ª aterricé aquí en prisión. “Soy sin duda un alcohólico”. Afirmó.

El alcoholismo corre dentro de la persona, en sus venas y neuronas—no en las botellas y los cafés o bares. Verdad es que como droga, es adictiva... selectivamente adictiva, digamos.

Una vez pasada la temida línea, el camino a la destrucción es imparable. El alcoholismo es, por definición, una enfermedad progresiva, incurable y mortal. Su adictividad es tripartita, afectando ostensiblemente al cuerpo, luego a la mente “¡Necesito un trago!”, y al espíritu, que lleva las riendas de tu vida. Pero algunos —1 de cada 35, según algunos “expertos”, pero yo espero que será un número mayor— consiguen ponerle coto y aprenden a vivir en sobriedad; luego es muy parecido a lo que pasa con los ludópatas: recoger los trozos que quedan, que suelen ser bien pocos, y seguir adelante, sin beber una gota, o sin jugar ni un euro, desde ese mismo

momento en adelante.

Creedme: esto es durísimo para la víctima, enfermo, o llámesele como uno quiera. Hasta puede que le llaméis “canalla”, “destroza familias”, “vergüenza te debería dar” y “cabrón de mierda”. Aterrador e insoportable.

Verdad es asimismo que el alcohólico en estado avanzado es incapaz de vislumbrar una vida sin beber.

En muchos aspectos el alcohólico se parece al heroinómano, si bien tiende —aunque no siempre— a ser más violento bajo los efectos de su droga que el yonqui. Por el contrario y debido al precio prohibitivo de la heroína, así como el estar legalmente penado, con tal de evitar el síndrome de abstinencia, o tener su abastecimiento asegurado, el adicto puede llegar a los tristes e infames extremos criminales que todos conocemos.

Encontraremos, claro está. Al borracho ‘llorica’, al ‘amo de la fiesta’, al ‘apartadizo’, el ‘vomiteras’, de todo hay. Para eso están las fiestas y juergas: para amenizarlas al máximo en común fraternidad. Pero en el fondo son todos unos egoístas de aúpa, al que nadie comprende.

Dos de mis frases favoritas, la primera de las cuales no llegué a incluir en la ‘Citas’ y ‘Dichos’ son éstas:

“Primero el hombre toma el trago, luego el trago toma el trago, y al final el trago toma al hombre.”

Y esta otra, que para mí se lleva la palma de simple que es:

“Una es demasiado y mil no bastan.”

Eso, claro está, para quien esté ya bien del lado equivocado de esa ‘línea invisible’ que divide a los que lo pueden controlar y los que no.

Más adelante volveré a hablar de ‘la línea invisible’ y cómo o quién lo decide y define, así como del carácter eternamente discutible, controvertido y cambiante de ‘enfermedad’ versus ‘depravación de carácter y voluntad’ del alcoholismo.



El alcohol no discrimina por razón de raza, color, edad, género, orientación sexual, o discapacidad, a excepción, posiblemente algunas taras psicogénicas extremas. Ni siquiera se conoce bien si alguna especie no humana es inmune. Lo cual poco importa, pues en su jaula se le desintoxica con tranquilizantes y basta. O se muere y adiós animalito. Afecta, en mayor o menor grado, a cualquiera y dondequiera que viva, y sin importar su estatus económico o social. Eso sí: existen —incluso abundan— entornos donde el problema corre a raudales, por así decir, como en los vertederos finales donde acaban los que ya no tienen nada que ganar o perder, que merecen, y hasta creen merecerlo el total desprecio de los demás viandantes: los “Sohos” o Boweries” y los sin hogar, grupitos de vagabundos que hallarás en todas las ciudades españolas, sentados en alguna plazoleta con sus cartones de vino blanco de 1 euro, varias litronas de cerveza a €0,75 y

algún que otro paquete de tabaco, mechero, etc., ah, y casi se me olvida el litro de naranjada para mezclar con el vinati y rebajar su mal sabor. A ningún borrachín le gusta el sabor de la priva en los principios y a muchos no le llega a gustar, como a mí, en toda la vida; pero sus efectos... eso es ya harina de otro costal.

Bien es verdad que se ha hablado in extenso del factor genético y hereditario... lo cual en cierto modo incluye el grupo étnico. Por ejemplo, aque llos genotipos que han estado expuestos por más siglos al producto, o que lo han incorporado en sus tradiciones y/o rituales religiosos, como los hebreos, cristianos, y otros grupos, por lo general circunscritos al Mediterráneo, al parecer muestran —han mostrado— en tanto tales ritos eran seguidos tal y como se concibieron, más resistencia a caer víctimas de sus efectos adictivos. Así, los germanos, nórdicos, amerindios y esquimales, tardíos en estos contactos ‘casicasi’ como que caen como moscas, haciéndose imperativa la implementación de normas o códigos especiales según qué caso. Van, por demás, directamente al vodka, la ginebra, whiskey o bourbon, ginebra y el ron, saltándose las más apacibles bebidas ‘blandas’.

El *Far West* no se conquistó con los rifles Winchester, sino con el *booze* o “agua de fuego”. Verdad es que algunos, como los germanos, sajones, etc.) fueron expuestos a la cerveza y al aguamiel, incluso al vino, desde que entraron en contacto con Roma. Pero hablando de bebidas espirituosas, de alta graduación, o destiladas, ni por asomo. En el oriente lejano la que apelamos ‘raza amarilla’ aun siendo diferentes unas etnias de otras, han conocido —bien es verdad, la fermentación desde tiempos remotísimos. Pero tienen una defensa que algunos (ellos, sobre todo) considerarían posiblemente una maldición: una tolerancia baja a la droga. Tal vez tradicionalmente se han inclinado mayormente por el opio cuando quieren olvidar las penalidades de la vida. Sus cuerpos, al parecer, carecen de suficiente alcohol deshidrogenasa (ADH) para descomponer el alcohol a la velocidad deseada: empieza a sentirse mal tras unos tragos. Esto se debe a que nuestro hígado descompone, cada vez que bebemos el alcohol en aldehídos y cetonas altamente tóxicas para organismo; mas he ahí que entra la enzima alcohol deshidrogenasa (ADH) que descompone ésas más o menos al mismo ritmo, o acaso a trancas y barrancas, si tu hígado ya está tocado. Medicamentos como el Colme y el Antabuse bloquean este proceso de igual forma y el pobre consumidor queda ahí, cara de tomate, sudando la gota gorda, y el pulso por las nubes, casi sin poder respirar. Lo he experimentado y os prometo que es intolerable incluso con que te pongas *aftershave* con alcohol: parece que te va a explotar la cabeza. Si ha ingerido alcohol intensa y rápidamente, ¡ay amigo... la cascó! ¡Nunca se les ocurra suministrarle una pizca de este producto a su ser querido antes y salir de casa y sin que lo sepa! Recuerdo una ocasión en que joven amigo se tomó unos tragos de cerveza, tras lo cual exclamó:

— ¡Ay leches, ya me ha metido mi madre Colme en el café— cosa que nunca le produjo otro efecto que rencor hacia su madrecita “bienintencionada”.

Aun así el japonés, y eventualmente el chino supongo, con tantas reuniones de negocios y en que

tanto whiskey se bebe, o se está adaptando fisiológicamente o habrá encontrado alguna especie de “anticolme” (hoy día disponen de tales fármacos en Urgencias) o algo para preparar el cuerpo en anticipación a la que se le viene. O deja de ingerir Whiskey y cambia a ‘*Ginger Ale on the rocks* (con hielo)’ cuando lo ve conveniente

Caractericemos a ese hombre, o mujer: el alcohólico/a.

El alcohólico es un egoísta de tomo y lomo. Tal vez digan de él/ella, que es buena persona (en el fondo), que no es malo, si no fuera por ese defectillo... Y sí: esa persona no alberga malas intenciones por lo general; pero que no le toquen, que no se metan, con sus ganas de beber, que eso es sagrado. Eso es asunto suyo y nadie, NADIE, tiene derecho a meterse donde no lo llaman,

ni ahora ni nunca. “¡Oyes, que habemos tortas y tortazos, eh! Chus y déjame en paz, que yo contigo no me meto ni me he metido nunca”. (Lo cual es una mentira como un templo, pues acordémonos si no del que ve la brizna de paja en ojo ajeno y no la viga en el propio).

El alcohólico es tremendamente tenaz, y por irónico que parezca, tiene una voluntad de acero. Nadie le hará desviar ni un ápice de su meta, aunque tarde o temprano estará convencido de que ésta le conducirá a tragedias infinitas y una asegurada muerte temprana. Te dirá que es él el que está al timón de su vida y no hay más que hablar.

Este sujeto sufre, sufre casi siempre, en silencio, incluso cuando está exaltado en su embriaguez sabe que es un infeliz, una víctima, y se pregunta una y otra vez ¿por qué yo? ¿Por qué a mí me pasa esto? Nunca se pregunta: ¿Qué haré con mi problema, no hay quien me dé una salida que me satisfaga? Simple y eficaz... dejo de beber 3 meses, por mucho que me cueste, y luego ya puedo beber como una persona ‘normal’. Eso es lo que suele ocurrir.

Si le preguntan por qué no lo deja te contestará: Lo puedo dejar cuando quiera, no problema. Acaso hasta se lo crea, pero ‘de boca para fuera más bien. “Lo que pasa es que no quiero. ¿Qué vendría luego... el tabaco, el sexo? Ya para eso me meto a monje.” Algún vicio ha de tener el hombre/la mujer de verdad.

El francés, italiano, griego o español gusta de tomar un vaso de vino con las comidas, y la costumbre parece haber cundido a otras esferas y gentes, como los californianos... ¿pero sigue esto siendo así realmente? En España se beberá vino (y ahora, cada vez más, cerveza) en la comida, refiriéndome al almuerzo de las 3 de la tarde, y luego, con el tapeo... y acabando — sobre todo los jóvenes— con los cubatas, gintonics, whiskeys, por lo general mezclado todo esto con porros, éxtasis y qué sé yo que te meten en las discoteques, sin excluir la cocaína de hilo en hilo, hasta el amanecer.

Continuando con los noveles hábitos de los jóvenes en España, tanto nacionales como extranjeros y con un reparto prácticamente idéntico por toda la geografía, pero con mayor énfasis en las capitales y ciudades medianas y grandes, en ningún otro país del mundo se ve lo que aquí. Fíjense a lo que se expone el/la joven becario/a extranjero/a, por muy “de buena familia” y “hábitos sanos” de que venga.

Quien haya viajado a los EEUU o a prácticamente cualquier otro país, se dará cuenta de que para las 9 de la noche las calles están prácticamente vacías, salvo algunos coches yendo a sus destinos.

¿Qué exporta España bajo el apelativo de turismo? Playas, sí claro; monumentos, pues también, ambientes rurales... ya mucho menos. A mí lo que se me viene a la cabeza son esos ingleses y afines que, en Mallorca o Ibiza, se arrojan borrachos perdidos a la piscina desde el piso de arriba, a menudo desnucándose. ¿Exagero? Ustedes son los que deciden.

Yo lo que digo es: el que pueda beber, pues adelante —y que lo disfrute. Relaja los nervios, desinhibe (qué bien que me vino en esos años de represión galopante y timidez, en los 1960 y 70). Aumenta la cordialidad en grupo (si bien en ocasiones te aísla), hace volar la imaginación, y mil cosas más.

Pero ¡ay amigo, si despiertas al tigre dormido que llevas dentro!

Lo cual nos lleva ya al tema central del presente librito: esa aborrecida, y estigmatizada palabra tabú: el alcoholismo.

Tarde o temprano tenía que aparecer. la repito: ¡Alcoholismo!

Algunos niegan de plano su existencia, incluyendo eminentes médicos, psiquiatras, etc.

Otros matizan: Imaginad que alguien va al volante, ebrio, y mata a alguien. ¿Es responsable? La respuesta que inmediatamente le viene a la cabeza al 100% de la población es un rotundo ¡Sí! Veamos, empero, y analicemos los hechos y las definiciones de ‘responsabilidad’ y de



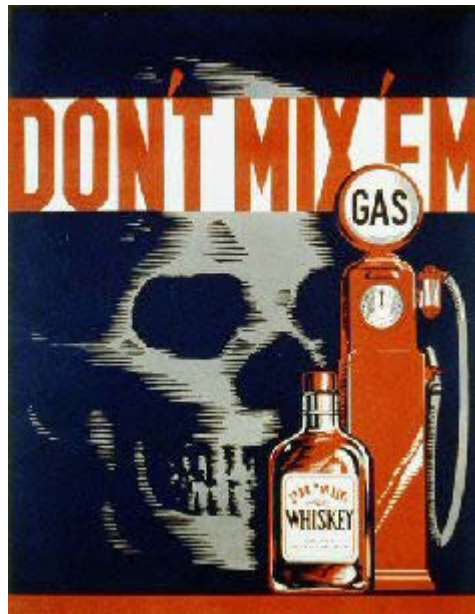
‘alcohólico’. La O.M.S (Organización Mundial de la Salud), el A.M.A. (American Medical Association), y todas las entidades de tal índole (en España seguro que hay consenso, pues no me lo imagino de otra manera) define el alcoholismo como una enfermedad. Si le hiciéramos una encuesta por la geografía nacional si consideran el alcoholismo una enfermedad, sin duda recibiríamos una mayoría que respondería “Sí, claro” o “Sin duda”. Pero en sus adentros... qué es lo que realmente piensan: ¡Malditos borrachos! ¡Habría que encerrarlos a todos, porras, mi madre incluida!” Estigmatización total, pues no se tragan eso de que sea una enfermedad... ¡Es una pura perversión moral!

Admitámoslo, ya que estamos hablando de enfermedad versus crimen: el alcohólico corre peligro de matarse a sí mismo, más bien tarde que temprano; pero siempre hay otras víctimas. El alcohólico, por norma general, mata a más personas que la gran mayoría de los seres humanos: personas que lo único que tienen que ver con el alcohol es estar en el sitio y en el momento equivocado. En Francia se estima una media de 6 muertes por alcohólico. Mayormente en accidentes de tráfico. Un conductor de coche mata a 2, el de un autocar, a 20, el del tren, 200 y el del barco 2.000. Hoy están muriendo niños por malnutrición, ¿cuántos de estos pueden achacarse al padre o madre adicto/a? Hagan el recuento, distribuyan y ya tienen sus cifras. Hace unos días —mediados de mayo— que en latele—oí lo ocurrido en Badajoz, pero ya ni se le presta apenas atención a esas noticias, y como el conductor había ingerido además heroína y cocaína, pues como que el índice de alcohol se excusa. No hay alcohólico que no crea que conduce mejor con un par de tragos, pero siempre existe esta fracción de segundo, ese descuido, y a los 15 minutos estás en las noticias. A menos que seas tú la única víctima, claro, y no seas un James Dean.

Obviamente existen enfermedades en que el que las sufre no debe coger el volante, incluida la presente, o en casos seniles, narcolepsia, esquizofrenia en estado agudo, ceguera, etc. O sea, que el beodo es responsable de haber cogido el auto. Ha quebrantado la tira de leyes. Así, tiene responsabilidad civil y penal —es punible y ha de pagar los platos rotos, por decirlo de algún modo— pero ¿moralmente? ¿Dónde se ubica la responsabilidad moral del sujeto? ¿Al coger el coche? ¿Al tomar el primer trago tal vez? Porque a partir de ese trago ya no es más responsable (médicamente) de sus actos que un paranoico o tal vez un asesino en serie (que las pagará también cuando lo atrapen, claro). Y no soy yo el único en afirmar que tuvo igual libertad ante la ingestión de ese primer trago que el que quiere parar un tren a lo Superman.

¿En qué se diferencia de un diabético, o de un paciente con cardiopatía? Acaso tan sólo en que no se toma los medicamentos que debiera tomar. Por extensión es tan culpable de sus actos como el que contagia una gripe, la tisis, etc. a otra persona. No digo que sea un eximente un atenuante, sino todo lo contrario:

Es un agravante, y así debe de ser tratado como tal en el juzgado, como lo es en los EEUU. Hay que meter en su cabeza que NO CONDUZCA ebrio, y a ver si en prisión se le mete (o se lo meten) en la cocorota, lo cual es dudoso. En muchos lugares incluso el barman tiene responsabilidad penal, si se demuestra que el sujeto beodo muestra indicios de la más mínima intención de ponerse al volante.



**No los mezcles**

### Capítulo 3: Teorías varias

El tabaquismo y el alcohol van de la mano, al por lo menos en lo que mi persona se refiere, lo que no quiere decir que no hayan fumadores sin problemas con la bebida (la mayoría de ellos, sin duda), pero alcohólicos que no fumen... eso ya es más raro. Estadísticas las hay de todos los colores y para todos los gustos, pero es mejor dejarlas fuera en lo posible, aunque seguro que habrá que volver a tocarlas aunque sea de pasada; cosas como:

¿Cuántos adictos hay a varias sustancias y qué es lo que gustan de mezclar? He visto unos cuantos que miran la pildorita que se le ofrece y si a sus ojos tiene pinta de droga psicotrópica de algún tipo allá que se la traga.

¿En qué modo y grado de adicción se comparan el tabaco, la marihuana, el alcohol, las (meta) anfetaminas, cocaína, morfina, esos pegamentos con benceno? ¡Qué abierto el campo entero a multitud de especulaciones!

Pero estas y demás cuestiones de tal tipo quedan fuera del espectro de este estudio. Como lo quedan otros problemas neurológicos, pero que a menudo muestran síntomas afines, como las fobias: la agorafobia, o limpiase las manos mil veces al día y aún quedar insatisfecho... éstas también llevan al hospital, al psiquiatra, o a tomarse mil medicamentos. O piensen en la hipocondría, o los que ingieren objetos para que los operen (¡Uy qué gustirrinín!).

Igual que nosotros no comprendemos estos comportamientos, el no alcohólico ni se puede hacer una remota idea de la enfermedad que yo y millones como yo padecemos.

Están además los que distinguen entre la adicción a un químico y los que no, como los ludópatas; mas eso se resuelve fácil si tenemos en cuenta que el juego compulsivo produce endorfinas = adrenalina. Unos prefieren los que “te dan un subidón”, otros por el contrario prefieren un bajón que atonta y donde ya nada te preocupa. El alcohol, por cierto, comienza en la fase 1ª antedicha y termina en la segunda, incluida a veces la muerte, por desgracia. Unes 2 moléculas de éter, le quitas una de H<sub>2</sub>O y ya tienes alcohol. Por eso lo primero que hace el tomarte una copa es secarte la boca y la garganta. Hay que tener un vaso de agua al lado de la copa.

Se habla de adicciones que poco tienen que ver con químico alguno, sino que derivan del ambiente o los mores sociales, como la anorexia nerviosa y la bulimia, la cara y el envés de la misma moneda, en cierto modo, y no digamos de aquél o aquella que se descontrola del todo y come como un descosido. A veces es el régimen dietario simplemente: grasas, azúcares... en fin, que por haber que no quede: hay un sinfín de modos de martirizar el cuerpo hasta acabar matándolo tan seguro como tirarse de un 10º piso. Pero en el fondo siempre están allí las endorfinas para reprimir la ansiedad que sufre la víctima. ¡Qué pena da ver a tantas personas gordas en nuestro mundo occidental y tanto niño escuálido en campamentos africanos! Ambos se quitan años de vida... igual que son enterradas tantas anoréxicas.

En esto el alcohol cuenta entre los peores y más dañinos adictivos, más incluso que su buen compañerito el cigarrillo, pues si éste te puede dar cáncer (altas probabilidades), también endurecen las arterias, te hace subir la tensión, acabas con angina de pecho, enfisema, y paro de contar; decir sólo que entre los expertos existe el consenso de que te acorta la vida una media de diez años. Muchos de estos expertos fuman a pesar de tener los datos delante. Todo el que se saca el paquete —de los 2 al día de media que suele abrir— del bolsillo tiene un mensaje harto claro delante... pero de mirarlo, naranjas de la China; si acaso una vez cada par de meses para ver hasta qué grado de sadismo pueden llegar los artífices de tales viñetas y fotos. El primero

(alcohol) te produce, entre los males más destacables, la cirrosis (mortal — y no cuentes con que te añadan a la lista de trasplantes), el síndrome Korsakoff o “cerebro mojado”, que te deja la mente hecha ciscos, y casi todos los órganos internos, uno por uno van cayendo. No se libra glándula ni sistema endócrino alguno. Hasta 60 enfermedades enumeran algunas páginas web, y se afirma que acorta la vida una media de 20 años respecto a la población general. Conocí a una persona entrada en años que, tras haberlo dejado por largo tiempo. Fue y tomó su “traguito”.

Acabó en la morgue.

Pasemos a otro asunto que estoy seguro que casi nadie en España conoce:

Voy y escudriño como mejor puedo, sin ser exhaustivo, los capítulos de la Seguridad Social referentes al alcohol y el alcoholismo:

### **Incapacidad Temporal. Manual de Tiempos Óptimos**

Y me encuentro que hay 22 de ellos en que se incluye el líquido etílico que aquí tratamos:

- 305.1 Abuso de alcohol
- 305.2 Abuso de alcohol continuo
- 305.3 Abuso de alcohol en vías de remisión
- 305.00 Abuso de alcohol NEOM
- 291.3 Alucinosis por abstinencia de alcohol
- 571.2 Cirrosis hepática alcohólica
- 291.0 Delirio por abstinencia de alcohol
- 980 Efecto tóxico de alcohol
- 71.1 Hepatitis alcohólica aguda
- 303.0 Intoxicación alcohólica aguda
- 291.4 Intoxicación alcohólica idiosincrásica
- 571.3 Lesiones hepáticas alcohólicas sin especificar
- 425.5 Miocardiopatía alcohólica
- 790.3 Nivel excesivo de alcohol en la sangre
- 291.2 Otra demencia alcohólica
- 303.90 Otra dependencia alcohólica NEOM
- 303.93 Otra dependencia alcohólica y NEOM en vías de remisión
- 303.9 Otras dependencias alcohólicas
- 357.5 Polineuropatía alcohólica
- 291 Psicosis alcohólica
- 291.1 Síndrome amnésico por alcohol (WernickeKorsakoff)
- 303 Síndrome de dependencia del alcohol

En la ciudad de Londres, durante la época álgida de la ginebra (años 172345) hubo cientos de miles de muertos a consecuencia directa del endemoniado líquido, el East End mostraba un espectáculo peor que un lugar arrasado por la peste negra, y el 90% de los niños nacidos de bebedoras de la Dama Ginebra no alcanzaba los 5 años de edad.

Aún hoy, en España, ¿Qué vemos, ya sea en directo o por las noticias? Casas destrozadas por la eterna embriaguez, pobreza, niños famélicos, desahucios, palizas fatales, violaciones sexuales, desempleo como norma... No acabaríamos nunca.

O sea, que aquí no estoy hablando de meras menudencias ni ñoñerías.

Esta madrugada, en un vídeo francés, el psicólogo declaró tajantemente que el 20% de bebedores en ese país son alcohólicos. Resumiendo, que el número variará según el cuándo y el dónde, y, más importante: el cómo se bebe.



En mi mocedad fuimos mi mujer y yo de vacaciones (3 veranos) al pueblo almeriense de Adra, de hombres, la mitad pescadores y la mitad agricultores.

En plena solana veraniega, al atardecer, se reunían (todos hombres, según el lema... la mujer en casa la pata quebrada) bajo el toldo ante un bar desde el que se divisaba el horizonte azul del mar, y nos acariciaba —pues se hicieron amigos nuestros— la brisa que refrescaba más y más al avanzar de la tarde. Estos hombres rudos, trabadores, y — también hay que decirlo— de buen corazón se pedían sus medios litros vino costa en botellas de Marie Brizard, y, con su plato de cacahuetes o aceitunas, se pasaban las mejores horas de su arduo día, y nosotros dos nos sentábamos a ratos con ellos; al día siguiente sus jornadas comenzaban a las 4 de la madrugada. ¿Alcohólicos? Posiblemente; no era yo, ni soy, la persona adecuada para juzgarlos. Desde luego bebían a diario, y seguro que la primera cosa significativa que entraba en sus gástricos por la mañana era una copa de anís, dulce o seco, o coñac, y luego el vino al mediodía, etc. El único síntoma significativo de que no eran enfermos alcohólicos es que beber no les creaba grandes problemas en sus vidas, aunque hoy en día calificaríamos a estas familias como altamente disfuncionales, además de ser un insulto a la dignidad de la mujer. Su casa era el ámbito de su mujer y sus chiquillos; él sólo comía y dormía allí. Pero tanto ellos como ellas se habían adaptado a su modo de vivir, lo crean o no, y no creo que la bebida fuera lo más grave de sus vidas.

Similarmente, el padre de mi madre española se levantaba a las 4 de la mañana, era limpiabotas en el Paseo de Almería, además de hacer sus trapicheos de contrabando de Melilla: tabaco americano, relojes y colgajos de oro y plata. Para las 12 asía los bártulos y se dirigía a sus barecillos preferidos, con sus vinos y sus tapas. Regresaba sobre las 5 a casa y se echaba a dormir. Todos los días. Tanto ella como él ya ni rechistaban. Eso sí: murió de cáncer de colon

cuando le llegó la hora, y tal y como leo en una página web cualquiera: El con sumo pesado o regular de alcohol aumenta el riesgo de presentar cánceres de la cavidad oral (incluyendo los labios), de faringe (garganta), de laringe, esófago, hígado, seno, colon y recto. El riesgo de padecer cáncer aumenta con la cantidad de alcohol que bebe la persona. A él sí que le calificaría de ‘alcohólico de antigua estampa’, pues a diferencia de los abderitanos se emborrachaba todos los días. Los otros no.

Como decía: Estos cuadros humanos horrorizan sin duda a muchos lectores de hoy. En especial a los del sexo que denominábamos ‘débil’ en su día. Pero ellos/as hallarían abominable lo que pasa hoy: el beber en binges o a rienda suelta e intensamente durante unos 2, 3, ó 4 días — y en verano más— hasta caer inconscientes por las calles,meando y vomitando a todo gas y sin reparos, y ¡hala, que siga la juerga, que no decaigan los ánimos! Luego carga la policía municipal acaso, o aparecen ambulancias a cada 2x3 a llevarse a alguien al hospital que o está más listo que una momia, o se está riendo de todo este rollo. ¿Pero será posible? ¡Vaya...! Y que si la culpa la tienen los padres y cataplín, cataplán, cataplero. Y son niñatos de ellos, casi, para colmo de los colmos.

La gran diferencia aquí es lo que puede denominarse beber de forma continua (la cuantía no cuenta en el fondo) o intermitentemente, con binges intercalados con períodos —frecuentemente prolongados— de abstinencia. Esta segunda opción es la que, por pura necesidad o defensa tanto física como socialmente, suele acabar adoptando el alcohólico de hoy. Bien es verdad que en mis postreros días de tabernuchos solía ver siempre los mismos tipos emborrachándose, y casi a diario.

El bebedor ‘a diario’ nada tiene en realidad de qué avergonzarse ni esconder. Acepta su condición de ‘persona a la que ve la priva’ y tan tranquilos: de todo ha de haber en la viña del Señor. A propósito de beber a escondidas (antes de salir; en un escondite favorito, en el maletero del coche... siempre metiendo una botella de emergencia en algún lugar seguro): es uno de los síntomas más inequívocos de que tienes ya un problema. Por mi parte: nunca he tenido un mueble gabinete en el salón en que se podía escoger entre diferentes tipos de bebidas y de marcas ni siquiera para los invitados —no me habría sido posible. Mi padre sí, pero siempre se consideró amo absoluto de su casa y libre de todo tipo de crítica. Nadie que le rechistara. Además. Todas las casas españolas la tenían y él tenía que ser más español que nadie, a pesar de su indiscutible pinta y acentazo de guiri.

Una curiosa y totalmente diferente interpretación del alcoholismo, que os sorprenderá no poco, es la de la escuela de psicología llamada Transaccional.

Todo menos la indiferencia, cosa insoportable de todo punto. Quien no reciba sus necesarios strokes, caerá irremisiblemente en un estado absoluto de locura incoherente, catalepsia, o muerte. Sirva de ejemplo un curioso caso histórico ocurrido en la Sicilia del siglo XII y llevado a cabo a la sazón por Federico II Hohenstaufen (1194-1250), emperador del Sacro Imperio Romano Germánico y rey de Sicilia, hombre culto, poeta, políglota y muy interesado en las ciencias todas de la época, Pero este experimento en particular no le honra mucho que digamos: Es aquellos religiosos, teocéntricos, días de enfrentamiento PapadoImperio, los sabios querían conocer la lengua primigenia, la que hubieron de hablar Adán y Eva [incluso los musulmanes en su predominio cultural aceptaban esta premisa, por mucho que el Corán tuviera que entonarse y aprenderse de cabo a rabo en árabe]. El candidato N° 1 era el arameo, por mucho que se sabía perfectamente que hubo lenguajes anteriores —antes de Babel y la Gran Confusión.

Bueno, pues Federico hizo aislar una serie de niños y que nadie le hablara una palabra, ni siquiera con gestos o muestras de cariño. Recibían alimento por biberón, se les limpiaban los

pompis y basta. Todos murieron. Por mucho que se repitió el experimento siempre los mismos resultados. Nunca averiguaron la Lingua Prima.

Volviendo a lo previo, todos necesitamos ‘caricias’ tanto del exterior como eventualmente de nuestra voz interior. Lo ideal es una caricia, pero vale también un tortazo, una reprimenda, o una patada en trasero. A estos ‘strokes’, Eric Berne, el fundador de la escuela Transaccional, simplemente les dio el apelativo de transacciones.

Su libro más famoso es: *Games People Play*. Los juegos que juega (o: en que se enzarza) la gente. Otros Discípulos prefieren hablar de guiones: los guiones que vivimos, pues todos somos personajes con un rol.

Jugar y jugamos no implican que tengan nada de divertido ni que hayamos de disfrutar. Un serio (y costoso) juego de póker es un buen ejemplo. Hay “roles” o papeles, interacciones (transacciones) y *payback* o recompensa, desquite, premio... ganador y perdedor; hay una o más víctimas, que pueden ser el primero, el segundo, ambos o todos los implicados. Los hay leves y serios, algunos tan serios que acaban en el hospital, el juzgado y la muerte, pero siempre son juegos transaccionales.

El juego y sus premisas son la Tesis. La Antítesis sería la resolución o final del juego. Un “salirse del ciclo vicioso”. Mas las antítesis pueden llevar a su vez a resultados también indeseables y hasta desastrosos (se me viene a las mientes *Los Hermanos Karamazov*, por ejemplo).

El juego llamado “Alcohólico”: Tesis: según Berne, en el análisis de juegos no existe tal cosa como el ‘alcohólico’ o ‘alcoholismo’. Existe em pero un rol llamado El Alcohólico. Alega que si es verdad que existe alguna anormalidad bioquímica ofisiológica como motivante en el beber excesivo —lo cual aún queda abierto a la especulación— entonces pertenece al campo de la medicina interna. El análisis de juegos se interesa tan sólo en el tipo de transacciones sociales que entran en juego en tales excesos. Alcohólico es de los juegos “mortales”.

La pieza central es el alcohólico en todo sus esplendor (o decadencia), el juego empieza por 5 jugadores (roles) y suele acabar en sólo 2. “Alcohólico” juega el papel de protagonista, el otro rol imprescindible es el de “Acusador”, típicamente interpretado por un miembro del sexo contrario, por lo general el/la cónyuge; el tercer papel es el de “Rescatador”, que es como el buen doctor y al que le preocupa la salud del paciente y sus hábitos de ingestión etílica y los problemas que conllevan. En su versión más clásica, el rescatador consigue su objetivo y todos se congratulan. Al poco encuentran al alcohólico tirado en la cuneta.

El cuarto papel es el de bobo o ‘primo’ o facilitador, frecuentemente caracterizado como el dueño del bar o mercado que le apunta a la cuenta la bebida, o la madre, que argumenta que su esposa no lo comprende de veras, o el amigo te le ayuda. Puede este personaje acabar tomando otro rol: el “Agitador”, en que le anima a beber y lo invita a las buenas juergas donde vemos la priva correr a raudales. Su meta es que el protagonista acelere su caída y busque una solución.

El clásico 5º elemento (como en todos los juegos de adicción) es la “Conexión”, el barman o tendero que le suministra el producto, entiende su lengua, y que en cierta medida es el personaje más importante en vida del alcohólico. Muchos de estos roles se solapan, especialmente en España, donde, al no haber existido la Ley seca de 1919, las reglas son más flexibles que en los EE.UU.

La esposa suele ocupar, en los inicios del juego, los tres roles de apoyo: el Bobo: cuando vuelve por la noche lo desviste, le ofrece café, y hasta se deja avasallar por él. Por la mañana es el Acusador, poniéndole de todos los colores imaginables a base de insultos y de tremendos morros despreciativos, mientras Alcohólico atraviesa el agravio de ‘la mañana siguiente’. A la tarde, en fin, la esposa es el Rescatador, rogándole que cambie.

En las fases finales, debido sin duda a su deterioro físico, el Acusador y el Rescatador, pueden no ser ya imprescindibles, pero se les aguanta si ayudan en el suministro del fluido áureo. Irá a los comedores de la misión a conseguir comida, o aguantará un rapapolvo si al final cabe esperar una recompensa.

Todo apunta a que el ‘premio’ o ‘recompensa’ en el juego de Alcohólico (como es característica de todos estos juegos), es a lo que menos atención prestan los expertos: el beber de por sí es un placermeramente incidental con ventajas añadidas, conduciendo a la culminación, que es la resaca, la cual recibe la mayor atención, y hasta puede producir el resultado cumbre: el perdón de del contrincante. Los 3 caracteres principales, víctima, capacitador y verdugo suelen rotar como un tiovivo: cuando la esposa es la capacitadora, el alcohólico o su suegra, o madre) se convierte en el verdugo, acusándola de mil perrerías; cuando ella rompe a llorar, él es el rescatador, hasta que recae y vuelta a empezar

Para el alcohólico la resaca no es tanto el malestar físico como el tormento psicológico. Los dos pasatiempos favoritos del alcohólico son “Martini” (cuántas bebidas y cómo se alternaron) y “La mañana después” (deja que te cuente el resacón que tuve). “Martini” es especialidad del bebedor social, mientras que muchos alcohólicos prefieren una buena sesión de “La mañana después”, y organizaciones tales como A.A. les proporcionan un entorno inmejorable e ilimitado para esto.

Eric Berne continúa escribiendo varias páginas sobre el tema que ahorraré al lector. El libro no es difícil de adquirir. En cuanto a la Antítesis o resolución, al ser de los juegos más duros la prognosis es muy desfavorable, aunque dice cosas cuanto menos sorprendentes, si no ya para partirse de risa. Por ejemplo dice que está atestiguado que un grupo Alcohólicos Anónimos, el “Rescatador” por excelencia, se quedó sin víctimas a quienes rescatar, y ¿qué hicieron? Pues largarse todos a coger una buena cogorza.

En fin, que cada cual se guise y coma sus len tejas a su gusto. Me experiencia, por muy amena y útil que resulte para explicar en la pizarra unos principios psicológicos fascinantes, como el del niño, adulto y pariente que llevamos todos dentro, y que dan cuenta de todas nuestras interacciones (y ausencia de ellas), la teoría de los strokes o caricias (aunque se manifiesten en forma de bofetadas), etc., para mí, repito, ser víctima de esta gravísima, incurable y difícil de detener enfermedad, sufrirla en las propias carnes y psique, nada tiene de “juego”.

Se mire como se mire.

Termino el capítulo con la causa que considero predominante en que una persona acabe siendo un alcohólico o no.

[De posibles “curas”, apaños o salidas ya han visto que ninguna mención he hecho todavía. Ya habrá tiempo, si quieren seguir leyendo mi libro.]

Primero: Beber. Si no bebes, nunca serás un alcohólico. Eso es una afirmación palmatoria y tautológica. También es posible “parar el carro” en cuanto veas síntomas peligrosos, y si no cesar, reducir drástica y decisivamente la ingesta. Consulta además con alguien de confianza, con lo que quiero decir que no esté él (o ella) peor que tú. Retornemos a los clásicos factores propuestos por muchos “especialistas”:

Hereditario. A lo largo de los años se viene demostrando que este factor es tal vez el más determinante de todos, especialmente tras hacerse miles y miles de estudios con gemelos criados en ambientes diversos: o no lo será ninguno o lo serán ambos (o los tres...) aunque uno se criara en una familia totalmente disfuncional. Al parecer esta regla no falla. En cuanto hablamos de mellizos (heterocigóticos) el porcentaje ya varía como mínimo

a) 100% noruega en su ascendencia, un 50% más que mi padre, que tenía la mitad



anglosajona;

b) debió tanto fumar como beber durante nuestro embarazo;

c) que bien es posible que lo adquiriera por ‘seguirle’ el ritmo loco a mi padre y finalmente

d) Ninguno de los hijos (3 niñas y un niño) que tuvo mi padre con su esposa española ha salido con problemas.

Por otro lado, ni mis hijos ni los de mi hermano lo son, afortunadamente, lo que viene a reforzar la idea contraria, de nurture versus nature (crianza frente a herencia). Tanto él como yo

Por otro lado, ni mis hijos ni los de mi hermano lo son, afortunadamente, lo que viene a reforzar la idea contraria, de nurture versus nature (crianza frente a herencia). Tanto él como yo nos “quitamos del medio” o sea, tuvimos que abandonar la familia, lo cual yo al menos considero — por mucho que me duela— un ‘plus’ en mi haber, pues su madre ha sido modélica y son dos soles de niños, para mí y para cualquiera.

Este factor, que he confrontado en recientes estudios por mi parte, me sorprendió no poco. Pero ojo: que vuestros padres no lo hayan mostrado fenotípicamente no significa que tú seas inmune; tienes también que mirar a tíos, abuelos, cuñados... y mi experiencia es que TODOS tenemos algún familiar alcohólico. Como los ojos azules ¿Cómo puede un bebé salir con (y mantener) los ojos azules si ambos padres los tienen marrones? Pues ocurre todos los días en todas partes y es muy natural. Repásense sus leyes de Mendel de caracteres recesivos y dominantes. Si el mal del que venimos hablando pertenece al primer grupo... ¡puede reaparecer tras 20 generaciones! ¡O más! Si a un Hitler le diera por exterminar todos los ojos marrones, puede hacerlo, pero nunca a los azules.

Cuatro son las cosas que nos son necesarias y sólo 4: agua, comida, cobijo y amor (o algo que se le aproxime); algún psiquiatra teórico ha pretendido incluir una 5ª necesidad: la “autorrealización” o cumplimiento de tus metas en la vida. Acaso aquí se hace referencia en el último capítulo bajo el nombre de drive... algo misterioso que le lleva a uno a realizar su destino. Todo lo demás cae en el grupo de “Quiero”, y no “Necesito”. Nadie en el mundo necesita un Lamborghini, por mucho que se deshaga en lagrimones de cocodrilo ante su papaíto.

Quien se ha criado en una familia, o tal vez un orfanato, infernal, brutal, rodeado de borracheras y/o mil formas de torturas, puede culpar estos factores, estos terribles eventos, de todo lo malo que le ocurrirá en el futuro, y no le faltará cierta razón. En los juicios criminales funciona a las mil mara villas: antisocial por causa de su crianza. Algo de razón ha de haber en este factor... como las ‘bandas’ negras, latinas, neonazis, o (‘sudacas’ en España).

Pero a mí no me acaba de convencer para explicar las adicciones. Quedan otros factores importantísimos:

El entorno que el (o la) joven escoge como ‘lo suyo’, lo que le va; donde quiere estar y se encuentra la mar de a gusto. Llegará ahí a través de un largo proceso de hábitos y actitudes que irá asumiendo y aceptando, aunque tal vez le incomode —y hasta avergüence— ser un joven de tal o cual índole. Intuye que va por mal camino, pero oye... sólo se vive una vez, y ¡Qué me quiten lo bailao! Mejor vivir 40 años que existir 70, ¿o no?

Total, que Dios los cría y ellos se juntan, y así tenía que ser. Es ley de vida. Yo estoy convencido de que ese es el quid de la cuestión.

En cierto modo estás predeterminado o te sientes inclinado a seleccionar tus amistades, pero eres sin duda TÚ y nadie más quien lo hace. Si estos acaban metiéndote en un lío tras otro... ¡Apártate, pues es evidente que no te convienen! Lo mismo con las mujeres que con los hombres.

Finalmente, y sin cerrar el tema, pues causas deben de haber tantas como casos de alcohólicos, yo mantengo que para los 25 años uno ha trazado su vida, tal y como mejor ha podido y con

mínima influencia de eventos lejanos de su juventud. Es quien es y como es, y lleva las riendas de su destino. Me repatean tanto los que continuamente culpan a su madre o padre, como el que éstos lo acepten, o, sin ser siquiera acusados, se culpan de lo que le pasa a su hijito o hijita. ¡Mentira! Ajo y agua, tío, y acepta tus circunstancias, aunque estés en prisión. De similar forma, nunca he aceptado ese dicho sobre el ex presidiario en el sentido de que “ha pagado sus deudas a la sociedad” y es una persona tan libre como cualquier hijo de vecino. Legalmente, tal vez lo sea. Que merece una oportunidad y ayuda, sin duda. Pero su crimen... eso queda dentro. Dentro de su alma. Ni hablemos siquiera de ‘deuda’, a menos que sea un robo o desfalco... es un crimen. Como queda también reflejado en su Certificado de Penales. ¿Qué soy duro, implacable incluso? Bueno. Pero les digo una cosa: yo he pasado las de Caín y por eso estoy aquí ante el teclado.

Siempre cabe también la posibilidad de que el bebedor intenso lo haga como un medio de aliviar, ya que no puede erradicar, soportar, síntomas dolorosos indeseados de otra enfermedad o síndrome subyacente de tipo psíquico, que no se ha detectado precisamente porque lo tapa el alcohol o el estado de embriaguez. Me refiero a males como la bipolaridad (el caso mío), esquizofrenia, agresividad mórbida, la paranoia, el síndrome de Asperger, el síndrome depresivo extremo, al ansiedad o la extrema timidez, un tanto similar al anterior; sin olvidar toda una multitud de problemas mentales, el desorden obsesivo compulsivo (D.O.C.) y otros o estados que te aíslan del resto de los demás, como el síndrome de Tourette y el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, sin olvidarnos de la depresión grave. O sea, cualquier mal que te hace parecer ‘raro’ ante la sociedad. Añades alcohol al mejunje de problemas y ya te ves como el centro de la fiesta. O esto te parece a ti en tu aturdimiento.



Muchos alegan que un hecho traumático, in soportablemente doloroso, como el abandono de una mujer, le ha llevado a lo que es, como cantan en los tangos, los blues y el flamenco “jondo” y más si el cantaor tiene “duende”... y cualquiera en similares circunstancias haría lo mismo. Algún cantaor incluso ha llegado a decir que el ‘duende’ es parte del estupor alcohólico de la juerga. O sea, que tenemos al pez mordiéndose la cola. O se convierte uno en alcohólico de la

noche a la mañana. Acaso fuerza en unos grados el rumbo al que vas abocado, pero nunca será la causa determinante. Al menos esa es mi sólida opinión.

Yo tengo una convicción muy mía, por extraña que parezca, de que hay “enfermedades que se ponen de moda”.

Sirvan de ejemplo la languidez blanquecina y mórbida entre los Románticos (no era por ponerse polvos ni cosméticos... era más bien una imitación de la tisis). En los años 1950 la mitad de los empleados en oficinas adolecían de úlcera (gástrica o duodenal) y ciertamente las radiografías las corro boraban. Total, una operación y un tercio de estáo mago menos. Fue la gran época de mi abuelo el cirujano gástrico, que luego orientó a sus estudiantes a las operaciones a corazón abierto. Para los 70 ya casi no se oía hablar de úlcera. Hace poco se ha descubierto que muchas, acaso una mayoría de las úlceras la produce un bacilo: el *Helicobacter pylori*. Con todo, mi abuelo siempre recomendaba no tragarse una ostra asada porque te esté quemando la boca, ni siquiera en buena compañía: ¡Escúpela! Hoy día llevamos años de abundancia de ciertos males muy ‘a la moda’ como son en especial la anorexia, que mata, por lo que nada tiene de broma; las alergias sufren un alza absolutamente frenética, e antihistamínicos son la prescripción n° 1 en este país... ¡Siguiente! He notado un aumento entre las mujeres de quistes ováricos, pero en eso ya no me meto y nada sé. Anticipo que pronto tendremos un brote de proporciones epidémicas de bipolaridad —La tele ya se encarga de los detalles, usualmente para producir la risa, como en Emergencias, donde el aviador fugado cae en la tumba cavada durante un entierro de ricachones — así también la compulsión obsesivcompulsiva. El síndrome posttraumático va en incremento (a ver si cae la pasta o el cheque dorado de invalidez laboral), y el déficit de atención infantil e hiperactividad (TDAH), en que recetan fármacos con anfetamina que a la madre le van de rechupete.

Hablando de la tele: viendo que en las series de TV son sólo los malos los que aún lucen un cigarrillo, las compañías de vino y alcohol, bajo la excusa de que los actores tienen algo que hacer con las manos, ya están patrocinando generosamente sus productos, y vemos en una de cada 4 escenas que están bebiendo en la pantalla.

Lo que me recuerda que siempre dejan la botella de whiskey descorchada. ¿No es de tontos? Igual que nunca cierran las puertas supongo. Efectos del cine. Pueden tener ocupadas las manos hasta con Chupachúps, como Kojak—o poniéndole el dichoso corcho al licor y no perder grados. Entre el botellón y lo subliminal de la TV y el cine, ya se imaginarán cuál va a ser la enfermedad por excelencia del 2020. Y mejor será que los especialistas se vayan preparando para la avalancha que nos vendrá encima si no queremos acabar con un presidente como Boris Yeltsin.



Una última observación. Esos grupos de personas que viven en la calle: los llamados desahuciados, que duermen sobre y bajo cartones, y que acuden a los comedores dispuestos por la sociedad para ellos: de día se les ve en las plazas públicas con sus litros de cerveza y vino (o pseudovino, pues a mí, que he vivido con ellos me han dicho unánimemente que esto de uva no tiene ni la traza) y a los que cuales ya me he referido más arriba: Les tengo que asegurar que más de la mitad de ellos no son alcohólicos. Se chutan heroína, esnifan coca, tomarán cualquier pastilla psicotrópica que se les ponga al alcance. Y beben y fuman, y es que no tienen otra cosa que hacer. Cuanto más alejadas estén sus mentes del mundo real, mejor. A lo que vengo es a lo del huevo y la gallina. Llevamos unos 8 años de tremenda recesión, con millones de despidos. Muchos, por pura vergüenza o por razones familiares dejan a la familia y acaban arrastrados a calle, que tanto afea la escena urbana, hasta tal punto que en las mentes del “ciudadano normal” estas pobres almas llegan a representar la viva expresión del alcohólico: asqueroso, sucio, ladrón... estando lejos de serlo. Como dicen de los manicomios: “Ni lo son todos los que están ni están todos los que lo son”.



## Capítulo 4: La gran Pregunta

Yo insisto, pues estoy convencido de que ya debo de haberlo dicho antes, y que también lo declaró aquel cura del viejo vídeo, que la mejor, la más concisa y comprensiva manera de contestar a la pregunta ¿Soy yo un alcohólico? Es la siguiente:

Si el alcohol te causa problemas, eres alcohólico. Yo digo aún más: Dejad de preguntaros una y otra vez: ¿Por qué a mí? ¿Qué causó esta intolerable situación en que vivo?

¡Por todos los dioses del Olimpo, el cómo llegaste a ser una víctima enferma nada importa... buscad una salida de una vez!

Un pequeño *addendum*: La víctima de la botella seguirá bebiendo en tanto en cuanto le queden excusas o ‘coartadas’: Ayer llovió, ayer no llovió, perdí las llaves del coche, mi perro anda perdido... Enterré a mi madre...

A un empleado que finalmente halló la sobriedad le dijo el jefe:

—Sabes, José, desde que trabajas aquí, te han arrancado 74 muelas.

## Capítulo 5: Mis comienzos

Pasemos por fin y sin más preámbulos a lo central: Mi vida.

En los EE.UU. venden una versión bastante grandota de lo que ha dado en llamarse el Big Book. Las  $\frac{3}{4}$  partes iniciales tratan de los 12 Pasos, cómo trabajarlas, y toda la demás teoría y praxis. Pero lo que a mí que gustaba más de todo era la última parte, compuesta de unas 50 historias cortas de individuos que relatan:

Cómo era, qué les pasó, y, cómo les va ahora.

A mí que me gustan, como buen nativo americano (aunque también español hasta los huesos) los finales felices al estilo de Hollywood, leía y re leía estas historietas en mis momentos de mayor sufrimiento y desesperación, y me llenaban de una pizca de esperanza, aunque sólo fuera una migaja, pues yo sabía que se trataba del caso de otra persona muy diferente, probablemente muerta ya, el texto seguramente retocado, —y acaso con el cerebro bañado en alcohol al morir, pero en el Big Book la narración terminaba feliz; y si a él le pasó... ¿Quién sabe si...? Ahaaaaaaa que malos ratos he pasado, ¡Dios!

Pero resumiendo: seguiré ese plan: Cómo era, qué pasó, y cómo es mi vida ahora.

¡Juventud, divino tesoro! En los primeros años todo es más prístino, claro y distinto, intenso. Los colores invaden nuestros sentidos cual aluci naciones, los sonidos de las aves atraviesan los cielos con una claridad que ya ni recordaremos jamás. La primavera de nuestra vida. Un helado, un azúcar de algodón de feria llena nuestros sentidos todos con ese no sé qué en que queda el niño balbuciendo extático. La más mínima emoción, una espontánea e inesperada —mas todo es inesperado, como si se fingiese una incredulidad suspensa— alegría o susto, nos pone los pelos de punta, la “carne de gallina”. Un buen chapuzón en el mar o el lago produce, además del intenso repelús inicial, un subidón natural que yo me veo incapaz de relatar, ni de imaginar ya. Tanto más si te acompaña gente a la que quieres de corazón.

El bebé llora y ríe, a rienda suelta, sin freno, fenómeno que se alarga en el tiempo hasta los 10 ó 12 años, aunque ya más solapadamente y ponemos el mayor esfuerzo en detenerlo lo antes posible, por auto respeto y por el qué dirán Sobre todo si eres varón machote.

Ningún mozalbeta quiere ser considerado ni un llorica, un tontorrón, o un descontrolado.

Por el contrario, el adulto y sobre todo el hombre, ya no llora. No está bien visto, ni es propio de su condición. Dejamos ese aspecto confinado a la mujer de la especie al que por ese motivo se le llama el “sexo débil” y que ha de cumplir su papel, aunque sea de vez en cuando, no sea que se gane la fama de insensible y qué sé yo cuántos epítetos más, todos muy poco elogiosos. Por el contrario, nos reservamos (los hombres) el derecho a reír, abiertamente y a carcajadas, para lo cual todos contamos todos con nuestro repertorio de chistes: de cuernos, escatológicos, o relatando los infortunios y desgracias de tullidos y otros seres inmersos en una pobre, y por tanto risible, “porca miseria”. Ja, ja, ja.

Pero ya no es lo mismo: Débil sustituto de lo que fue *sentir y reír* en sus días gloriosos.

¡Ah, esa primera mirada a la que sabes, tan cierto como distingues la noche del día, que es y será tu Beatriz, tu Laura, tu Eloisa...! Vivía yo a la sazón en Almería, esa Almería de los 60 y tantos, tan franquista, tan reprimida sexualmente; sabía que no habría de ser ni mucho menos un *fait ac compli* conseguirla, como otros escarceos en que más que nada te dejaste atrapar por alguna joven calentona... que tendría que librar una dura, persistente y enconada batalla, sin garantía alguna de éxito. Encima yo era un cipote tímido Pero allí delante mismo, o en mis fantasías, se hallaba mi meta y que nadie lo dude: será mía, me juraba. Comenzó al salir de la

escuela, lo cual yo esperaba con infinita anticipación. Un cruzarnos por la calle, ella siempre rodeada por ambos lados, en grupo, yo, que llegaba a la zona a mil por hora, el corazón palpitando más que aquél corazón delator de Poe las más de las veces... y ¡ahí está, con su carita de ángel, si acaso un pelín pícara, y ¡qué guapa!!

Por lo general no nos atrevíamos en los instantes más cercanos ni a mirarnos directamente, sino que (al menos yo) volvía los ojos al suelo. ¡Imbécil! Me decía; pero no podía evitarlo. Después me volvía y me quedaba mirando, rezando porque ella se volviera y me viera o al menos verla yo de nuevo. Después averiguar dónde vivía, para pasar todo el rato posible por si se asomara o saliera o algo.

A la tarde al “tontódromo”; el Paseo del Generalísimo o simplemente el Paseo. Todos los jóvenes, o casi, nos dedicábamos a subir y bajar el Paseo una y otra vez, cual zombis: era el deporte urbano *par excellence* como la carretera central en los pueblos chicos, con la diferencia de que las aldeas las chicas siempre le llevan una delantera estándar a los mozos, a la dar la vuelta, éstos se apartaban no sin dejar de echar miradas y algún piropo. También, una vez abajo, mirabas en dirección al Parque José Antonio o hasta te adentrabas un poco por si ella se hubiera sentado en algún banco. Soñabas con el día en que te entrara arrojo para abordarla —o que la ocasión la pintara rosa— y preguntarle si podría un día dar “una vueltecita” con ella.

¿Y aquél primer baile? Para desmayarse, vamos. Por fin, un buen día, sentados en el parque: ¡el beso!

¡Qué días, Dios mío, cuánta intensidad emocional!

Con todo, no querría volver a revivir mi juventud, y mucho menos los acontecimientos que siguieron, años y años de esclavitud a una cosa tan física como una botella. Desconozco si hay persona alguna en este mundo que quisiera volver a vivir su vida, tal y como transcurrió (sin recordar, naturalmente lo que les iba a suceder en el devenir). Lo dudo. Pero yo personalmente estoy totalmente seguro.

En un filme que vi hace poco llamado *16 años de alcohol*, obviamente una historia basada en un joven real, viene al final un ‘memento’ en que cita su nombre y las fechas de su nacimiento y muerte que no recuerdo bien, pero era obvio fue muy, muy corta su vida. Dice el protagonista en un momentodado: “Si de pronto me cayeran encima del cielo todas las putadas que he cometido en mi vida, sólo vería negro”. Al final está en medio de la calle, apaleado mortalmente, y se pregunta cuántos años más vivirá. Fin.

Tanto más negro fue para mí, que no fueron 16, sino 45 los años que estuve pateándome a mí mismo y a todos, y más que a nadie a los que me querían bien. No más de eso, por favor. Como quería indicar el joven de la película al final: que me entierren cuanto me toque, y sanseacabó, joder.

Aunque es verdad que intuyo que me quedan algunos años más de vida para demostrar mi gratitud por haber escapado de ese martirio, escribir este libro en evidencia, y de hacer las paces conmigo mismo y los pocos seres allegados, a quienes debo esta bendición.

Y basta ya de monsergas y proselitismos paternalistas. Yo no he venido aquí a decirle a nadie lo que ha de hacer o dejar de hacer. Mas es remotamente posible que en algún momento de mi relato, algún detallito acaso, haga sonar una campañilla o produzca un mínimo, involuntario tic o palpito, aunque luego quede descartado en un pispás. Si sucede, bien y si no, pues lo siento hasta cierto punto.

Cuento mi vida y listo.

Hubo sin duda ocasiones, muchas, en que podría, en que debería, haber aprovechado y extirpado el mal. No lo hice, y seguramente no quise hacerlo. Me quedaban kilómetros de sufrimientos y trastazos que experimentar en los huesos, en las carnes, y cómo no: infringírselos a



los demás. Por multiplicado. Las resacas duras, las que duran días y frecuentemente requieren hospitalización, nada son en cuestión de dolor externo, el cual se hace insufrible. Lo peor de la procesión se lleva dentro, en lo que llamaríamos con toda propiedad el tormento mental. Los demás no lo ven. No pueden ni imaginárselo, excepto, claro está, aquellos que lo han vivido. Mi padre escribió en algún lugar: “El bebedor bebe más que nada por las resacas”, a lo que yo encontré mi propia respuesta una día: “Ojalá vinieran las resacas primero y luego las borracheras” (¿Cómo recompensa, premio?) Pues la respuesta es sencilla: que ¡no habría alcohólicos!

\* \* \* \* \*

Pero ya me he desviado de nuevo. Veamos si logro centrarme en lo que prometí: lo hechos.

Mis primeros ocho años los pasé en Minneapolis y han quedado entre brumas. No es por culpa del clima de la zona, que momentos bien claros y esplendorosos tienen de sobra, sino por razones más del subconsciente que otra cosa, supongo. Por un lado están las tragedias acaecidas: la peor, el suicidio por un escopetazo en el pecho de mi madre cuando yo tenía 5 años; luego están los zarandeos de aquí para allá de mi hermano 15 meses mayor que yo y mi menda, debidas a muchos factores, entre los que destacan la vida desquiciada de mi padre y el poder que mi abuelo, el más eminente cirujano de la ciudad, y del país, en esos momentos, el cual encerraba a su hijo en un sanatorio psiquiátrico repetidamente para apropiarse de los nietos, o bien nos dejaba al cuidado de mi abuela materna. También nos mudamos no menos de 3 veces de casa, cosa que no ayuda precisamente en el momento en que quieres recordar el cómo, dónde o cuándo acaeció algún evento. Tras la muerte de mi madre, una madrastra mala, que daba entera preferencia a los antojos de su querido hijo propio, algo mayor que nosotros y una mala bestia. Mi padre por esos días trabajaba como vendedor a distancia y pasaba largas temporadas (largas... ¿dos o tres semanas tal vez?) alejado de casa. Mi hermano y yo nos conchabábamos para hacerle una faena al hermanastro, su madre nos zurraba, y mi padre, a la vuelta la zurraba a ella. Total. Una armonía perfectamente horrorosa. Hasta que una fría noche invernal, de esos tan gélidos que se dan por dichos parajes, creo recordar que mi padre le dio una patada en el culo a la bruja y la mandó a la puta calle.

Finalmente, algo así como un año antes de nuestra partida para España otra madrastra y con cuatro hijos; en este caso fue todo lo contrario a la anterior, pues era una buena, si bien estricta, madre, y nada fea. Era estricta con sus hijos quiero decir, pues tras la experiencia anterior mi padre no dejaba que nadie salvo él dictara los destinos de sus 2 hijitos del alma.

Otro factor en contribuir —y no poco— en mi falta de claridad en recordar mis primeros años, es el hecho de que realmente nunca, o muy raramente, contamos, ni sabemos en realidad, lo que de hecho pasó, sino lo que repetidamente hemos contado antes lo que pasó y cómo, una y otra y otra vez, hasta que del recuerdo original nada queda.

Refuézase esto con lo que nos han dicho muchos detalles de lo que pasó —mayormente mi padre en mi caso— y acabamos con un mejunje en la cabeza que nada tiene de verdad ni nada de mentira, sino todo lo contrario; y lo más que podemos hacer es tratar de tejer un hilo, un sentido, una lógica que podemos aceptar como medianamente válida. Más adelante hacemos revisión de lo que realmente creemos que pudo motivar a este padre a decir lo que dijo, si fue por orgullo, odio (despecho) a su propio padre, avaricia, o puramente por soltar una mentira que le conviniera y si aún tratáramos de ahondar en el pasado acabaríamos tarumba. Sirva de ejemplo el hecho de cómo llegó mi padre, al que apodaban ‘Bud’ por distinguir del nombre paterno: Owen, a caer en tanta pasta que le permitió emigrar y abandonar para siempre América casado con su viudita (que

tampoco carecía de medios, precisamente): Simplemente, sería el mismo año, o uno o dos después, que otro suicidio se dio en el entorno familiar.

El estimado Dr., mi abuelo, llevaba ya unos años infatuado con, si no plenamente enamorado de, su secretaria. La esposa acabó dejando su hogar a vivir su vida sola, antes de sufrir tales insultos a su orgullo propio. Mi padre fue el único (así nos lo contaba él) que la llenó en lo que pudo de pequeñas satisfacciones, llevándola al teatro y todo eso. Cuando al final, acaso en 1956, se mató por sobre dosis de barbitúricos. Dejó el bulto de sus bienes, abrigos de pieles, casa y todo, a su 'Bud'. Había dos hermanos más, uno menor que mi padre, estudiando medicina, y Mary, probablemente casada ya. Uno convenció a la otra de que tenían que apelar lo escrito en el testamento, pero fue todo inútil. El testamento era inapelable y todo fue a manos de mi padre. Pero por suerte para el heredero había una cláusula muy peculiar, que sin duda le salvó la vida, además de alargársela:

Todos los haberes financieros quedaban bajo un 'Trust' o comisión tutelar fiduciaria, que le remitiese tales cantidades como considerase necesarios para su vida y bienestar. De ahí a elegir la económicamente deprimida España de Franco como lugar de residencia fue un pasito muy corto. Tremendamente lógico. Con sus dólares mandados regularmente al banco podía vivir como un rajá. A modo de apéndice a ese asunto del testamento de la abuela, añadiré que, Owen (mi hermano) y yo, como hijos de Bud, quedábamos nombrados en el testamento en los siguientes términos: que mientras fuéramos estudiantes de un centro aprobado por la junta tutelar, recibiésemos asimismo las cantidades de dineros necesarios para nuestro sustento. Esto lo utilicé yo andando los años como maná caído del cielo. Owen nunca pidió nada de aquello, y es que mi hermano tenía unas rarezas el hombre que nadie entenderá jamás. Posiblemente tenía lamente tan dispersa que nunca encontró modo de poner manos a la obra y matricularse en algo, lo que fuera. Luces para los estudios desde luego no le faltaron nunca, y para la física, química y las matemáticas era más que un lince.

Pero yo creo que él anteponía el vivir, incluso el vivir mal, a toda otra consideración. Era intenso a más no poder, y también temperamental. Pasaba de una aparente apatía absoluta a saltar corriendo alocado por encima de los coches en un abrir y cerrar de ojos. ¿Peleas? Más que un pugilista, y eso en un Almería, con lo tranquila que es; o lo era al menos. Siempre lo elegían de entre la multitud de solicitantes a extra a la madrugada, y a menudo hacía de doble de luces o le daban pequeños papeles, como un el padre en un bautizo, pasar la calle o jugar al póker sentado en el salón.

Pero adentrémonos en lo que da título a este libro, en relación a mi persona. Sobre mi juventud almeriense creo que ya advertí que la mayoría de lo que atañe a ese período quedó plasmado en el libro "El americano de Almería" que escribí sobre mi padre pero que incluye todo lo que nos atañe tanto a mi hermano mayor Owen como a mí, así como del resto de la familia "española". También contiene el capítulo sobre nuestra residencia en la India e Italia.

Aquí me centraré en el aspecto ético. Sé que para la gran mayoría de los lectores esto suele resultar la parte más tediosa y repelente de todo tipo de lectura que tenga en las manos, pero el título especifica bien claro lo que promete, y si le repele o asquea, le aconsejo que lo arroje bien lejos, o mejor que se lo dé a alguien a quien pueda (milagros ocurren) interesar.

Todos nosotros conocemos un alcoholístico; todas las familias sufren las consecuencias de tener uno o una, y los enfermos son todos los de su entorno, no sólo la persona que ingiere alcohol en exceso, arrollando todo y a todos a su paso en un remolino imparable de destrucción desesperanzadora. No una, sino que lo han dicho mil veces: ¿Enferma yo?



— ¡Es él el enfermo! Y sin embargo no sólo sabe que está desquiciada de los nervios... está harta de todo, de vivir incluso. Naturalmente, en una situación tal, cualquier forma eficaz de ayuda habrá forzosamente de venir desde fuera, pues su dinámica familiar está ya arraigada en pre supuestos disfuncionales. Este estado se extiende, cómo no, a los hijos o los padres del alcohólico, y más lejos: familiares, conocidos, vecinos, el tra bajo...

¡Cuántas veces no me habrían echado de trabajos, de inquilino o casas de alquiler, de instituciones educacionales post graduado, si no fuera por mi cónyuge!

En primer lugar he de decir que arriba mentí en cierto grado en eso de que mi hermano nunca pidiera nada. Cuando pasados muchos años en el Instituto, y Owen ya estaría en PREU, el Estado norteamericano finalmente aprobó el INEM (Instituto de Enseñanza Media Masculina) como Centro de estudios con validez para percibir las prestaciones mensuales acumuladas para ambos hijos tras ese montón de años como hijos huérfanos de madre. Un paquetón de \$ que convertidos en pesetas (\$1=60 ptas.) le vino a nuestro padre como llovido del cielo. Mi hermano, que estaba cargado de deudas (“losas”, le llamábamos) en todos los bares a los que era asiduo, y que, para ver de ganar algo con qué pagarlas, dejó de asistir a clases y se apuntó a un trabajo del Ayuntamiento midiendo terrazas. No se le ocurrió acaso pensar que nuestro Ayuntamiento almeriense era de esas ‘empresas’ que nunca pagan, por lo menos dentro de plazo alguno razonable. Total, que llegó piripi a casa un mal día, y enterado de lo del dinero de los estudios acumulados, le exigió al padre “su porción”.

La que se armó, madre mía: estábamos a la mesa almorzando y acabaron revolcándose por el suelo, mi madre española tirándose histérica de los pelos, gritando, y yo asustadico fuera del camino, sin decidirme quién quería que ganara, pero que al menos no fuera demasíadamente catastrófico aquel lance.

Acabó arrojado de la casa. En los momentos oportunos, ella le llevaba comida subrepticamente a una casa de unos vecinos emigrados a Barcelona del que ella disponía de la lleve y su cuidado, y si podía el poco dinerillo que pudiera reunir.

Recuerdo un festín celebrando el final del rodaje de una película inglesa en que yo había trabajado de recadero para una joven secretaria en pleno centro, junto a Correos, e iba a pedirle refrescos y tal a La Gamba de Oro mientras ella se tiraba las horas tumbada en el sofá, regalando a mis ojos, con su minifalda inglesa, espléndidas y jóvenes vistas nunca antes vistas ni en película por éste humilde servidor.

La fiesta se celebraba en un gran hotel cerca del Zapillo, acaso el mismo en que 3 de los Beatles había residido por esos días. Yo, naturalmente, estaba invitado, pero no así Owen, que simplemente había rodado algún papelito de extra, caballista o de luces, teniendo que levantarse a las 4 y media de la mañana al efecto, no sólo para ser escogido, sino a continuación desplazarse al lugar del rodaje, mientras yo acudía tranquilamente a mi trabajo a las 9:00. Pedí permiso para llamar e invitarlo, a lo que la secretaria dijo ¡Claro que sí"! Llegó, vino y cayó en su postura más normal, o sea al suelo; media hora duró su visita y me lo llevé echando las papillas por aquellas tupidas y alfombradas estancias y si os he visto no me acuerdo. Menuda despedida.

Otra de las ricas ventajas de trabajar como recadero para la secretaria de producción es que en la Gamba de Oro ya me tenían más que conocido y todo se apuntaba en una lista a pagar mensualmente o lo que sea. Bueno, pues llegó la Feria del verano, y casi sin reparos, me llegué a la noche, camino al ferial con mis amigos, y me pedía un par de botellas de champán —qué carota que era.

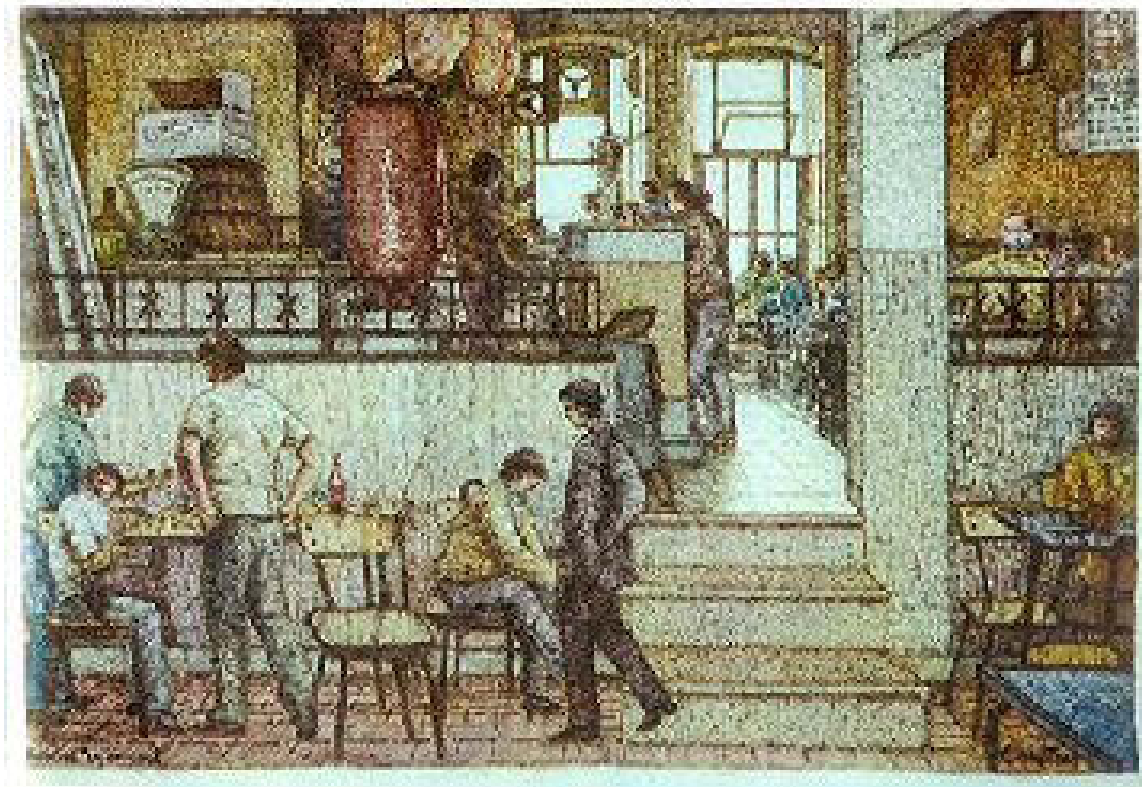
Si me preguntan cómo fue que llegó a gustarme tragar alcohol, o mejor dicho, sus efectos, tengo 2 recuerdos que no sabría asegurar cuál fue el real, pero responderé que la que cuadra cronológicamente mejor con los usos de la Almería de mis tiempos juveniles, años 6567, y que corresponde a la tradición del aguinaldo navideño. En nuestra calle Duimovich, parte de arriba, y puesto que nos conocíamos todos más o menos, íbamos en pequeños grupos familiares con zambombas y panderetas, y más raramente algún instrumento de cuerda como la guitarra, a cantar los villancicos de puerta en puerta. Se abría, entrábamos todos cantando y riendo, y nos regalaban con algunas galletas (a veces) pero siempre con copitas. Normalmente anís del Mono, dulce o seco, o coñac; además, para los niños — ¡Eh que es fiesta navideña, cosa divina!— copita de licor de menta o cacao, que bien dulce que pasaba por el gaznate. Tras 5 ó 6 visitas o rondas por las casas amigas, no veas cómo acababa el joven. Derecho para la cama y sin duda tras vomitar.

La otra oportunidad es que mi padre pertenecía al Club de Mar, cosa de señoritos, donde jugábamos al bádminton aprendido en la India, y nuestra madre definitiva se lucía a la vez que alternaba en la playita, sólo para socio/as. Teníamos una barca de 5 mts. De eslora y techo, bien bonita, pero cuyo motor de gasoil hacía púm, púm, púm, y nos llevaba media hora salir siquiera del puerto. Aprendimos las calas buenas de pesca al volantín alineando tal torre con el faro y ese pico de monte con un antena (coordenadas, vamos) y volvíamos sobre las 11 de la mañana con 3 cubos llenos de chuclas, doradas y sargos, que repartíamos con los vecinos, si éstos querían. Bueno, pues siempre hacíamos parada en ese bar que está en una plazoleta tras la calle Goya yendo hacia la Catedral, a pasar el rato con los vinos y eso. Mi hermano y yo siempre que si colas, refrescos, etc. Mi padre declaró que pedir algo que no contenga alcohol era tirar el dinero por la alcantarilla. Cosa que para mí, andando el tiempo, se convertiría en verdad.

Total, que al final probamos con un vino dulce, probablemente Málaga Virgen, y mira por dónde: no estaba nada mal.

Éramos ya bebedores, aunque ocasionales y selectivos; cosa que a mí me duró mucho más que a Owen, que bien pronto encontró unos amigos “in telectuales” que se reunían a diario en el bar La Oficina a tomarse sus medio litros de vino blanco en botellas de Marie Brizard con tapas. Este hábito se convirtió en un imán para mí, más por las tapas y el ambiente tan “de mayores

inteligentes, incluso sabios” que por el vino; pero éste también halló su momento de convertirse en un requisito aunque me costara mucho tragarlo.



Mis tendencias eran más gregarias. Como relaté arriba, estaban las chicas, el tontódromo, y eventualmente el ennoviarme.

Pero antes he de mencionar los bailes: unos que organizábamos para recogida de dinero de nuestro Viaje de Estudios de fin de curso, en el que, curiosamente, tras tragarnos (yo al menos) todo lo que podíamos de ponche bien cargado de ginebra de garrafón nos íbamos al de las chicas, que es donde estaba lo que queríamos y además era entre jardines y no en una cochera de la Barreiros.

El otro era un club, para el cual que alquilamos un pisito con unas 4 habitaciones chicas y luces rojas para los bailes lentos. Dos o tres de mis amigos íntimos y yo, un par de horas antes de llegar, bebíamos nuestros buenos vermús para ponernos a tono y poder afrontar la dura realidad y los menos remilgos posibles: ¡Chicas!

Acabo con mi apartado sobre Almería con este resumen: Los bailes, los amigos y los bares baratos (con “losas” para pagar cuando tuviéramos dinero), y la Feria. Ah, y también he de añadir la Feria de la aldea de Felix, el día de San Roque. No me podía perder ninguna de esas.

También, como añadido final, tengo que mencionar que cada verano, al menos durante un par de meses, volvía a Almería y las cogorzas se hacían ya más duras, más serias. Pero pasemos a mi fin de curso de PREU y mi ida a Granada. Almería, por esos días, carecía de Universidad.



## Capítulo 6: Granada ¿Estudios?

En Granada nos reuníamos los de Málaga (un buen porcentaje de especialidades), Córdoba, Jaén, Almería, y la miriada de poblaciones que no alcanzaban la denominación de capital de provincia. Por muchos turistas que pudiera haber en Granada en verano, y teniendo en cuenta que muchísimos granadinos se tiraban su mesecito en la costa, sin duda la población de la ciudad se duplicaba con la llegada de los estudiantes. Era realmente una urbe universitaria, cuyas ramificaciones dudo que puedan comprender hoy día. Básicamente, toda una ciudad, plétórica de tradición, arte y cultura, estaba en nuestras manos: la de los estudiantes.

Me encontraba ni más ni menos que extático. Me matriculé en la Facultad de Letras, ya que para mis estudios superiores de bachillerato había tirado por letras, y desde los 15 años no había tenido que tocar ni de lejos las mates, la química o la física; todo lo contrario que mi hermano. Pero ¡ay!, en letras era yo un hacha e iba preparadísimo gracias a los profesores de literatura, historia y filosofía de Almería, además de poseer una retentiva impresionante.

Estas facultades especiales, poco comunes, compensaron con creces mi falta de asiduidad a las clases, y el que no me encontrara mi compañero de cuarto, también amigo, de Almería, y estudiando Letras, pagado a los libros cada noche como él hacía, y buenas regañinas que me echaba.

En cuanto a mi novia, que también acabó PREU y se vino a estudiar a Granada, acogida por una respetable familia que exigía de ella un horario bien estricto y cristiano —a casa a las 10, máximo— no recuerdo exactamente cómo no coincidíamos en casi ninguna clase para consecuentemente meterse también conmigo y mis muchas ausencias. La verdad es que en los dos años de comunes habíamos tantos estudiantes, repartidos entre Puentezuelas y el Hospital Real, y tantos grupos, todos llenos de bancos corridos hasta arriba para cada clase en cuestión (Historia, Lengua, Literatura, etc.), que no resultaba tan raro. Tal vez incluso, al decidimos por las clases, yo seleccionaba eventualmente, para el segundo año, todas las que podía en que ella no estuviera, sin llegar al extremo de levantar sospechas. También es cierto que algunas clases me entusiasmaron y sí aparecía regularmente.

Con respecto a beber, Granada era la ciudad idónea para explayarse en este ámbito, y los estudiantes más que entusiasmados de participar, cada cual con su propia intensidad... sobre todo los fines de semana.

En cuanto a mí, anticiparé que podría dividir mi estancia como bebedor o beodo en la ciudad en dos mitades bien diferenciadas, Piensen en un río, recién llegado, con novia de 6 años, y sin conocer a casi nadie, empecé como un nacimiento que fue creciendo paulatina y previsible: por las tardes llevaba —tal y como hiciera en Almería cuando tenía dinero— a tomar unos vinos mientras pasábamos la tarde. El más estupendo para ella era la Muñoz Rivas, grande y con muchas mesas, lugar y ambiente calentito en el frío invernal, y pedíamos su famoso vino pálido, lo suficientemente dulce como para satisfacer el paladar de ambos; ponían una media botella en el centro y yo sin duda bebía las  $\frac{3}{4}$  partes. Luego estaba el Natalio, con el seco vino Costa y maní (cacahuetes). Ella para entonces probablemente ya tomara algún refresco. Luego ya como que llegaba de darnos un agradable paseo de vuelta a entregarla a su casa.

*Et voilà:* ya tenía yo la noche para mí para ir y descubrir nuevos andurriales. Una de las cosas buenas del Natalio era su *jukebox* o aparato de música, repleto de los mejores y más recientes éxitos para los jóvenes, incluyendo Beatles, Joan Báez, Bob Dylan, Roberta Flack, Otis Redding, Moody Blues... Pero la verdadera competencia a este lugar era un sotanillo chico, al otro lado de

la calle Tablas, llamado el Bim Bela, regentado por un hombre muy especial y con una clientela del mismo ca libre si eso era posible. Ahí llegué a conocer algunos de los que serían pronto mis mejores amigos de fatigas, con los que acabaría haciendo, como cientos de estudiantes y granadinos también, la famosa "Ruta de los vinos".

Esta ruta comenzaba en algún punto de la calle Elvira y calles adyacentes hacia su final, se desembocaba en la Plaza Nueva (que de nueva nada tenía), llegábamos a la Carrera del Darro, a lo largo de la cual había que hacer al menos 3 paraditas, en bares (todos) baratitos; y ahí estaba el Paseo de los Tristes, con otra cantidad de establecimientos vinícolas. Al principio esto nos pareció suficiente, o que estábamos echando ya la papillas o adormilados, con la iluminada Alhambra al otro lado del Darro, encima del Rey Chico, un *Night Club* con chicas muy fuera de nuestro alcance,

edad y sin duda gusto.

Todo esto, claro, los viernes y los sábados, jornadas que con el tiempo iban extendiéndose como la gripe para englobar los jueves, domingos, y así sucesivamente y según qué individuo. Pero desde luego yo me contaba entre los incondicionales, así como dos amigos míos, que llevaban estancados en algunas asignaturas de PREU que nunca aprobarían.

También la "Ruta" se alargó, pues no pasaría mucho tiempo en que subiríamos toda la cuesta de Gómez para luego bifurcarnos: ya fuera por el Sacromonte y varios barecillos de mala muerte que ahí había (no los 'Saraos' claro, cosa de guiris.), o bien seguíamos a todo lo alto hasta alcanzar el meollo del Albaycín, donde ya nos poníamos moraos, a veces jugando al póker.



**El Río Darro**

Otro hábito que adquirí, siguiendo con filosofía paterna de 'siempre algo de alcohol' era el carajillo matinal, el que en Almería llamaran ponche, pero también como lo llaman en Granada.



Cada vez más te exigen pedir café negro y copa de coñac, que les rinde más a los dueños.

Una costumbre que yo noté que me iba ocurriendo era enlazar la noche con la mañana siguiente, cosa por entonces relativamente fácil si tienes buenas piernas y te sabes los lugares, pero que hoy es casi imposible, particularmente en invierno, pues todos los sitios cierran ahora más temprano, por ley, y la venta de copitas se ha prohibido hasta las 7 o las 8 de la mañana. Pero en esos días era fácil estar bebiendo hasta las 4, incluso las 5 si medio echaban la persiana y al poco rato, en el mercado de San Agustín tenías tu copita esperándote a las 5; o algo después cerca de la estación antigua de autocares, dos bares que hacían competencia abriendo a las 6, y a la misma hora el Fútbol, en Mariana Pineda. Total, chupao. Podrías beber prácticamente las 24 horas del día. Cosa, naturalmente, que ningún cuerpo humano, por muy joven que seas, aguanta demasiadas veces.

Recuerdo dos ocasiones en que estábamos tan desesperados en la mitad de la noche, y tan faltos de dinero, que acudimos a la ventanilla abierta de alguna farmacia de guardia y compramos una botellita de alcohol de farmacia; el cual, por mucho que diga “No ingerir oralmente” era, después de todo, y bien que lo especificaba, 96% alcohol etílico. Eso es casi casi el máximo que puedes obtener químicamente. A continuación nos íbamos a una de esas maravillosas fuentes granadinas, ¡ay fuentes benditas, de preciada agua granadina! Y sorbito del envase de plásticoaguasorbitoagua sobrevivíamos y hasta nos caíamos en redondo. Si eso no es obsesión por la ingesta etílica que me digan, por favor, qué es si no.

\* \* \* \* \*

Dije que mi estancia en Granada, y en particular con referencia a la bebida, podía perfectamente dividirse en dos fases; la primera queda descrita a rasgos muy generales.

Mas hubo un momento determinante que transformó mi historia Granadina y mi vida entera. Como hemos visto, el río metafórico llevaba ya un buen caudal. A partir de lo que pasó a continuación fue como si de pronto el río, o bien por el deshielo de la Sierra Nevada o por lluvias torrenciales, o porque recibiera un nuevo afluente que se le añadiera, como el Ohio al Mississippi en *Huckleberry Finn*, de repente se salió de todo cauce controlable. Trataré de ser breve.

Todo comenzó en Almería y la locura denominada *paranoia alcohólica*. Mi padre se volvió celosísimo de su esposa, la encerraba en casa bajo llave. Ella hallaba la manera de evadirse y corría casa de su madre, calle abajo, quien la convencía de que volviera. Una y otra vez. El primer verano que volví él estaba totalmente ido: oía a los vecinos reunirse bajo su balcón a chismorrear que “el pobre americano no sabía que todo el barrio se acostaba con su mujer”; había pintado un mural al pie de su cama en que unos seres monstruosos estaban asando una pierna humana blanca. Ella se había escapado por salvar el pellejo y estábamos solos los dos cuando me pidió por favor que si él podía despertarme por la noche para confirmar las voces, y así pasó: me tocó, silenciosamente, fuimos a su cuarto, y... nada, silencio.

—Se habrán ido ya—, y volví a mi cama.

Esas Navidades mi novia y yo fuimos a la Misa de Gallo, y yo, acordándome de los buenos años, y de lo que mi padre disfrutaba de la navidad en familia, no pude aguantar las lágrimas y tuve que salir a la calle a calmarme. Mi novia lo enten día perfectamente.

Mi hermano y yo acabamos yendo a la policía con nuestra madre a denunciar los malos tratos.

Cuando el inspector llamó a mi padre, éste creyó que era un truco y colgó para a continuación llamar a la policía. Cuando lo pasaron al inspector que teníamos delante, éste tenía un cabreo de mil demonios y le dijo a mi padre que “¡con la policía no se juega!”. Total. Mi padre cogió el coche a toda prisa y se internó en un sanatorio de recuperación de Málaga. Salió cuando quiso

(pues voluntario había entrado) y no pasó mucho tiempo en que, con su Simca 1000, se puso en el Paquistán. A partir de ahí pocas son las noticias que de él tengo, sino que en su pensión paquistaní montó una destilería personal que lo aterrizó en la cárcel. Pasó a la India, y a continuación a Sri Lanka (Ceilán), donde las reglas respecto al alcohol son —o eran— muy laxas.

¿En qué modo afectó esto a mi historia? Se preguntarán. Pues que las navidades siguientes yo no quería ir a Almería. Me resultaba demasiado doloroso y no quería depender de sitio alguno ajeno para dormir teniendo mi sitio alquilado en Granada. A propósito: la casa de Almería permaneció con el sello de la policía por mucho tiempo y mi madre se fue con los pequeños a un pisito cerca de la Bola Azul, donde halló trabajo de asistente ATS.

Pero yo siempre, siempre había estado con mi novia, tanto en Almería como Granada, a excepción de viajecitos veraniegos o de estudios, y ella insistió tanto en que pusiera patitas allí que prácticamente era un ultimátum: o te vienes o se acabó.

No fui. Una vez, y aunque esto no pase de pura anécdota, mi padre sentenció: “A las mujeres siempre hay que hacerles caso en todo, pero no totalmente”. No sé si esto influyó en mi o que me aferro a esa moraleja paterna para justificarme.

Ambos amantes quedamos con el corazón partido para siempre, y diría que a ninguno de los dos se nos ha curado del todo. ¡8 años! Al menos la dejé como la conocí: virgen.

Ella se internó en un colegio internado para estudiantes regido por monjas. Yo me refugié en el alcohol.



## Capítulo 7: La ruptura

Con esta dolorosa ruptura dio comienzo mi 2ª etapa granadina, de total desenfreno. Un dato curioso es que me dio tal paranoia —o llámesele como quiera— a aparecer por la Facultad en Puentezuelas que daba unas vueltas enormes para evitar que nos pudiéramos encontrar por accidente ella y yo, y sin embargo, cuando me dijeron dónde se había internado ella yo era capaz de pasarme horas mirando por si saliera, entrara, o la pudiera vislumbrar en alguna ventana. Cosas de la vida.

Mis amistades cambiaron, o más bien acabé con dos grupos de ellos: los antiguos, y un grupo de jovencitos con los que gozábamos pasando el día sin dar golpe, sentados en un barecillo muy antiguo que luego derrumbaron el cual llamábamos anticuario, pues en un cuarto tenía toda una colección de azadones y otras herramientas antiguas. Todos teníamos una cuenta o lista ahí para costearnos el vino, pues no cabía duda en la cabeza del dueño que al cabo de cada 3 meses yo recibiría un pastón (para la Granada de aquellos tiempos) y pagaba todas las cuentas que quedaran por pagar.

Luego hacíamos viajes por ahí; Madrid, Barcelona, las Fallas de Valencia, Ibiza y Mallorca. Estábamos esturreados por todos lados y reuniéndonos en todos sitios. Fue extraordinario y una cura inmejorable para el que quiera olvidar, o al menos encubrir el sufrimiento interior. He de asegurarles, empero, que no todo fue abundancia, fiesta y alegrías, sino más bien al contrario. Cuando a mí me venía el dinero, que se suponía me cubrirían 3 meses de estancia y estudios, la verdad que entre pitos y flautas, viajes y pagar deudas, se me iba todo más bien en 3 semanas si la suerte acompañaba. El resto del tiempo fueron amarguras y sequía, como estar todo el grupo pidiendo unos dinerillos enfrente de la Plaza del Triunfo, en cuya ocasión abordé, sin reconocerlo, al primer arrendador el piso en el barrio de los Pajaritos. Él sí que me reconoció al instante y ¡vaya la que me echó!, que daba vergüenza lo bajo que había yo caído, etc. Total, para poder beber unos litrillos.

En una ocasión se me ocurrió una idea que sí resultó: Al atardecer de una noche de Feria nos disfrazamos todos, chicos y chicas... y bien disfrazados que nos pusimos. Yo hice de César. Luego, al llegar al ferrial nos dispersamos con unos platillos, cada uno con una hermosa rosa o clavel que pudimos reunir de camino, entre las alargadas mesas de las casetas de los feriantes. Junto a la flor yo había escrito un poemita (más bien una ‘variante’) del famoso poema de Francisco de Izcaza. Decía:

*Dale pa' vino mujer,  
Que no hay en la vida nada  
Como la pena de perder  
Un buen fino que beber  
En la Feria de Granada.*

No hay ni que decir que fue un resonado éxito, pues los grupos festejantes rieron tanto como nosotros embolsarnos... tanta pasta como para durarnos una semana intensa para todos. Eso aparte del vino tragado de gazzate aquella noche, aunque detesto el vino “Fino”.



Yo me había alquilado una vivienda en la calle San Juan de los Reyes, la parte baja del Albaycín, y pagaba 700 ptas. al mes por el alquiler; casi regalado. Bim Bela, que se mudaba a un bar más moderno, nos regaló su alargado banquillo, yo tenía buenos discos y un picú, una cama consistente en un somier —que un mal día llevamos arduamente a vender para luego proceder a perder las 100 ptas. que nos dieron— y un colchón. Yo la ropa la iba acumulando en el lavadero de ropa y nunca hice nada. Al final, cuando llegó el día de marcharme, la recogimos, llena de bichos, hicimos una hoguera en el patio con gasolina y la quemamos. Los amigos me traían ropa. Ni qué decir tiene que ese último año yo había abandonado del todo indicio, intención, o capacidad de estudiar. La verdad es que ni siquiera me había matriculado. Pero eso en Minneapolis era algo que no se hacía ver.

En mi habitáculo había —cómo no— un buen garrafón de arroba que llenábamos de vino, vertíamos en una escupidera (nueva y nunca utilizada para otro propósito) y bebíamos en buena familia, como hicieran los Almogávares navarroaragoneses en los siglos XIII y XIV con su Ozurrón. De esta exacta forma fue como conocí a la que llegaría a ser mi primera esposa. Ella no aprobaba precisamente esta práctica brutal nuestra, dado su extremadamente elegante porte y personalidad.

Yo en cuanto la vi quedé prendado de ella, con sus largas faldas de terciopelo morado o verde oscuro, su ‘estarse ahí’, y —para mí que relucía— o bien levantada o bien sentada, cual una diosa clásica grecoromana, pero de cerne y hueso y TAN preciosa... Una cosa que noté fue que al ir a

sentarse se ajustaba unos artilugios en una pierna, pues sufría las consecuencias de haber contraído la Polio, justo dos años de que la vacuna llegara a España y hubo una gran epidemia en 1952, cuando en los EEUU ya vacunaban a todos los infantes. Pero claro, *Spain is different* y más la España aislada de Franco.

Pero yo en esos detalles no me fijaba, parecía como que se moviera a cámara lenta, sensual sin proponérselo, sonriente y mansa a la vez.

Nos caímos bien; yo reduje gigantescamente mi consumo étílico y empezamos a salir, a dar paseos por los parajes más bonitos de Granada, parajes casi tan bellos como ella. Debió de ser a finales del verano, antes de que ella tuviera que marchar a Mallorca a terminar su segundo año de comunes de mi misma carrera. En su vuelta para las navidades debió de introducirme a su amplia familia en la Chana, yo todo formalito, hasta tímido. Nos caímos todos bien y fui muy bien acogido.

Llegada la Semana Santa, desde Granada, Mallorca y Barcelona se organizó una reunión estilo hippie en Ibiza y Formentera donde una noche dormimos bajo las sabinas sobre la arena de poniente, y cuando le llegó a ella el momento de tomar el ferry a Mallorca yo me apunté a ir allá también con ella. Para el fin de curso ya estábamos pidiendo traslado de nuestras matrículas universitarias respectivas para estudiar en Barcelona Universidad Central, Filosofía y Letras; como así fue el siguiente otoño.

Tras acudir yo a Granada a recoger los pocos bártulos que me quedaran y que había dejado almacenados en el Anticuario, pues dejé el piso, ¿para qué iba a pagar 700 ptas. al mes si ni siquiera estaba allí? Encontré casi todo lo de valor mínimo expoliado. Sobre todo los LP de música (Janis Joplin y muchos, muchos más), despedirme de los amigos que pude hallar, me trasladé a Tarragona, donde había emigrado la familia. Así, en Barcelona, nosotros estaríamos cerca de casa y en Tarragona nos casamos al par de años

Los tres postreros cursos, los de la especialidad, que en ambos coincidió en que fue filología románica, nos vendría con el tiempo de perilla, pues mi intención era que nos trasladásemos a California a enseñar castellano. Yo podría haber cogido filología inglesa, pero eso habría sido totalmente injusto para los esforzados jóvenes españoles —recuérdese que por aquél entonces lo que se había estudiado por tradición o necesidad era el francés y el inglés les parecía cosas menos que im posible en comparación... y muchos casos hubo en que el instituto local carecía de profesor de esa lengua; demasiadas barreras monoculturales en aquella España Una Grande y libre— para esperar que un número significativo de nativos me hicieran la competencia. No. También pude haber escogido semíticas, pues en Granada me había ido admirablemente, pero en esta área... nunca podría competir con un nativo de una de esas lenguas. Total: español y literatura a todo meter, A mí se me había acumulado ya Almería, Granada y ahora Barcelona, y prácticamente me sabía el J. L. Alborg de carrerilla, entre otros muchos tomos y obras.



## Capítulo 8: Barcelona

Piensen que estábamos en los años 1974-77, que cuando no había huelga de estudiantes la había de profesores; y los grises corriéndonos de un lado a otro a lo loco. Bueno: a los estudiantes auténticos, y tanto mejor si tirabas a la izquierda.



A mí me cogía la mayoría de estos jaleos cerca, pero no demasiado, en un amistoso bar en que a menudo me encontraba con mi hermano, que a la sazón se hallaba en Barcelona, en una pensión. Nos pasábamos las mañanas tomando tercios del famoso licor de malta *Voll-Damm* que tenía una graduación de 7,2 °; por lo cual no podía llamársele cerveza. Esa era precisamente su mejor calidad, aparte de su sabor, pues sabías que no pasaba de tu boca directo al orinal como por ejemplo la cerveza americana (USA), la cual si alcanza 5°, es la gran excepción. Algunos califican este líquido gringo de “cerveza de niñas”. A veces nos íbamos al Parque de la Ciudadela a beber vino los dos hermanos, o un barecillo que él conocía al costado del Mercado Central. Ocasionalmente recibíamos la visita de, o me topaba, con algún coleguilla de correrías de Granada

En cuanto a mis estudios, pues no me fue tan mal, bendita suerte la mía, y además, a causa de tantas huelgas, muchos profes consideraban injusto si no imposible calificar adecuadamente, por lo que hubo muchos aprobados generales; uno de estos me ocurrió a mí por pura potra cuando el profesor, dado que las aulas y corredores del hermoso claustro de la Central, peligraban, a veces por los grises, a veces por los izquierdistas y comunistas, e incluso —y esta facción era la más peligrosa, pues llevaban cadenas y mamporros— los ultraderechistas de Blas Piñar. El profesor, en tales circunstancias, nos mandaba a hacer el examen final ‘donde mejor os parezca’ que para mí fue un bar a la espalda de la Universidad tomando vermús y carajillos. Hacia finales del examen no daba ya pie con bola, como dicen. Menos mal que casi seguro que el profe ni se acercó a esos papelorios estampados por la Universidad Central.

Fue la caraba, vamos. Ya en Granada tuve ocasión amplia de ver correrías de estudiantes y

grises frente al Triunfo, particularmente recuerdo una ocasión en que estábamos en una bar comedor al lado mismo de la estudiantil plaza, cuando, a raíz del Juicio de Burgos, se puso la cosa muy fea y trombas enteras de estudiantes entraban por nuestras puertas; de pronto grita un poli: “¡Sargento, aquí hay uno de Burgos!”, pues estaban pidiendo carnés. Pero no pasó de ahí: el sargento obviamente no era tan zoquete.

Volviendo a Barcelona, describiré una situación o fenómeno algo especial y único, pero que por equis o por y (griega), me doy cuenta que se me ha repetido bastantes veces en mi vida, y que, a lo único que lo puedo achacar, es a una suerte de ‘potra’ que me ha acompañado en mis andares etílicos.

Habíamos alquilado un estudio, que consistía en una habitación alargada, todo cristal a un lado, al que le puse una enorme cortina roja, y un cuarto de baño. Era por la parada de metro del Triunfo y los precios por todo el centro barcelonés andaban por las nubes. Mi enamorada, pronta a ser mi esposa, como maestra de escuela que era, consiguió un trabajo de maestra en el “quinto pino”, en Badalona, donde habría de tirarse todo el santo día para dar clases tanto matinales como por la tarde. Luego se enroló en clases vespertinas en universidad, mientras yo lo hacía por la mañana, como los estudiantes ‘normales’.

¿Y trabajo? ¿Cómo iba yo a encontrarlo? Al principio me salieron unas clases muy cerca de casa, pero ni sumando los ingresos adicionales de un alumno particular que venía a casa, era suficiente... y de repente la gran sorpresa: Una empresa en Cornellá contestó a un anuncio mío en el periódico ofreciéndome una bicoca: me pagaban una pasta gansa para dar una sola clase de inglés (1 hora) en su fábrica, al sur, para lo cual tenía que tomar el tren de cercanías y me traía de vuelta uno de ellos. Total, que entre pitos y flautas, mis ausencias y las desganas de los empresarios tras un agotador día de trabajo, acabó la cosa en que había semanas en que iba un solo día con suerte. Como pagaban de los EEUU nadie se molestó en advertirles de lo que pasaba y me tiré los 3 años (casi) recibiendo su paga mensual. Además estaba el chequecillo trimestral, para mayor equilibrio entre los dos y tranquilidad mutua.

Los veranos íbamos de veraneo a Adra, en Almería, y vivíamos casi tal y como se vivió en España 100 años atrás: sentaditos en sillas de mimbre al fresco del atardecer frente al mar, con los pescadores y agricultores de la zona, pacíficamente. Eso sí, siempre traíamos con nosotros algún hermanito/a de ella y otro tanto de mi parte, que disfrutaran de la playa. Los habitáculos sí eran modernos, claro, aunque bien es verdad que un pescador, muy buen hombre él, ofreció en un principio su garita para las nasas a la joven pareja. Eso habría sido harto pesaroso por algo decir.

Pero he de subrayar a nuestro favor que no nos iba tan mal. Su familia nos quería mucho, sobre todo cuando la boda en Tarragona, pues la madre insistía —como católica que era y es— que vivía mos en pecado mortal.

Los estudios, fáciles y rumbo adelante como apuntaba. Nuestra meta estaba dada por sentada: en cuanto nos licenciáramos nos iríamos a los EEUU., a California, nada de esos fríos de Minnesota.

Yo aun contando con las *Voll-Damm* matinales, me iba a casa, comía algo y me echaba a tomar la siesta, pues luego tocaba cocinar, que me encantaba y siempre se me ha dado bien; comencé a aprender de niño. Luego, en mis correrías por la Costa brava y Mallorca... derecho iba a las cocinas, donde no miran tu nacionalidad y siempre falta mano de obra. La cocina es un arte para mí. Y nunca, nunca me he leído un libro de cocina. Fui el cocinero cuando mi primera esposa volvía de su largo y arduo día, y lo soy ahora con mi presente esposa. Ambas, naturalmente, encantadas en ese aspecto al menos. Claro que no siempre he estado, “en forma”.

Pero en cuanto a la bebida, quitando algunas borracheras de las ‘alegres’ lo relativamente tenía bajo control, Con buscarle “el punto” me bastaba. Hasta sobrio se me podía encontrar.



Un punto negro o al menos sombrío de nuestras relaciones fue mi falta de *savoir faire* en cuanto a disfrutar en el tálamo, pues yo era, por mi timidez galopante y mala enseñanza, una especie de ‘salido’: demostrando sufrir no sólo de eyaculación precoz, sino además una fuerte fijación en ese punto central sagrado que los hindús llaman el ‘yoni’; o en otras palabra: quería la penetración como un descosido. Esto ella bien me lo hizo saber, siendo ávida seguidora de Simone de Beauvoir y Masters and Johnson. Pero todo esto, si bien pertenece a la dinámica de nuestro matrimonio que con todo era bien satisfactoria en general, poco tiene que ver con la historia que aquí cuento.

Al final, arreglar los papeles, conseguirle (no fue fácil) la *Green Card* de residente permanente como esposa de ‘Americano’.

Despedidas, visitas a Gerona —A ¡ah, el TeatroMuseo Dalí!— y su familia de allí, Tarragona, claro, besos, abrazos, y a la gran aventura de ultra mar.

## Capítulo 9: Nueva York

A la llegada a la Gran Manzana nos alojamos en el hotel George V, pues se halla inscrito entre los posibles estancias del TIVE\_SEU un programa de albergues internacional para estudiantes — institución más prolifera en Europa, pero a la que EEUU no quería ser acusada de dar la espalda — ofreciendo una pequeña cantidad de enclaves estratégicos en las ciudades más destacadas. Lo que hacía un hotel tal era añadir unos puntos extra (Dólares) a los abonos.

Delante mismo del hotel, al salir por la puerta, me topé con la primera omnipotente señal admonitoria como presagio de lo que me esperaba en el país. Se encontraba un bonito parquecito, que creo que se llamaba George Washington, y en cada pasadizo de acceso mostraban la siguiente señal:



Eso delante de un enarbolado parque. Por la calle ni te lo pienses, que acabas en el calabozo antes de que te des cuenta, pero no antes de que el poli derrame el líquido a la acera.

Esa es, para mí, la gran diferencia entre España y los EEUU: en la 1ª te llevan, si te has pasado bebiendo, al hospital. En el 2º a la cárcel.

Este Nuevo Mundo para nosotros descende con una conciencia de Ley la Seca de 1919, que perdura y perdurará. Sus actitudes no han cambiado ni un ápice, aunque la ley les dicta que tienen que permitir la venta y consumo de alcohol. Todo joven norteamericano crece con el sentimiento de culpabilidad ante el elemento, y en la mayoría de los estados se les prohíbe hasta la edad de 21 años, cumplimiento que dudo que el 10% siquiera obedezca, y eso porque sus padres son *Bible thumpers* (continuamente golpean la biblia contra la mesa), práctica nacional tan arraigada como el béisbol. De ahí que la solución al problema, en USA, sea de índole religiosa: fe y despertar espiritual.

Fuimos al MOMA, al distrito financiero y a Broadway... lo típico. Supongo que nos quedamos en Nueva York porque mi esposa como la mayoría de los españoles, tiene el deseo de visitar esa mítica ciudad.

Para mí todas las ciudades americanas son prácticamente iguales, con pequeñas variaciones de tamaño, monumentos, un pelín el ambiente, etc.; en tanto que lo mejor, lo más increíble y extraordinario que tiene este país es el paisaje, la naturaleza viva: los bosques de Minnesota,

Montana, el Cañón del Colorado, los Parques Nacionales de Yellowstone, Yosemite... La Montañas Rocosas y sus cumbres siempre nevadas... Para morir, vamos.

Tras esta breve estancia, ¡directos a San Francisco, California!

Ni se me pasó por la mente la posibilidad de ir a Minnesota, donde acaso podríamos recibir, aparte de la acogida, algún apoyo de mi amplia familia que ahí residía. No deseaba yo que mi esposa, la cual sospechábamos que estaba ya encinta, sufriera esas temperaturas invernales: dando frecuentemente las mínimas del mundo.

California, California había de ser, pues si bien ni un alma conocíamos allá, era lo más parecido a España: naranjas, uvas, y palmeras.

California nos llamaba como la obra de Steinbeck, en *Las uvas de la ira*, nombre bien evocativo, a estos dos “españoles y pico”, sin tener idea de lo que ahí nos entraríamos, salvo que había de ser mejor que lo que dejábamos atrás en plena tempestad política y una competencia feroz en filología española. ¿Qué nos quedaría sino enseñar en el arduo y desalentador camino de la Enseñanza Media, enseñando a alumnos para los que nuestra especialidad era sin duda la más aburrida?

No, nos abriríamos con la lengua patria (yo ya me consideraba más español que americano) patria como arma en un estado en que todos la necesitaban.

¡A la conquista pues!



## Capítulo 10: San Francisco

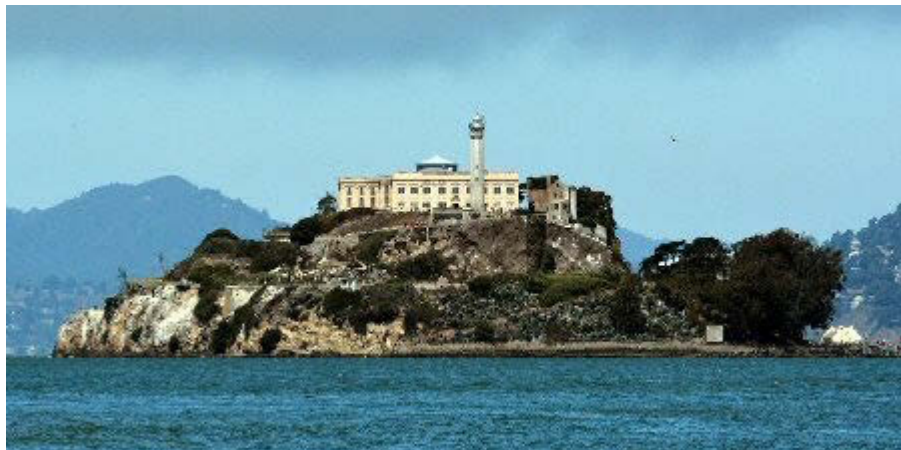
Hay un dicho sobre esta ciudad: San Francisco, donde pasé el mayor frío... en verano.

Nuestra primera estancia en la ciudad de Harry Callahan y Steve McQueen (Bullit), ciudad de calles famosas por sus abruptas cuestas, iba a ser en el Campus de San Francisco State University, lo cual no estaba mal para comenzar, era período de verano y se hallaba prácticamente vacía salvo por los cursillos estivales, de los que siempre se dan algunos.

La mayoría de los *dorms* o dormitorios para estudiantes estaban vacías y entraban en el plan TIVESEU, con su respectivo extra añadido, claro. Pero a nuestro destino había llegado y nos quedaban casi todos los cupones, que nos permitiría tiempo tanto para familiarizarnos algo con la ciudad como para busca donde alquilar algo.

Para mí San Francisco es la ciudad más bella del mundo, on tantos lugares para ir, tantísimos enclaves idiosincráticos y únicos, de los que enumeraré algunos: el Fisherman's Warf y el Grotto, vendiendo cangrejo o ensalada de gambas bajo los alerones e inundando el lugar de aromas marinos. Bahía de pescadores; una playita un larguísimo espigón donde pasear, pescar, o, lo mejor de todo, cazar cangrejos del Pacífico, abundantes y enormes —ahí no nos íbamos a morir de hambre aunque fuera a base de cangrejo todos los días— donde yo vendría frecuentemente por mi cuenta con mi autoinventada nasa redonda, o una redonda y otro típica cuadrada a las cuales se les ataba un pequeño calamar de carnaza en el medio y a tirar para arriba. ¡Digo que si caían! Mientras, contemplaba Alcatraz en medio de la Bahía y el puente *Golden Gate* a la izquierda. Mítico. Y me sacaba mis cervezas envueltas cada una en papel marrón y su pasaba la mañana volando. También, para pasear los dos juntos, estaba el paseo marítimo, lleno de exóticas tiendas, y sitios como el *Ripley's Believe it or Not* lleno de aparentes fenómenos imposibles; Había una tienda de arte donde acabaríamos comprando una litografía numerada de Dalí sobre Don Quijote, cuyo hermoso marco dorado valía más que el Dalí.

¡Qué cosas! No lo podía ni concebir, eso más adelante cambiará mi rumbo. Aunque largo salieron a relucir las triquiñuelas y desmanes de Descharnes, su encargado, quien le hizo firmar litografías en blanco, pero guardo la esperanza de que éste no lo sea. Estaban los músicos malabaristas y estatuas, y aquél que tenía ranuras al costado de su caja de cartón, dentro del cual se encontraba él, para meter un *Quarter* o 25 centavos y se abría por delante el quadradito de cartón y él asomaba tocando la trompeta con tu canción. Luego leí que lo arrestaron por vender marihuana.



## Vista de Alcatraz

Se llegaba tomando el tranvía, aún en uso, desde Stockton y Market Street, al final del cual siempre se daban exhibiciones de arte en la calle, cerca de esta célebre parada de tranvía, donde ha de dar un vuelta de 180°, se halla la entrada más central del B.A.R.T o ‘tren de rápida velocidad del área de la bahía’, así como *Union Square*, preciosa plaza y no lejos de donde al finalmente nos alojamos durante nuestra estancia de un año corto. ¿Y quién no conoce Telegraph Hill, con sus loros, o Twin Peaks, el parque alongadísimo de Bay Bridge, su museo, su casa de té japonés y los miles de zonas verdes para hacer frisbee, footing, bici... o Castro Street, barrio Gay por excelencia? Acabábamos de llegar cuando el asesinato de Moscone el concejal declaradamente gay, y el homófobo concejal asesino, que se libró con una palmadita con su defensa basada en los Twinkies (pastelitos muy dulces). La madre de mi esposa nos hizo una visita, la llevamos a Castro St: A mí me piropeaban y mirando dentro de los bares y por las mismas calles (Castro y adyacentes) veías y los tíos con los tíos y las tías con las tías sobándose y más... ella no paraba de decir ¡Oy oy oy! ¡Vámonos de aquí!

La primera mañana desperté rodeado por verdes prados, lo típico de los *Campus* universitarios americanos, y salimos a desayunar. Un desayuno increíble, de aúpa, con cereales huevos, beicon, zumo, café... medio cuartillo de leche, bollitos de pan con mantequilla, todo lo que quisieras. Menos mi carajillo, claro.

Tras ese pedazo de desayuno—comida para todo el día—la dejé volver a los aposentos a arreglar las cosas mientras yo me ‘daba un vuelta’. Mi olfato me llevó prácticamente en línea recta a un supermercado, donde me compré unos tercios de ‘*malt liquor*’; efectivamente, ahí también existían, aunque muy reducidos en grados. Vi un hermoso lago, Lake Merced al fondo, y sentado en un banco justo a la entrada del Campus, siempre con las latas metidas en papel marrón como dicta la ley. Ya me sentí mejor.

Pero veía bien clara la advertencia: aquí no va a ser nada como en Granada o Barcelona.

El siguiente paso era encontrar un piso o estudio o algo donde vivir, y eso iba a ser un rompe cabezas que nos llevaría todo el esfuerzo y tiempo imaginables. Ne se olviden de las secuelas de la polio de mi mujer, que no ayudaba, tampoco.

En España llegas, o llegabas, a cualquier ciudad, te comprabas un par de periódicos y un mapa. ¡Ay si hubiésemos tenido la tecnología de un ordenador con Internet como el que tengo delante!

Los Estados Unidos es un país multiétnico en que éstas se distribuyen más o menos por todas las ciudades. Pero, ojo compañero: están juntos pero no revueltos.

Así que un mapa de los que te venden de poco o nada te sirve al llamar por teléfono, a menos que ya conozcas esa urbe o tengas quien te guíe.

Los barrios están claramente demarcados, como la clásica entrada al Barrio Chino, por un arco oriental lleno de rojos y oro. Luego están los barrios negros: la de los más pobres, los mediomedio, y los de bien. Castro para gays; la *Mission* para latinos, bajando por Market, que es como diríamos la arteria principal de San Francisco, a partir de la calle 16 y bien grandota que es. Mirando ayer las estadísticas he notado un incremento extraordinario de orientales y polinesios, divididos en unos cuatro sectores, algunos de apariencia —viéndolos— en el tranvía, muy acogedora, y que sin duda lo son Pero están en el extrarradio o lejos del centro. Incluso he visto un barrio mayoritariamente de nativos norteamericanos (indígenas), pues aunque no es de conocimiento general, el número de éstos llegó a igualar al de los existentes antes de la llegada europea allá por los años de 1970. Claro que la composición y pureza ya es cuestión aparte. Luego, claro, está el centro económico, así como los barrios de ‘buen ver’ o ya plenamente de

lujo, y olvídate.

A lo que aspirábamos era, 1° que estuviera no lejos del centro; 2° un precio razonable, por chico que fuera (el tiempo dictaría nuestros futuros movimientos); 3° que fuésemos aceptados; 4° que amaneciéramos con nuestras parcas partencias y vivos; 5° que pudiéramos salir a la calle sin sentir pavor.

Siguen 3 mapas que antaño nos habría vendo al pelo. Claro que tras 35 años, y aunque San Francisco no tenga más de 600.000 almas —por ubicarse en una península— las cosas han cambiado y con todo os explicaré por qué encontrar un sitio para llamar casa es cosa para un Sherlock Holmes:

Superpongamos un mapa callejero cualquiera con alguna de las siguientes. Empezaré por la más simple: las zonas.



Este es el centro y alrededores; he cortado el largo parque por la mitad y he dejado Mission, barrio que no dejaba de ser una lejana opción, aunque yo quería que mi esposa estuviera más segura, aparte de aprender el inglés lo antes posible. Toda la zona al oeste y norte de Nob Hill — digo esto ahora, tras años de familiaridad con la ciudad— quedaba fuera, o bien por carísima o en raras ocasiones, peligrosas (Como Upper Market, Haight Ashbury o Hayes Valley). Tampoco Twin Peaks era algo que considerar siquiera, y a la derecha (este) de Market: South of Market era fatal. Potrero no estaba mal, pero la comunicación era pésima y era una barriada que me disgustaba, con sus casitas todas en fila. Marina era zona como para embajadas y tal, y Presidio era militar. Sigue otro algo más ilustrativo. Con el Tenderloin, encima del Civic Center (el Ayuntamiento), donde tuvimos la suerte enorme de encontrar un estudio enmoquetado con cocina y balconcito de esos semihexagonales. Ya teníamos vivienda.





Este barrio tiene una fama malísima de borrachos tirados por la calle (siempre te los topas cerca de la estación de autocares *Greyhound*) en donde siempre abundan.

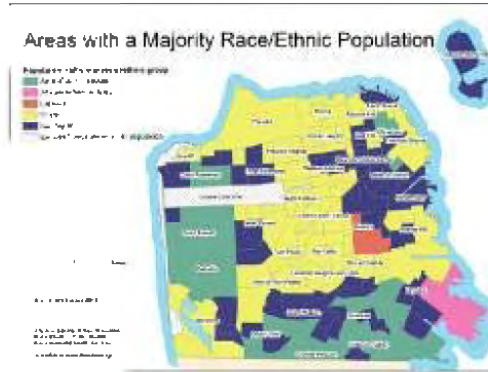
El Tenderloin, en el mapa de criminalidad y “podredumbre” ha crecido para arriba pero por fortuna, en esos tiempos había una línea divisoria bien marcada en la calle Geary, y nuestro estudio estaba precisamente por encima, en la calle Leavenorth. Se puede decir que nuestra suerte fue enorme: barato (si chico), céntrico y a salvo. Incluso encontramos un centro para hispanos de enseñanza gratuita, con énfasis en lenguas, al que mi esposa asistía para doble sesión de inglés mientras yo tomé alemán y francés avanzado. Esto era a la tarde tras las 5, claro.

Aún estos planos de nada nos habrían servido sin tener en cuenta los que siguen (el de precios comparativos lo dejo fuera pues es muy relativo y poco fiable). Pues nada dicen al neófito, y todo lo que sé lo fui aprendiendo después, viviendo in situ y con los muchos viajes desde Berkeley.

Mapa de criminalidad:



Finalmente el de composición étnica, que en 1977 sería más pronunciada que en la actualidad:



¡Ojo: Peatones ebrios!

Para el Tenderloin, al sur de Geary.

Aquí se muestra la composición étnica.

Por orden de aparición: verde, rosa, rojo, amarillo azul oscuro. Me doy cuenta de que blanco y negro—que no quieren o querían se alquilar unos a otros, se confunden en el mapa. Consideren que desde Castro subiendo hasta los llamados “Extended Districts” era zona de mayoría negra entre media (arriba) y (abajo, rozando con Castro y Misión) pobre.

Dejo fuera los alquileres por precio medio, y el mapa por zonas según índice de criminalidad: factor muy a tener en cuenta en esta famosa urbe.

\* \* \* \* \*

Trabajo. Tras un catastrófico intento de ser vendedor en una tienducha en la peor esquina de San Francisco, 16th and Misión, la peor esquina de la ciudad, encontré trabajo repartiendo correo basura de 4 AM hasta las 12 del mediodía. Una camioneta (*van*) nos llevaba a los barrios residenciales de casitas típicas americanas e íbamos depositando nuestra carga, calle por calle y con una precisión de relojería. Por desgracia en los barrios residenciales no te encuentras ni una mísera tiendecita para alegrar el trabajo con una cerveza escondida. Había que esperar hasta acabar el trabajo y relajarnos gastando parte de la mísera paga.

Una instancia realmente bochornosa relacionada al alcohol, es que me presenté —el Título de Profesor de Español ya lo tenía— a un examen para traductor de estas lenguas. Mas he ahí que delante del edificio, al que llegué muy temprano por estar lejos, había un bar. Total, que la examinadora caló en seguida el estado en que estaba y yo sé que puso “bebido” en mi examen. Vivíamos en Berkeley por aquél entonces.





Nunca bebí, con todo, en exceso en esta ciudad; los bares eran unos inmundos y oscuros antros donde sólo los alcohólicos entraban para beber a solas y contarles sus penas al barman.

Después de fracasar en una diversidad de solicitudes, me di cuenta de que el problema tontísimo mío, hay que admitirlo— es que no habíamos solicitado teléfono, que a las dos horas nos engancharon, contrato firmado. Inmediatamente conseguí un trabajo estupendo, en INLINGUA, una escuela internacional con centro sito en Suiza, con una metodología única: ni una sola palabra en el idioma de estudiante, y con sencillas imágenes y un cuidado sistema de preguntas y respuestas, el cual ha de repetir exactamente el estudiante, íbamos ascendiendo, tanto en dificultad como en entornos—aeropuertos, el hotel, la calle, la junta de negocios... en dos meses un ejecutivo de Levi Strauss podía tomar el avión a México D.F. y llevar a cabo sus asuntos con confianza. Mi problema era el siguiente: que a los profesores nos daban horas (3/4) de hecho, a veces seguidas, pero lo más a menudo repartidas a lo largo de día; en esos huecos ¿qué cosa más normal que tomarme alguna cerveza odos? Esto en seguida me acarreó problemas, pues el estudiante se quejaba a la dirección de que su profesor (Kirk) olía a alcohol. Regañinas y advertencias seguían, claro.

Pero—y aquí viene lo más hermoso de mis historia—solicité enseñar y estudiar en U. C. Berkeley, al otro lado de la bahía.

Ya me había informado de que para recibir un *Teaching Assistantship* o asistente a profesor, tenía que ser estudiante graduado, lo cual nosotros cumplíamos con nuestras licenciaturas. Pero por desgracia, si bien me aprobaron para enseñar, sus ordenadores, que tienen impresos las notas medias calificables de todas las licenciaturas del mundo, me negaban el acceso.

Fui a hablar con algún profesor pues estaba “más bien cabreado”, si Vds. me comprenden, y me tocó el mejor posible. Su nombre Dr. Durán, peruano especialista en La araucana, épica del Inca Garcí Laso de la Vega. Este hombre, además de ser un alma bendita y de llevarnos a las mil maravillas, debía tener su influencia.

Antes de pasar una semana recibimos una carta nuestro estudio de Leavenworth de que estábamos dentro.



## Capítulo 11: Berkeley

Recogidas, pues, todas nuestras escasas pertenencias, y en el Oldsmobile Delta 88 plateado de unos 3 años de edad—nuevecito—que un ingeniero hindú me vendió cuando le tocó venir a España, una preciosidad de esas con suspensiones que te mecen suavemente. Era automático, claro, como todos los que tuvimos por la polio de mi oíslo. ¡Y me cobró, como agradecimiento a mis clases, \$1.000! Una décima parte de su precio.

Cruzamos pues el Bay Bridge entre San Francisco y Oakland y al lado estaba Berkeley, con su famoso Campus.

Además de mi coche, a ella luego le regalaron, por su condición, un AMC Matador que sería del 73, restos de los que usa el gobierno y en perfecto estado. Si hubiese necesitado conducir manualmente (frenos, embrague, etc.,) se lo habrían hecho, pero con una pierna buena le bastaba cualquier automático.

En Berkeley nos alojaron en un enorme en clave cercado, con 3 accesos, lleno de verde y muy bonito, para estudiantes casados. Decían que los edificios habían servido de acuartelamiento militar en 2ª guerra mundial, pero estaba todo maravillosamente reacondicionado y disfrutaba de todas las instalaciones necesarias; si algo se estropeaba allí estaban los de mantenimiento y bien rápido, y gratis.

Este país desde luego tenía cosas buenas, como luego, que a los 4 años o así, ella solicitó, como quien no quiere la cosa, una casa independiente con piso de arriba, patiecillo trasero tapiado, etc. Y lo más asombroso: pagábamos si el dinero nos alcanzaba —hasta \$175 máximo; de lo contrario el alquiler era 0. ¡Y eso bajo la administración Reagan!

Berkeley significó el más dichoso de los tiempos y el más atroz de los tiempos.

Fue el centro geométrico de mi existencia, donde más aprendí de la familia, los estudios, la sociedad, la existencia, la condición humana, sus valores y patrimonios culturales, el altruismo y el egoísmo absoluto, y en fin: del bien y el mal.

He decidido, en aras de la claridad, dividir el capítulo en tres partes: la familia y los niños, mi vida universitaria, y mi lado alcohólico, el cual me mostro qué tan profundo era el arraigo que poseía en mi persona entera.

Naturalmente esta división es del todo falso, pues todos concurren en unas mismas circunstancias, un mismo entorno.

Mi hijo primogénito había nacido en el Hospital Central de San Francisco, por cesárea, A pesar de las muchas clases *lamaze* de parto natural que habíamos dado. Y puesto que no me permitieron quedarme en el cuarto quirúrgico, pues al bar, para profunda vergüenza mía. Con todo ahí estaba yo para abrazar mi bebé cuando me lo sacaron, y pase a ver a la madre, que estaba grogui.

La niña nació a los 3 años y pico —se recomendaba en casos de cesárea— en el Alta Bates, de gran prestigio. Nuestros seguros estudiantiles cubrían tales gastos.

¡Ya estábamos la familia completa! Al paso de los primeros años fuimos aprendiendo de otros beneficios que nos ofrecía ser estudiantes de profesores de Berkeley, pues la Villa (*The Village*), que era el nombre dado al enclave estudiantil, tan internacional, disponía de un *Daycare* o guardería fabuloso, al cual los mismos padres —uno de ellos— ofrecía una hora a la semana. Así teníamos toda confianza plena en la marcha apacible del centro... aunque ninguna duda había de que pudiera ser así. En caso de resfriados, gripe y tal, estaba una señora que por algún estipendio ofrecía su caso, el cual recibía en nombre de *Wheezes and Sneezes* “resuellos y estornudos”.

También disfrutaba la Villa de un Centro de Atención, para cualquier petición, como por ejemplo alquilar un lote de tierra (\$1 cada 2 mts cuadrados; yo me alquilé 2, y el *rototiller* (trillador para remover la tierra) de gasoil nos los tomábamos por turnos. Planté guisantes chinos, calabacines, tomates, habichuelas verdes, zanahorias, rábanos, lechuga..., siempre con mi petaquilla de licor, claro, y agua, mucha agua.

Por último, 2 cosas que nunca faltan en barrios USA, (el 1º al menos) la casita de lavar y secar la ropa, siempre con suficientes aparatos y superficies. Y lo más curioso de todo: como era un lugar de muchos transeúntes que iban y venían de todo el mundo, había un *Swap Shop* en que se alternaban dos voluntarios para atender a los que venían y se podía llevar lo que necesitaran totalmente gratis. Recuerdo cuando vino mi madrastra española y ver eso no se lo podía creer, y quería llevarse de regreso a España hasta juegos de vajilla. De noche había una rendija que se abría y echabas ahí la ropa olo que sea que no querías.

Mi esposa y yo éramos relativamente felices aunque mi ingestión progresiva de alcohol fue se parándonos, creando unos silencios a gritos. Pero los niños ¡Ay los niños!

Los niños eran mi adoración. Me los llevaba a todos los parques de la ciudad, a cuál más hermoso y atractivo. Recuerdo cómo rodábamos los 3 ladera abajo por el césped de una larga colina muriéndonos de risa. Y un tobogán larguísimo construido en la piedra, muy lisa y con curvas, y nos subíamos los escaños de piedra hasta la cima y fúuum, abajo que íbamos. Todo esto estaba en el parque Tilden, que disfrutaba también de una locomotora infantil por un sitio, un tiovivo cerca de la zona de picnics—menudas barbacoas que me preparaba yo de pollo en salsa barbacoa tejana, o *hotdogs* y hamburguesas, y chips que llevábamos y Coca Cola; y más allá una granja de visita infantil, con cabras, cerdos, vacas, ovejas y conejos, que era lo favorito, y gallinas correteando por doquier. Un Pequeño museo había, con un dragón del Com modo en taxidermia, y una colmena de abejas tras un cristal, en que te señalaban la abeja reina. Tenían un agujerito por el que salían, pero eran mansas y no picaban.

Viajes a paraísos no muy lejanos: como las secoyas, Yosemite (pron.: Yosémiti) Valley, Sierra Nevada State Forrest igual que la anterior.

San Francisco y el tranvía, que subía y subía y subía y luego el maquinista daba vueltas para cambiar la posición de sus recias manos y bajar, bajar, bajar, hasta el Wharf (muellepaseo).

Atravesar el Golden Gate Bridge y atravesar el túnel en arco iris que nos llevaría a Sausalito, lleno de artistas viviendo en barcos.

Mi segunda juventud en realidad. A no dudar. Eso sí: la petaquita siempre al alcance o casi. Al par que crecían, por fuerza debían darse cuenta de que yo tenía un problema y no chico. La pequeña algo más tardíamente, y me quería — como yo a ella— como una loca. Se tumbaba en mis rodillas, levantaba el vestido/falda, y decía *Tickle-ticklet-ickle* cosquillas, cosquillas, cosquillas, en su espalda, y se quedaba traspuesta.

Dos veces fuimos todos a Disneyland en Anaheim, Los Ángeles, la primigenia. Los niños exploraban por las diez mil cosas que querían hacer y hacían. Si no al primer día al otro o el otro.

Felices días, dulces recuerdos, aquellos.

Aun que no faltos de sentido de culpa por mi maldita aflicción.



En cuanto a los estudios, una vez me dijo mi padre: —Si quieres ser estudiante toda la vida, puedes hacerlo. Y eso es lo que he tratado. La verdad es que se me da muy bien. Especialmente en el área de literatura y gramática histórica—que no hay que confundir con historia de la lengua—y es que en Barcelona, un profesor, Carratalá creo se llamaba, nos dio un curso, no en los principales escritores, sino de los principales críticos de esos escritores. En el momento eso me pareció, aparte de un bodrio, inútil. Cosa de llenarse la cabeza de cientos de nombres conectados a otros nombres.

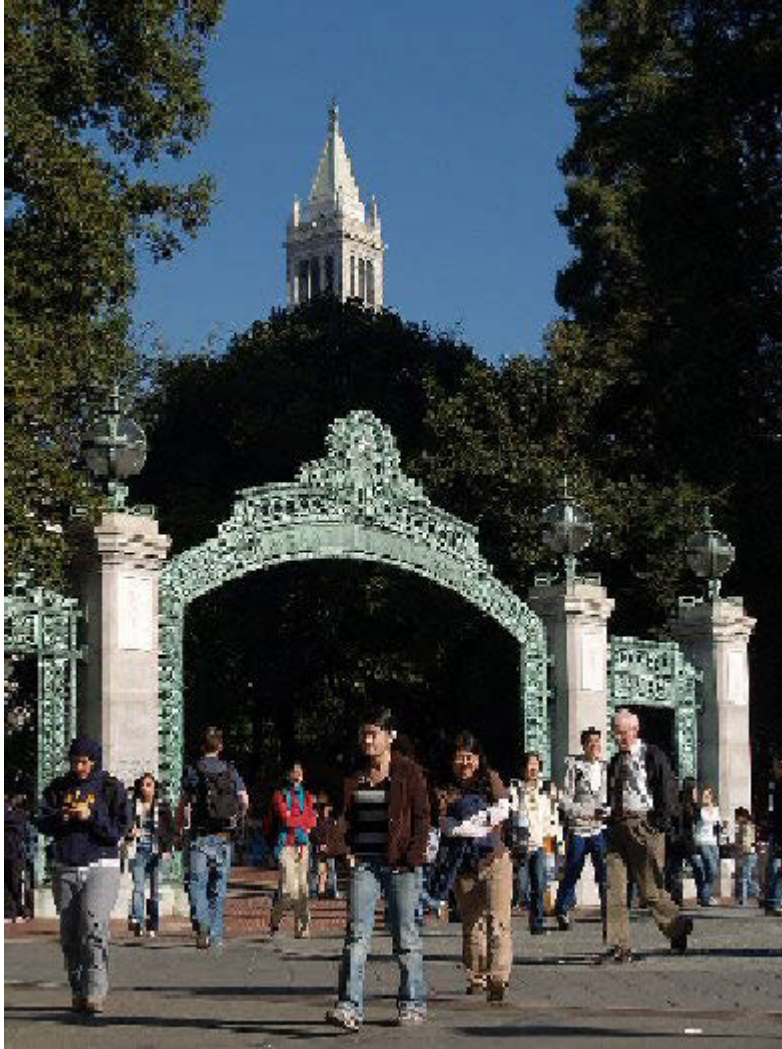
Cuando venía luego el momento de escribir un ensayo monográfico de del Lazarillo (ya corto de por sí), se te vienen a las mientes nombres tales como Marcel Bataillon, Claudio Guillén, Fco. Márquez Villanueva... y quedas como un diamante pulido. Encima lo haces en media hora—pues teníamos acceso a recorrer libremente por las ocho plantas de pasillos interiores de la biblioteca para graduados Bancroft, una de las mejores del mundo. Este mismo logro le llevaba al estudiante medio 3 días de serios estudios. Siempre estaba pareciendo yo por casa con un montón de libros; y no era para perder tiempo sino al revés. Aun sin ordenador tenía todo lo que quería porque sabía lo que escoger, más algún libro extra como premio por si saltaba la liebre. Me fue de maravilla en todos los años de carrera: conseguir el Masters, y luego pasar con creces (3 minutos tardó el cuadro de profesores, de Hispana, Medieval, Franco/Provenzal italiano y Gramática histórica global en salir a darme la enhorabuena).

¡Pero ay amigo!, al final siempre sale a relucir por qué pata cojea uno y fue en las clases de castellano. Encima de que llevaba desde los 8 años enseñando las lenguas inglesa, francesa, a los hijos de los profesores en Almería. En Granada enseñé, y en Barcelona, y San Francisco. Se me consideraba un pozo de sabiduría, pues el campo se amplió a historia del arte, filosofía, historia española y universal... lo que se les terciase o fuere menester, en Berkeley ya era yo esclavo declarado del alcohol.

Raro era el día en que no bebiera aunque fuera media pinta (200 cl.) de vodka —ya saben: era

tonta creencia en que te va a oler menos, cuando hasta un 20% del alcohol sale del cuerpo por el aliento— para soportar el ser.

Exceptuando los períodos de asistencia a Alcohólicos Anónimos, un par de los cuales llegó al año, cosa de celebrar, claro y otra, casicasi. Ah, y 3 meses —4 de sobriedad— de internamiento en una casa de recuperación.



Hubo a la vez momentos bellos: Me salía al espigón de la Marina en Berkeley con mi vodka y refresco para después, y caramelillos de quitar el olor, y me quedaba extasiado, con ese leve tilín del alcohol en la cabeza, contemplando el atardecer pletórico de colores enfrente mismo de mí, al final del muelle, divisando San Francisco y ese cielo increíble.





Mientras, le mentía a la esposa diciendo que iba a A.A. para irme a mi espigón.

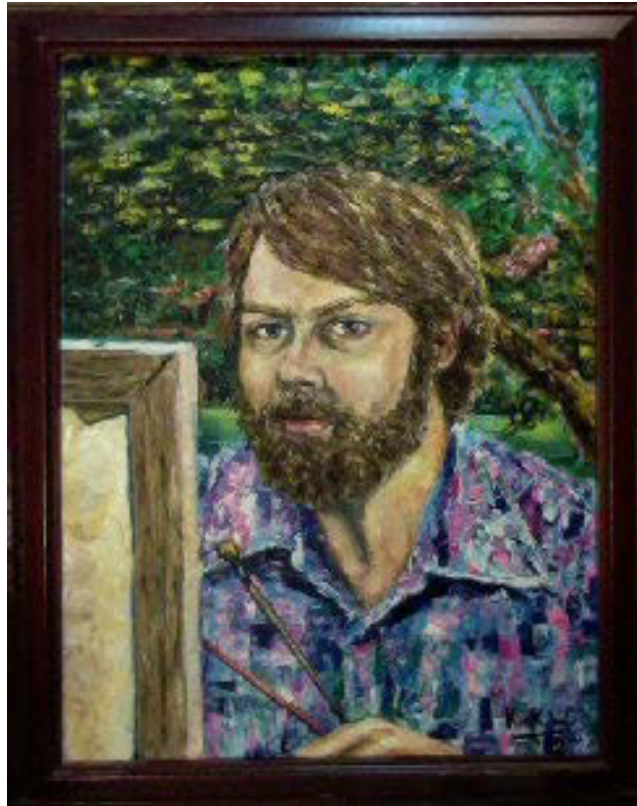
¿A quién iba yo a engañar? Pero ella se mostró discreta en aras de la familia. ¿Por qué me tienen que pedir a mí precisamente que deje esto que tanto adoro, sin lo cual no quisiera vivir, y no a otro cualquiera que ni le va ni le viene? Pandilla de insolentes.

Beber era una afirmación de mi libertad, incluso por ley. Nadie me iba a quitar ese sacrosanto derecho. Por desgracia años ha tenido que pasar para darme cuenta de que esa afirmación conlleva su corolario: *No tienes libertad de NO beber*. No lo veía. Me negaba pensar en estos términos porque yo no estaba preparado. En inglés existe el dicho “*Let go*”, aplicable a miles de ocasiones de pena y duelo, y que significa... déjalo ya, se pasará, cesa de afincarte (a una realidad que ya no existe), abandona lo irreparable.

Pues como dejé entrever, el alcohol, lento pero seguro, se dejó notar en mi actuación enseñando. Yo me respaldaba un tanto en que estaba subido a mi tarima ante la pizarra, con cierta distancia de los alumnos; pero no: siempre hay que recorrer los pasillos de estudiantes repartiendo tareas, trabajos monográficos o *hand-outs* informativos, y tal, y me fui dando cuenta de que los jefazos comenzaron a hacer visitas “de evaluación” a mis clases, pues seguro que más de un estudiante había ido con el chisme a quejarse. Al final me llamó mi Consejero personal (todos teníamos uno) y, con juntamente con mi esposa, que a la sazón ya estudiaba como colega mío tras un año de *Toefl Test of English as a Foreign Language* por la University Extension, y total, que me hicieron lo que en América se llama una ‘intervención’: los dos seres más preocupados por mi bienestar y mi futuro me hicieron poner las cartas sobre la mesa, y él, muy comprensivo, me dio la oportunidad de pasar por un programa de Rehabilitación, llamada *Sunrise House* (Casa del Amanecer), donde al menos las ansias se me quitaron... por un rato. Me decían de ser demasiado mental, que hablaba ‘racionalizando’ mucho, pero nunca expresaba mis emociones, no hablaba desde el corazón. Íbamos a diario a A.A., claro, e incluso manteníamos los nuestros propios, a lo que todo alcohólico podía atender. Tras el período de un mes de confinamiento te permitían salir un rato al día; nos hallábamos en Concord, en el East Bay, y los olmos estaban preciosos, así como el aire fresco de la mañana.

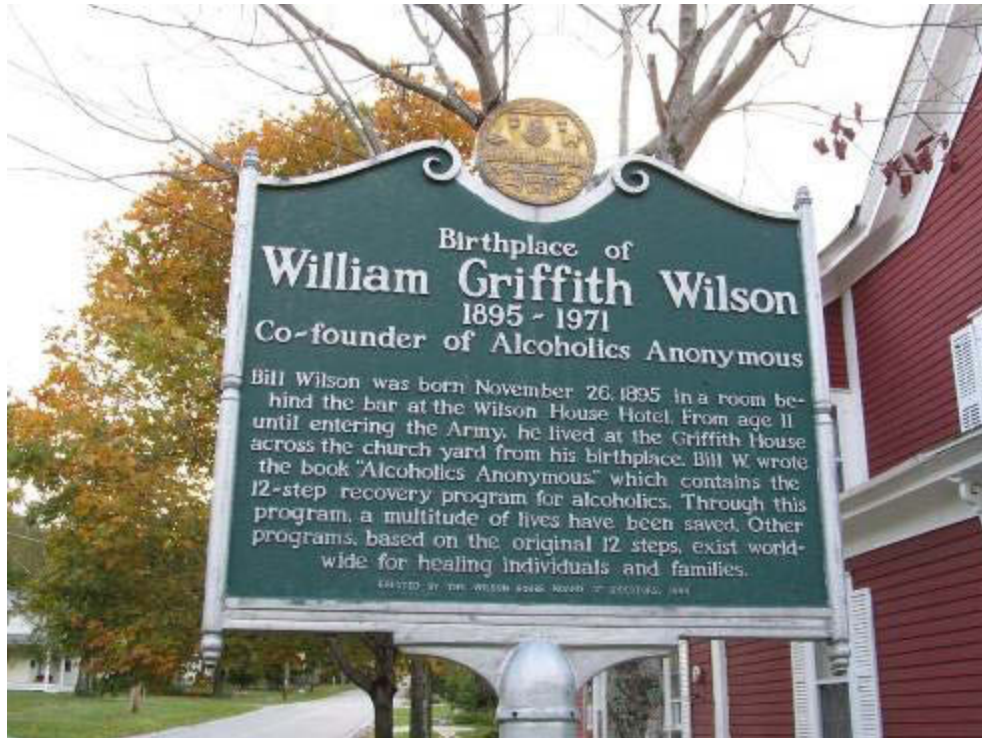
De regreso a Berkeley, el Consejero me recomendó tomar una carga ligera de asignaturas ese trimestre, que incluía una clase de pintura. El profetras ponerme delante toda para mí una modelo desnuda para esculpir en madera. Me permitió acabar mi autorretrato que llevaba algún tiempo

pintando en casilla del departamento de Arte ya tenía, al mes, mi petaquilla. Creo que oler la trementina (aguarrás) no ayuda a mantenerse sobrio).



Otra práctica que comencé fue la de levantarme a las 7 de la mañana, vestirme el chándal, llegarme a la licorería y comprar una petaca y re fresco. Metía la bebida debidamente cubierta por su bolso de papel marrón y a la vez la llevaba escondida en esa especie de bolsillo central del chándal, y a andar y beber y sentarme en un tranco hasta que llegaba la hora de ir a la ‘adversidad’. Otro sitio donde escondía licor era entre un arbusto detrás de Dwinelle Hall (mi Facultad). Había cientos de arbustos en medio de esos céspedes tan verdes. Éste era particularmente alto y amplio y cabía yo enterito escondido allí.



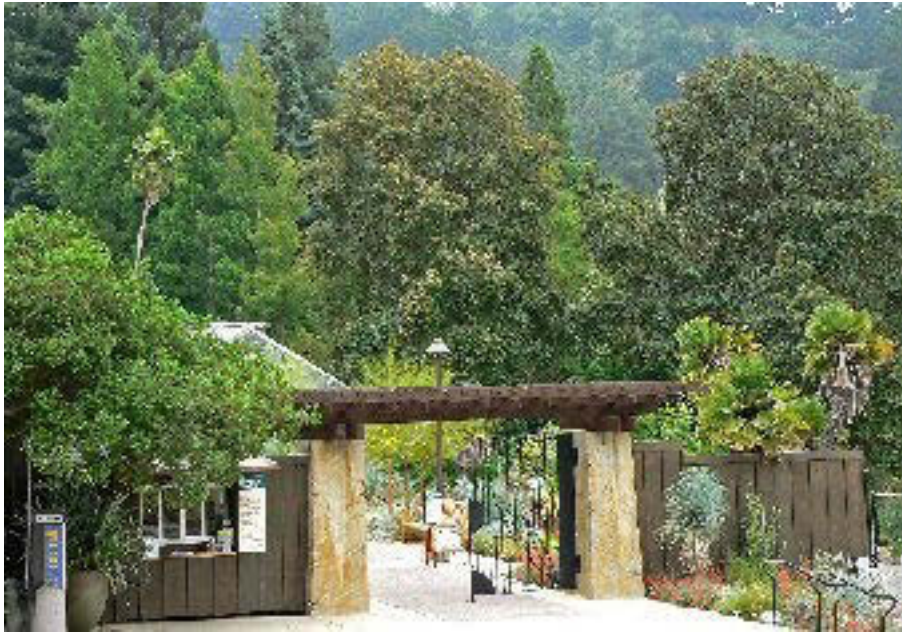


**La casa en que vivieron los Wilson**

Bill Wilson y el Dr. Bob se consideran los cofundadores de Alcohólicos Anónimos en 1935.

"90 reuniones en 90 días, y si no queda satisfecho le devolveremos todas sus miserias".

Quisiera, ya que se me viene al recuerdo, que en esos angustiosos momentos en que me entraban las paranoias, por estar metido en el centro de una de mis vorágines de botellas, que me aterrorizaba que me viera: a) la gente normal, por el natural desprecio de estas gentes progresistas berkeleyanas, que si por fumar te desprecian, si te ven borrachote miran como a la cucaracha de Kafka, b) todo el personal, tanto docente como alumnado mío, de la Universidad. C) la policía, pues iba derecho a chirona a sudar la gota gorda y el horror del retiro; y finalmente d) a los muchos desalmados y desaprensivos, que me arrebatarían, no sólo la reserva ética, sino el dinero, la tarjeta, y hasta la misma vida.



### **Berkeley, Jardines botánicos**

Otro hermoso enclave preferido mío, naturalista, que solía día. Flores, hierbas, árboles, aromas, etc., todo el año.

Mejor dejo ya de contar anécdotas de Berkeley, que sería cosa de no acabar. Se me fue enfilando un trabajo, tras mil papelorios, ser veteado y qué sé yo, en Presidio, Monterey.

## Capítulo 12: Monterey y Salinas

Iba a iniciar una etapa totalmente nueva en mi andar por la vida, una vida de andar por mis propios pies, libre de ataduras, y quería demostrar con todas mis ansias que sería capaz de confrontar los avatares con entereza y serenidad (eso ya de por sí me tenía más que medio pesaroso).

La verdad fue que, a partir de aquí —y sin metas fijas alcanzables— mi existencia y logros fueron como los del César, pero al revés: Llegué, vi, perdí. No siempre fue la caída inmediata; tuve periodos buenos, incluso afortunados; pero, la verdad sea dicha, mis próximos 10, 15 o 20 años fueron de un embollo, de una lobreguez espantosa. Esto lo digo mirando atrás, pues cuando uno lo está viviendo, de poco se da plena cuenta. Pero las caídas fueron gordas, sí.

Lo que me trajo a Monterey era un contrato larga y concienzudamente vetado por ellos darme un puesto de profesor de español en su Presidio. Los Presidios, en California, son centros militares. En este caso lo conforma todo un monte de pequeñas y medianas estructura estilo barracones y otros edificios. El objetivo es el de reunir ahí a todos los mandos, altos, medianos, y los van a entrar en combate o simplemente “estar” en un país cuya lengua es otra que el inglés., Esto incluye, a no dudarlo, a miembros de la CIA y cuerpos afines, aun que todos mis alumnos lucían con sus galardonados uniformes

En aquellos momentos era el departamento de español el más grande, fenómeno que cambiaba con la situación mundial: cual los departamentos de ruso, coreano, y ahora sin duda árabe. Estábamos metido en plana guerra somocista, y yo tenía que enseñar a los que consideraba enemigos en mi conciencia.

Para colmo, aunque entré en grado GS7 del servicio de funcionariado, el máximo para un principiante, que conllevaba—supongo—una paga sustancial, nuestra calificación como civiles en el ejército no era el de profesor, sino “instructor”, igual que el sargento “instructor” de metralletas ytal. El ambiente entre los demás colegas era el de cierta rebeldía, pues querían que se les reconocieran sus avanzados méritos en el campo educativo, con lo que yo estuve plenamente de acuerdo, incitando junto a ellos a la huelga. Mi queja particular: Si enseñamos 3 clases al día, ¿qué diantres hacemos llevando un horario de 8 horas?

—Preparar—, me dijeron

Pero nada de esto duró en mi caso. A la segunda semana, en cuanto llegó el viernes, yo empecé a revivir lo que Steinbeck escribiera en esos mismos lugares que yo pisaba: las vigas del ferrocarril largamente abandonado que llevaba a Salinas, Donde la familia de al Este del Edén — padre y dos hijos— vivían, cuando el hijo ‘malo’ Caleb (Caín) iba en tren a ver a su madre prostituta en Pacific Grove, no lejos siguiendo la vía desde Monterey

Lo que me sumergí yo fue en dos otras novelitas: *Monterey Bay* y *Sweet Thursday*. Empecé a vivirlo y a beberlo. Me metía en ese tugurio donde cantaban Country y Rhythm & Blues y bebía y bebía y veía a los danzantes y otros borrachos... ¡la gloria, la triste, Kerouaquiana, gloria!



El lunes llamé, que estaba enfermo. —No pasa nada hombre, nuevos parajes, echas de menos la familia, comprendemos... y que te mejores. A los tres días me reincorporé. Pero ya al llegar el fin de semana me puse “enfermo” indefinidamente. No contestaba al teléfono. Me compraba mis botellas de brandy y me recostaba viendo un canal de pago, Showtime. Hasta ponerme enfermo, claro. Bajé un día la manzana hasta el Delicatessen o tienda para comprar mi botella y, al tener que pedir tabaco temí no poder hablar “*T-t-t-two p-p-packs of Camel*”. Pagué y subí la cuesta agarrando con ambos brazos la bolsa con la botella.

Al final les escribí incluyendo mi pegatina de coche para acceso a las instalaciones, y me disculpé mil veces diciendo que eso no era para mí.

Tras esto, mi vida se embrolló enormemente: llegaron mi hermana menor con su nuevo esposo, encantadores ambos, y nos encontramos con el difícil dilema de sobrevivir, pagando el alquiler y eso. Mientras ellos salieron en busca de trabajo yo me dediqué en serio y como última alternativa a mi otra habilidad de remuneración inmediata (a diferencia de la pintura, por ejemplo) y que era de enmarcador de cuadros, afición que aprendí con saña y regusto en Berkeley.

Mis vecinos de arriba, que me querían bien, pues siempre te encuentras en el mundo gente que quiere ayudar, me invitaban a espaguetis y hablábamos de cosas diversas; ellos eran de un versión cristiana llamada “*Science of Mind*”. Pero no hacían proselitismo ni nada de eso, por fortuna. Me pusieron en contacto con un enmarcador de cuadros de Carmel, ya mayor y con mucha experiencia que me tomó bajo su tutelaje por un par de meses y dióme confianza en poder desarrollar el oficio.

Puse por fin un anuncio en el periódico de ofrecerme a hacer enmarcados tan buenos como el mejor por \$5.00 la hora. Recibí 4 llamadas. Unos de desesperados como yo que querían formar su

propio negocio, pero uno que fue la lotería.

Me pusieron de *mánager* de un establecimiento sito en un centro comercial no lejano. Era una maravilla... increíble. El dueño al poco ya casi ni aparecía por ahí de contento que estaba con mi labor. Naturalmente esta en seco y atendiendo reuniones diarias de A.A. Él se encargaba de intermediario con las distribuidoras para las cuatro piezas del marco a medida, renovación de los pliegos para *passepour-toute*, y yo dirigía a tres jovencitas estudiantes a tiempo parcial y a una señora mayor muy buena con los clientes. Aprendí yo mismo a ser buenísimo como vendedor de mi producto, pues sabía que mejor no las había. Andaba yo al 100% de mi vitalidad. Mi ingresos eran fabulosos, más de \$2.000 al mes.

Nos trasladamos a un sitio más acomodaticio para tres personas. Pagaba yo el 50% del alquiler y traía chismes que aprendí que eran imprescindibles en el mundo moderno, como el microondas. Fueron estos unos 8 meses superlativos.

Pero sucedió lo inevitable. Llegó a la tienda un señora de muy buen ver —por cierto, antiguas celebridades como Kim Novak eran clientes ocasionales— como dije, preciosa. Y ella captó mi mirada y fue como una cosa mutua. Traía una foto o gráfico de arte egipcio que quería enmarcar. Yo, que tenía una considerable colección de libretos de arte justo debajo del mostrador, que nada tenían que ver con los muchos posters de la tienda sino que eran míos, saqué uno con gráficos de arte egipcio en oro como tema predominante, y le dije que el suyo, junto con estos dos, (que le mostré), harían un conjunto enmarcado perfecto. Las impresiones se las regalo gustoso.

Estaba encantada; lo dejó todo en mis manos y cuando volvió creo que hasta se ruborizó, lo cual me ruborizó a mí. Nuestras miradas lo decían todo. Era yo muy tímido pero no sé ni cómo, la invité a cenar. Aceptó encantada.

Tenía ella un bungaló dando a la playa, chiquitín pero nuevo, de buena madera. Comencé a tomar vasitos de vino, con mucho cuidado, mientras cenábamos. Cuando acabamos en la cama — ella ya sabía que yo estaba casado con mi familia en Berkeley— yo no pude llegar. Eso le agradó aún más, supongo que por eso de mi matrimonio. Ya a la segunda sí y de ahí adelante tuve las mejores experiencias en este área particular de mi vida.

Pero yo vivía ahora 2 vidas, siempre pensando en cuándo estaría con ella. Al acabar acudía presto a su lado y nos lo pasábamos a lo grande en la arenosa playa haciendo esas escenas “a cámara lenta” de enamorados, hasta abrazarnos y caer dando tumbos por la arena fresca.

Ya casi ni aparecía por la casa con mi hermana y su esposo; y lo peor fue que mi mujer andaba insistiendo con perentorio énfasis en que hacía mucho que no aparecía por Berkeley.

Por fin me decidí: tuve que hacerlo. Yo no podía vivir por más tiempo esta mentira. Cuando llegué, saludé y abracé a todos, y se lo confesé.

Tensión infinita. Ella al final me dijo:

—Siempre fuiste ti quien insistió en esto de la fidelidad total y todo ese rollo...— Quedé de piedra. En el fondo tenía razón, y no paré siquiera en pensar en potenciales ramificaciones. El caso es que, tras ella decir “dejemos eso atrás y no pasa nada” o algo al efecto, yo añadí que creía que no podría volver a Monterey y no verla.

— ¡Pues entonces se acabó!—

Me fui confuso, triste como quien ha perdido casi todo lo que le quedaba de esta vida. Sensación que me ha acompañado con harta frecuencia.

Pero ahora tenía carta blanca con la que llamaré la “italiana de Filadelfia” o “Dina”

Esta norteamericana con raíces italianas era un caso aparte de entusiasmo a flor piel. Me habló de su sueño de ver Ibiza, e Italia, su tierra materna. Le contesté que yo había pasado varias temporadas en Ibiza y que eso no sería ningún problema (llevarla ahí), que Italia ya veríamos pero que también la conocía bien, lo cual era cierto, como París, etc., ella estaba boquiabierta,

admirada, y otra cosa que le elevó el alma al cielo fue cuando le puse música barroca. El Canon, Mangas verdes, y en especial el Adagio de Albinoni, la transportaron a los espacios etéreos. No creía posible lo que le estaba yo ofreciendo. Creo que me puso en un pedestal.

Me enfrentaba a una verdadera dicotomía: tratar de recuperar mi familia, o seguir con mi nueva novia. No hice ni uno ni lo otro: tomé el camino del medio.

Me encaminé por la carretera a la preciosa villa de San Juan Bautista, en la torre de cuya Misión se grabó la famosa escena de *Vértigo*, de Hitchcock, y me puse a beber como un maldito condenado. Volví como pude a Monterey y me encerré en mi habitación con muchas botellas de vodka, saliendo a ratos a sentarme en el banco ante el estanque de patos cercano. Por fin fui enfermando y sufriendo los excesos, tenía botellas vacías debajo del colchón y por los rincones a man salva, y pedí a mi cuñado que me llevara al hospital, que a la sazón era la del Condado, en Salinas, donde, hechos los mil trámites me dieron atención médica por un par de días, tras los cuales me vinieron a recoger de Sun Street Center, un centro para alcohólicos.

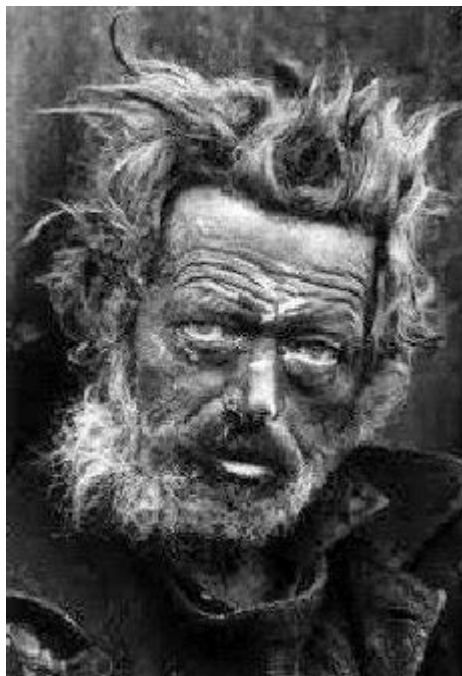
Aún estuve enfermo por 4 días más, paseando como un tigre enjaulado todo el pasillo del centro y durmiendo en el cuarto de recuperación. ¡Tanta cantidad había ingerido! Creo que al quinto día empecé a comer algo.

Os ahorraré la detallada descripción y mis experiencias en dicho centro, realmente salvavidas el lugar, pues lo tengo por escrito *in extenso* en otra novela sin publicar, llamada *Lejos*, la cual necesita amplios retoques, y no sé si al final verá la luz. Trata de estos 18 meses intensos de mi existencia.

Lo que diré es que mi esposa me mandó los papeles pidiendo el divorcio, al que accedí y se realizó *in absentia* mía, pues yo iba a permanecer ocho meses en el centro, mientras que la italianita me vino a visitar asiduamente.

Sun Street Center es un complejo que no ayuda tan sólo a los de dentro sino también ofrece de continuo diversas prestaciones de ayuda a las masas desamparadas, del exterior, pues era fama que disfrutábamos de buenos e importantes patrocinadores del Condado. Existía la contrapartida femenina de esta institución en algún lado de centro de Salina. Lo poco que supe de ellas fue en las reuniones de A.A.

Así que nos mandaban mucha ropa, la cual mayormente llevábamos al salóncomedor cercano de los *Street people*. ¡Qué pandilla, qué escenas de inhumanidad se veían ahí a diario!



Dábamos las dos fiestas de Navidad y Domingo de Pascua, en que yo hice de Papá Noel y del Conejito de Pascuas (uff qué calorinas), ya re partiendo regalos ya con la búsqueda de huevos de colores, y esto, cómo no, alegraba las alma de los pequeños —mayormente negritos e hispanos— de la zona. Como yo era de los poquísimos que aún poseía una licencia de conducir, intachable por demás, extrañamente, me pusieron de conductor del microbús. Llevábamos las vituallas y vestimenta al centro junto a la Misión, yo siempre abría la puerta lateral para que se subieran los pocos que desearan ganar unos dólares trabajando en el hospital, luego me llegaba a la cárcel si había que recoger a los presos asignados a cumplir el resto de su condena en el centro de recuperación. En verdad yo era el único, o casi, que había entrado por voluntad propia en el centro y no por delitos diversos y/o conducir 3 veces bajo la influencia. Era también el único con estudios superiores, y no pasó mucho tiempo en que me nombraran presidente de residentes. También impartía alguna de las clases como coordinador, pizarrón y todo. Incluso sustituí al médico —asimismo alcohólico— en sus clases de los viernes, pues empezó a faltar con frecuencia y yo ya me sabía de carrerilla su discurso. Ese doctor había ametrallado su casa una vez. No es que se haya recuperado nadie por miedo a las (gravísimas) consecuencias de la ingesta, o del tabaquismo, que yo sepa.

Me cobraron mucho respeto... ¡Ay si supieran! En el centro era el modelo ideal del hombre en recuperación

Un par de compañeros residentes me pidieron el coche para ir “a buscar trabajo”, se cargaron de cervezas y a rondar a la busca de chicas. Me hicieron añicos el Pontiac plateado. A la vuelta de la esquina vivían estos tipos estafalarios típicos USA que siempre están arreglando coches, y me vendieron un Ford matador rojo. Carecía de todos los lujos como radio y eso, pero me salió bueno. Precio: \$100.

He visto que Sun Street Center se ha diversificado en estos últimos 35 años y veo ya 6 en el mapa de la zona. ¡Bien por ellos! Y que luego no digan que el trabajo bien hecho no da su fruto.

Otro quehacer maravilloso que hacíamos era ir con el microbús a otro hospital distinto, recoger la comida, cuidadosamente organizadas, para 22 o 23 pacientes pobres y ancianos y



llevárselas a su casa. Otras organizaciones se encargarían de otros tantos desvalidos.

Guardo muy buenos recuerdos del lugar, al que más adelante me vi forzado a acudir de nuevo, como averiguarán más adelante. No os imagináis lo reconfortante que es el simple hecho de saber que no tienes necesariamente que acabar ‘totalmente solo’... que quedan sitios que te acogerán, como si tuvieras una segunda casa en caso de emergencia. Fue un alivio inmenso que me siguió de aquí en adelante.

Andaría el año 1988 y me enteré de que mi padre había muerto, que lo encontraron tras dos semanas de estar tirado, sin vida, en el suelo de su vivienda.

Mi chica y yo recogimos todo el dinero que pudimos entrambos—ella era viuda de un militar y cobraba un estipendio, aparte de lo que ingresaba de su trabajo. A mí me quedaba el dinero del seguro de desempleo, que había ahorrado casi íntegramente y un poco de una cuenta corriente. Ade más, hice una “venta pública” de mi pocos bienes: cuadros, microondas, y qué sé yo.

El plan era ir a España a visitar sus lugares soñados, para luego reunirnos en Lake Tahoe, un precioso paraje entre California y Nevada, arriba en las montañas, y buscaríamos ambos trabajo. Le pedí que mientras yo me adelantaba y cogía pasaje de ida y vuelta algo más prologando, ella mientras dejaría sus bienes en almacenaje, y subiera a alqui una cabaña y hallar trabajo. Así, pues, se hizo.





## Capítulo 13: Del sol a la sombra

Yo ya había hecho varias idas a Granada y a Almería. Estoy convencido de que lo había hecho como dice Proust: A la búsqueda del pasado, tras el ‘tiempo si no perdido, al menos transcurrido’ Pero mi Granada ya no existía: busqué y busqué... ni mis amigos, ni mis lugares queridos, ¡nada! ¡Todo desaparecido! Yo me desconsolaba y buscaba cualquier método imaginable de tratar — fútilmente— de adaptarme a la realidad. Mas no pude; no pude en años. Amargos, desabridos, desalentadores años. Me escondí en El Quijote y en qué sé yo más.

Se dice que las fases del duelo, el dolor por la pérdida de algo querido, pasa por fases: 1º y tras del shock, sobreviene el rechazo (negarlo), 2º rabia, ¡y vaya que duele esta fase! 3º negociación... buscar un compromiso con los que ves y lo que querías ver; o sea un acomodo acompañado por dolor, y finalmente 4º aceptación. Quisiera aquí lanzar mi último duelo: ¡Ay de mi Granada!

Mi rechazo a aceptar la realidad me duró al menos 5 años, pues seguí volviendo, sólo para cabrearme más y más, la “negociación” me resultó algo como menos extraño: la realidad que constituía mi entorno como una fase necesaria, pero supongo que fui acomodándome a esa desagradable realidad ¡qué remedio me quedaba! La plena aceptación no vino hasta que opté por la sobriedad.

Le dije a mi madre que pronto llegaría esta italiana novia mía, y que si hubiese alguna pequeña cantidad que me tocara de herencia íbamos a hacer un viajecito. Me afirmó que sí me tocaban unos 120 mil pts. Eso sería de no poca ayuda.

Yo en mi primer tramo gasté algo de más, lo que no sentó nada bien a Dina, especialmente sabiendo en qué me lo había gastado.

Dina efectivamente estaba en España conmigo: yo tenía que hacer todo lo humanamente posible para que su estancia fuera lo más entrañable que posible, y me mortificaba pensar que por mi culpa ella se pudiera perder alguna parte de esta oportunidad única en su vida.

Dos días después, el 9 de mayo, era mi cumpleaños, que celebramos en familia y que fue una especie de bendito bautismo que borrara mis peca dos anteriores. No bebía nada yo y teníamos mil cosas que ver.

Yo fui enseñando la ciudad poco a poco a mi compañera, explicando interminablemente todo lo que sabía y sentía respecto a los monumentos. Ella se quedaba transportada a otros mundos de fantasía. Nunca he tenido un oído mejor que el suyo en mis labores de cicerone. En ninguna parte del mundo, a ninguna edad. Tengo que admitir con algo como de vergüenza que ella realmente admiraba mi erudición, y que yo me ponía ancho como un elefante. En la Alhambra estuvimos tres mañanas seguidas enteras viendo mil momentos de la historia del edificio. Por la noche leíamos juntos los Cuentos de la Alhambra, de Washington Irving, para volver a esos jardines y hundirnos nosotros mismos en los misterios de antaño. ¡Qué hermosa Dina, con sus rizados cabellos rojos al aire, su son risa de auténtica felicidad, su camiseta escotada carnes ya doradas del sol y vaqueros blancos. Dina encontraba un cerrado círculo de árboles, se metía dentro, tiraba de mí y, haciéndome cómplice, se ponía a bailar de la forma más erótica imaginable una exótica danza oriental. Y me abrazaba.

Pronto le dije que era hora de que fuera conociendo algo de Andalucía aparte de Granada, y que no sería mala idea comenzar por un chapuzón en el mar Mediterráneo. Le entusiasmó la idea.

Así que de primer bocado la llevé a un camping en una cala playera del Mediterráneo, llamado “la Garrofa”, con tienda de campaña. ¡Puro éxtasis fue aquello para Dina! ¡Qué mañanas! ¡Qué noches! Nos reuníamos un grupito internacional y acabábamos chamuyando todas las lenguas...

y casi entendiéndonos, cosa de no poco asombro.

Luego fue Córdoba y Sevilla, donde disfruté de un espectáculo flamenco. ¡Qué gringa tan típica que era! por fin: a la gran empresa: Ibiza

Llegamos a Alicante para coger el ferry haciendo autostop, cual chiquillos, cargados de bártulos, pues era la auténtica manera de realmente viajar y conocer el país y a la gente.

Una vez allí fuimos directamente a Santa Eulalia, pues en Ibiza capital no había ningún camping. Tuvimos una suerte espectacular, encaramados sobre unas rocas desde la que se divisaba una infinitud de mar azul, y a nuestra derecha un camino descendiente a una amplia playa en que más de la mitad tomaba el sol o se lanzaban a la cálida agua semidesnudos; ella se negaba a hacer eso... hasta que me dio la sorpresita, metida en el agua. Haciéndome correr raudo a zambullirme y atraparla. Yo al anochechar cocinaba acaso una paella (pues hasta una paellera llevaba yo metida en mi enorme macuto. Nos llegamos a San Antón y yo, canalla, la dejé en el camping, me fui al pueblo, y volví hecho una cuba. Se acabaron las alegrías ibicencas.



Con respecto al resto del viaje, os diré que sí que llegamos a Italia, aunque no pasamos de la Riviera italiana y todo fue de desastre en desastre. Recuerdo un detalle que me quedó grabado a la vuelta: mi hermano, en Playa de Aro, lo encontramos “rezándole al retrete”; al parecer tenía sus correrías de beber sin parar como yo. Continuamos la pareja hasta tornar a Granada.

Así, José, el novio de mi madre, ella, y yo acompañamos a Dina al aeropuerto de Málaga para despedirla a los EE.UU. Lo que más le dolió a mi madre es que Dina tuviera que perderse su boda, que se celebraría el día 25 de agosto.

Ahora Dina tenía que emprender una nueva aventura, la de subir al norte de California, al lago Tahoe. Me miró fijamente. Nuevamente me decía: Te espero. Y te espero entero. Pero también sus ojos reflejaban los destellos del sol sobre las olas del Saler, de Es Caná, de Ventimiglia, y de Almería. Su cuerpo, pegado al mío, todavía traía a mi mente las flores de los jardines de la Alhambra, y temblándole tenuemente los labios me dijo "hasta pronto".

Me quedé solo, me quedé triste. ¡Qué vacía estaba Granada sin Dina!

Empecé una relectura del Quijote, en una hermosísima edición en dos volúmenes que me prestó José. En estos momentos no tenía ganas sino de que las aventuras las corriera el señor Quijano por mí, que mi horno no estaba en esos momentos para bollos. La despensa pecuniaria, por otro lado, restaba también vacía. Además, tenía que comportarme, qué caramba. Una de las

primeras cosas que me puse a hacer fue escribir a Dina, una larga y des consolada carta. ¿Pero a dónde la iba a mandar?

Vino por fin el gran día: mi madre y José se casaban. Fue una magnífica ceremonia, y después una celebración de aúpa. Fuimos en un montón de coches a una afamada venta a la salida de Granada, camino de Huétor Vega, creo, que tenía un ruedo y donde se presentó al público asistente una elegante exhibición hípica: el más hermoso baile del caballo andaluz. Pobre Dina, lo que te estás perdiendo, no cesaba yo de repetirme. El champán y los buenos vinos finos y riojas no cesaban de correr, y ya un baile con participación masiva. La pareja feliz se fue a Grecia, de luna de miel. Me dejaron el frigorífico lleno, y muchos embutidos y rollos, y cinco mil pesetas. Solo en la casa, pues ya mi hermana se marchaba también.

Los cinco billetes se fueron antes de que cantara el gallo, no sin antes haberme hecho amigo de un austríaco que estaba en Granada estudiando castellano. Aprovechando que yo tenía una tarjeta de investigación para entrar gratis en la Alhambra con ayudante, so pretexto de estar haciendo trabajos para una nunca acabada tesis doctoral, a Dietrich, el austríaco, le vino muy bien tirarse una mañana o dos deambulando por ese recinto, con un par de cervezas cada uno bebidas en los jardines junto al quiosco, y pasarnos cuatro o cinco horas al día por ahí de bares, siempre, ya, pagando él. Un día pasé a preguntar por él a su residencia y me dijeron que no estaba disponible, y que no volviera.

Maldito sea, yo solo en Granada, ninguna amistad que me ayudara y ningún bar que me diera crédito. Si hay algo que me ha aterrado siempre en esta vida, lo peor, era precisamente esto. Sin dinero ni para tabaco, hecho polvo y ansiando beber más que nunca en mi vida. La soledad no hacía más que incrementar mi ansia de alcohol. El Quijote quedó arrumbado en el rincón. No estaba yo para lecturas.

Horas más tarde, paseando como un zombi por Granada, vi en un portal a un pedigüeño durmiendo sobre cartones. No sé a ciencia cierta por qué, si fue por lástima o por algún instinto de conservación, vi que estaba despierto todavía y le ofrecí mi casa. Diré más bien la casa de mi madre. Era lo único que tenía y ni siquiera era mío. Aceptó y llegamos hasta la calle Arabial, el pobre lleno de dudas de a dónde lo llevaba.

Me pasé una semana entre los mendigos. Había otro chico allí, de Alicante creo, que era muy tímido. Este chaval joven y yo nos pegamos al experto en pedir dinero a la gente, un tal "Toni", que era precisamente a quien yo había ofrecido la casa. Comprábamos una mezcla de tintorro y vino dulce. Por mí estupendo, significaba mayor graduación.

Mi potra se acabó de golpe. Me lo hizo ver claro, que yo no servía ni para pedir dinero, y que él no iba a "trabajar" para todo el mundo que se le arrimara al hombro. Total, que me echó. Yo me fui lo más dignamente que pude. Esas fueron las dos semanas más ignominiosas, de mi vida.

Metidos ya en septiembre, llegaron los casa dos y se procedió en seguida a la mudanza, la cual tenían planeado de antemano. Mi madre se alegró sobremanera de que estuviera yo totalmente dispuesto a ayudar con las mudanzas, ¡cómo no, con muchísimo gusto!

Otra fuente de alegría y de equilibrio para mí fue que un antiguo amigo mío de antaño había reabierto El Aljibe, que tenía horario vespertino, muy vespertino, y me servían cerveza gratis.

—Cerveza y vino, toda la que quieras, pero bebidas fuertes nanay. — Pero luego me dejaba tomar unos cubatas (2 de ron por 1 cola).

En recompensa por mis ayudas con la mudanza, y acaso para librarse de mí por un rato, Mi madre me dio 15 mil ptas. para que fuera a pasarlo a Almería, antes de mi partida a América.

Me apeé en la calle Granada y entré en el Ricaveral, y de ahí a la Ferroviaria, dos magníficos ejemplares de lo que yo tenía por bares baratos y perfectos.

A la mañana siguiente desperté bajo el puente de las Almadravillas o de las 'Maravillas', en la

playa. Desperté justo a tiempo de que el quiosco de Pepe abriera, y pedí barrechas mientras la cafetera se calentara para los carajillos. Para las 6 de la tarde ya estaba plantado ante el quisco del gitano Antonio tirando a la Plaza de Toros, ahí seguro que vería a un viejo amigo —ya difunto, por culpa del alcohol, seguro— y ¡cuántos de aquellos que conocí en mi juventud habrán ya sucumbido al alcohol o el tabaquismo y yacen enterrados!

Pasaron los días y mis huesos y todo el cuerpo ya me dolían horrores: cada mañana despertaba un poquito más enfermo. Antonio el gitano y mi amigo lo fueron notando.

—Oye muchacho, si no te cuidas un poco vas a acabar mal.

—Sí, ya me estoy dando cuenta.

—Un sábado, ante el mostrador del quiosco de Antonio, se lo dije:

—Me voy a buscar un hospital, esto no puede seguir.

Me llegué a trancas y barrancas al Hospital Clínico, junto al puerto “Este no es el hospital que te toca” dijeron, viendo mi cartilla. Te tienes que llegar hasta el Torrecárdenas, en la otra punta de Almería, cerca del cementerio. Pues hala... qué remedio. Llegado allí, en Urgencias, me dicen que no nanay. Aviados vamos.

—Pues yo estoy muy mal necesito atención médica. Se sugirió el manicomio de San José.

—Lo que sea, pero llévenme, por favor.

Así que una ambulancia me llevó al susodicho centro psiquiátrico, dudosamente mecedor de este apelativo, y ya, ante el director:

—Nosotros no atendemos casos de drogodependencia y adicciones —pero se le que deseaba ayudar— ¿No tiene otros síntomas? ¿Depresión?



—Deprimido sí que estoy, y mucho.

Me encerraron en un cuarto con una camilla de mala muerte, y bajo llave por dos días. Acaso algún tranquilizante, no lo sé. ¡Peor que la cárcel!

Al tercer día me abrieron la puerta y autorizaron a dar unas vueltas por los pasillos. Aún no po día yo digerir nada.

¡Qué espanto lo que fui viendo! Hombres en cadenados a la pared, mujeres hablando solas o con ataques de histeria sin venir a cuento... otras que nunca hablan, sólo hacían algún extraño gesto; hombres de mirada ya perdida, ya dislocados.

Poco a poco me fui acomodando, pedía cigarrillos y empecé a comer, además de ingerir tres diferentes pastillas.

Había una pequeña biblioteca del que saqué un libro de poemas, un extracto de *Hojas de hierba*, de Walt Whitman, el cual poco a poco me fue trans portando a mundos nuevos y

extraños, libro con el que me sentaba entre las flores —en el jardín central era donde pasaba gran parte del tiempo— y les encontraba nuevos significados a éstos. Tenía además montes y mares y ciudades americanas en que recrear la imaginación.

Le escribí, inspirado por el poeta, una carta a Dina en que le decía que me encontraba muy bien y que la quería mucho, pues ya tenía la dirección; incluso traduje un poema de amor de Whitman al

inglés, que se aplicaba de alguna manera a nuestra circunstancia de ausencias. Dije que escribía rodeado de árboles y flores, pero no mencioné los muros. Naturalmente no puse remite, le dije que donde me encontraba no me podía alcanzar el correo y que de todas formas pronto estaríamos uno en los brazos del otro de nuevo.

Hubo un certamen de dibujo y pintura al que me presenté y como no era de extrañar, me llevé el primer premio. Una enfermera me pidió que le hiciera un retrato—yo había hecho muchos en la Costa Brava y las Baleares— y a partir de ahí me hice el dueño del lugar, como quien dice. Todos querían su retrato; yo no cobraban nada sino la voluntad, si podían. Pronto estaba con mucho más dinero en el bolsillo del que entré.

Pero decidí que era este sitio el perfecto para dejar pasar el tiempo hasta que se acercara la hora de volver a los Estados Unidos, y sin lugar a dudas el más seguro para mí. Después de todo, “pocos son los llamados”.

Finalmente pedí el alta del manicomio y, tras beber lo justo y necesario, retorné a Granada.

La última semana y media en la ciudad de la Alhambra fue apacible. Cogí mi Quijote y me fui cada día, con cien pesetas para un litro de cerveza, donación de mi madre, y leí como un condenado, sin parar, todo el día y buena parte de la noche.

En el aeropuerto, en cuanto pasé a la zona internacional, me compré, como tengo costumbre arraigada de hacer, una botella de brandy o cognac de calidad, para disfrutar del viaje a mis anchas.

Llegué a San Francisco, entre dos luces, como dicen, o ‘ajumao’, y mi macuto, para colmo, me lo habían perdido, con \$200 que llevaba. Tomo el autobús Greyhound para Tahoe City, Lake Tahoe, en la cara norte del lago. Andaba por principios de octubre y estaba ya todo encapotado de nieve, de una belleza cautivadora, aunque hubiera llegado casi al anochecer.

¡Ay! En cuanto vio Dina cómo llegaba yo... ¡menudo berrinche!

Me subió a la cabaña y tras un rapapolvos de los gordos me metió en un cuarto desvalido de todo mueble, junto a la puerta de entrada, con una manta, y si te he visto no me acuerdo. Esto de quedar abandonado en espacios cerrados parecía que iba convirtiéndose en mi destino.

Al amanecer me quedé allí, donde me habían puesto. No tenía más derechos que un perro, y como tal estaba siendo tratado. ¿Pero quién se mueve, eh? Otro par de horas y serán horas normales, horas cristianas.

Serían las siete de la mañana cuando no pude más. Busqué por toda la zona de la cocina y la sala algo de beber. Nada. En el cuarto de baño probé un poco de colonia... ¡uájjj! Me bebí el frasquito de esencia de vainilla. Tomé dos tragos de vinagre. Me moría. Salí temblando sigilosamente a pasear, a tomar aire fresco, a moverme. Mover los músculos, las piernas, la cabeza, ver mis alrededores, pensar, o mejor: no pensar. Para las ocho y media alguna vecina fisgona ya me estaba contemplando en mi enésima vuelta por la misma calle. Si al menos hubiera tenido unos dólares para bajar al pueblo y comprar algo que ingerir. Me estaba poniendo malo por instantes. Para las nueve ya estaba decididamente enfermo, sintiendo ganas de morir y acabar con todo este maldito sufrimiento, para mí y para Dina. Encogido como un guiñapo, casi cayendo de rodillas, desperté a Dina (si es que dor

No, tú no te vas a ningún lado. Siempre coges la actitud más cobarde ante los problemas. Tú

nos has metido en este lío y tú vas cumplir tu parte. Tú te quedas. Me mandas aquí, sola, a buscar trabajo y un lugar para vivir por mi cuenta, sin ayuda... No sabes los follones que he tenido que pasar para que pusieron un suero con los necesarios tranquilizantes. Dina tuvo que pagar mil dólares. A las dos horas y pico estábamos de vuelta en casa y discutiendo nuestro porvenir. Dina no quería vivir con un borracho. No podía aguantar más esta forma de vida.

—Bien, pues me voy a un programa en Reno (la urbe más próxima) y ya me buscaré la forma de sobrevivir. Cuando llegue mi macuto te pago los gastos de llevarme allí. Es verdad que tú no tienes por qué soportarme.

—¿Pero tú tienes intención, sincera intención, de parar de una vez por todas de beber?

—Sí. Desde luego, y no sólo eso, sino también de buscarme un trabajo y compartir la casa, su alquiler, y si acaso, unirme a ti. Sé que puedo. Pero venga, llévame a Reno y dejémonos de discusiones, que no estoy yo para discusiones. Es lo que debes de hacer; lo mejor para mí, y lo mejor para ti.

No, tú no te vas a ningún lado. Siempre coges la actitud más cobarde ante los problemas. Tú nos has metido en este lío y tú vas cumplir tu parte. Tú te quedas. Me mandas aquí, sola, a buscar trabajo y un lugar para vivir por mi cuenta, sin ayuda... No sabes los follones que he tenido que pasar para que por fin consiguiera esto, y tú tan tranquilo en España emborrachándote, hala, a tus anchas, mientras yo apencaba. ¡No amigo, tú no te vas hasta que me hayas resarcido mínimamente en lo que yo he pasado!

A la noche al cuarto de la manta. Pero ya me encontraba mejor. Y pensaba en ella, arriba. ¿Qué llevaría puesto? ¿En qué estará pensando? ¿Dónde irá a parar todo esto... tendrá solución? Mi enemiga no era mi enemiga, sólo quería lo mejor para mí, aunque me tuviera aquí en el suelo como un perro. Me dormí.

No sé qué hora sería un toque en el hombro me despertó. Dina, en su bata, me invitaba a que subiera a la cama. Pronto, con mil sentimientos mezclados, yo estaba abrazado a ella. Creo que estaba medio perdonado.

Dina me llevó de tiendas y me compró algunas ropas para resistir las temperaturas y para poder mudarme. Me sentía yo como el mendigo de las películas, o como Gary Cooper en el papel de Don Nadie, pero sin ser Gary Cooper. No sé si conocéis ese sentimiento, cuando uno no puede ni mantener la cabeza recta, que sólo puedes mirar al suelo. ¡Y que no te toquen, que te rompes, estallas en mil pedazos!

En Lake Tahoe no es fácil hacer que funcionen las cosas como uno desearía. Por ejemplo, no hay carteros: todo el mundo tiene su buzón en la misma oficina de correos. Para recuperar el bulto tuvimos que llamar a San Francisco, a South Lake Tahoe (a setenta kilómetros de donde estábamos) y yo qué sé adónde más. Pero aleluya, por fin nos dijeron que estaba el bulto en South Lake Tahoe, y que me presentara con mi documentación. Como mi cabeza ya estaba bastante despejada conduje el coche de Dina y allí estaba. Rápidamente busqué el libro donde puse mi dinero y estaba, todo intacto. Tenía ahora además más ropa que ponerme, aun que cuando tuviera trabajo sabía que tendría que comprar más, sobre todo unas buenas botas. Habían pasado seis días desde que descendí del autocar.



Tocaba buscar trabajo. Dio la casualidad que, dando una vuelta al fondo del camino que subía hasta el final, donde terminaba de golpe, me adentré por entre los árboles y di con una senda despejada, perpendicular a mí en descenso, que adiviné ser una ruta de esquí de campo a través o *cross country* como lo llaman. ¡Horrible deporte! Me dije. Atravesé la senda, y tras un rimerero de árboles vi mi futuro: una pequeña ladera de esquí particular, con su ‘subida’ a bese de asas de caucho para subir o bien con los esquíes o dando zancadas. Al otro lado, una zona vallada con plástico para que los niños se divierta en la nieve con sus trineos ytal.

Enfrente estaba el edificio principal alrededor del cual se esparcían cabañas para albergar huéspedes.

—Ahí voy a trabajar.



Ahí nos llegamos, pasé con colores; la entre vista para recepción con mis 4 lenguas y PhD — la única pega que me puso la directora de recepción es que “estaba sobrecualificado y acabaría aburriéndome”— a lo que le tranquilicé asegurando que no sería así. El lugar era un centro para

conferencias y simposios internacionales. Su Nombre: Granlibakken.

Cuatro maravillosos meses transcurrieron en paz y armonía, y yo disfrutaba del trabajo más que a un tonto una pelota, además de los mucho que aprendí sobre bases de datos para hacer reserva. trabajo con mis botas ladeadas a largas zancadas POOM POOM POOM, cayendo rodando al que otro trecho. Luego me agarraba al ‘teleférico’ manual y arriba a casa.

En la cabaña era el encargado de partir con el hacha los troncos de madera de almendro, y de mantener viva la estufa, central, que tenía un tubo que ascendía al piso de arriba, el del dormitorio, y todos calentitos. Un problema era que alguien —mi menda— tenía que levantarse corriendo helado a reavivar las ascuas y rehacer la hoguera, para que después pudiéramos levantarnos sintiéndonos hu manos.

Ella cocinaba pasta, que yo gozaba a matar. La manía más curiosa que le encontré era cuando yo preparaba la lechuga para la ensalada, pues dis ponía de un cacharro centrifugador al que se le daba dale y dale a la manivela hasta que toda partícula que pudiera quedar de agua en las hojas desa parecían. ¡Y ay de mí si no lo hacía a su gusto!

Nos visitaron mis hijos. ¡Qué alegría!

Eventualmente pasó lo que tenía que pasar. Como yo cobraba cada 2 semanas, se suponía que debía contribuir mi porción del alquiler y lo demás. Pero desgraciado de mí Nevada estaba a tres pasos de ahí—que mi retorcida mente sin duda ya había incluido en los cálculos desde el principio, y como fue aficionado, al jugo de azar, si no ya ludópata, caría tener un ‘método infalible’ con la ruleta, basado en principios físicos y gravitacionales. Estaba loco además por ver el refulgir de las luces y el exótico lujo de los casinos.

Al principio fui muy cauto, perdiendo (o incluso ganando) muy poco mis dos o tres visitas iniciales. Pero a todo marrano le llega su San Miguel, como dicen, y acabé perdiéndolo casi todo.

Confrontando la situación con Dina, me dijo que me largara hasta recobrar la sensatez o lo que fura que tuviera que recobrar—sobre todo en lo de beber, pues eso los servían a mansalva y gratis con el juego—a ocupar una de las estancias para empleados el centro de trabajo.

Aceptaron cuando les dije sentirme muy mal, si bien mirándome de reojo. Mas al tercer día de una conferencia me cogió el dueño de la compañía con las manos en la masa: me estaba llenando una cerveza de la manija dispensadora. Sin excusas ya, le admití que padecía de alcoholismo, que me iría enseguida de ahí. Él me dio el cheque de despedida, que pedí me hicieran en efectivo ellos, y llegué a trechos en autostop, otros en autocar a Salinas.

Curiosamente, este centro de recuperación, a diferencia de prácticamente todas las demás sólote admitirá cuando pases por su portalón si estás intoxicado —al menos era así entonces— así pues me metí en el bar más cercano y procedí a m cumplir mi obligación para aspirante al centro Sun Street. Otra vez se repitió la misma historia, pero a un ritmo más acelerado, pues ahora el énfasis en el centro es que los residentes encontráramos trabajo lo antes posible. Pero yo volví a repetir mi subida meteórica a presidente de residentes, a dar clases, y llevar la camioneta.





## Comidas sobre ruedas

Un buen día hicimos una excursioncita de reunión A.A. y picnic a Big Sur, ¡bendita sea esa casualidad! Si le sumas los 18 km. A Monterey y añades unas 40 hacia el sur, yendo por la curvilínea carretera 1 al fondo del cual se ve el espumeante Pacífico. Por cierto aquí se han rodado muchas de esas películas de conducción en situaciones harto precarias. Llegas a Big Sur, CA. Cuyo único punto de referencia para el despistado es el puntito en el mapa que determina la Oficina Postal (también tienda).

Se ofrecía una reunión mensual en un lugar llamado ‘The Grange’, que tenía una pequeña construcción de madera para días de lluvia y un lindísimo exterior, donde nos colocábamos en círculo y celebrábamos al reunión. Un poco abajo, descendiendo por la verde y florida pendiente, hallábase un rumoroso río. El Edén.

Indagué sobre el lugar y entorno y averigüé que había un Parque natural Estatal llamado *Pfeiffer Big Sur State Park*, dentro de cual se ubicaba un retiro turístico de verano —de todo el año más bien— pues el clima de allá es casi uniformemente fresco, con bruma matinal. Bueno, algo más fresco en el invierno. Pregunté por teléfono y di algunas referencias más algo de mi historial. El director y dueño, que llevaba a su vez recepción, me afirmó que decididamente sí tenían un puesto para mí. El único impedimento acaso fuera un dormitorio libre, a lo que contesté: ¡No se preocupe, con una manta me sabré buscar un lugar resguardado!

Me despedí de Sun Street, ya casi sin pertenencias, y llegué a mi nuevo hogar. Final mente resultó que iba a tener cama, justo en cuarto de otro congénere mío de Sun Street.

El lugar, al hallarse dentro de un parque estatal, tenía que regirse por sus normas, las cuales dictaban los State Rangers. Éstas tenían que ver más con comportamiento, educación, conservación del medio ambiente, etc. El edificio consistía en: Una tiendecita, a la derecha la salida exterior de la cocina y almacén. A la vuelta del edificio alargado estaba recepción. Entre nuestras oficinas y el restaurante —bien grande y exquisito, por cierto— estaba la tienda de suvenires.

Lo prodigioso, sin embargo no era el edificio, sino las hectáreas alrededor, surcada por un riachuelo que pasaba a vera del restaurante.

Saliendo del edificio central, lo primero que uno podría preguntarse es ¿pero dónde se alojan los turistas? Sencillamente, subiendo una cuesta en ‘ese’ al que se accedía al complejo de cabañitas con su piscina en el centro. 52 en total, según creo recordar, ya fuera para parejas familiares, o individuales. Este curioso fenómeno de la invisibilidad de las haciendas se da en todo Big Sur, pues no puedes construir nada que pueda verse desde la carretera.

Volvamos al parque. Adentrándonos llegamos a una bifurcación con un macizo tronco cortado de secoya, boquete ennegrecido incluido ante nuestros ojos. Al a izquierda seguía una senda al margen izquierdo del río, que estaba poblado mayormente de olmos, encinas y laureles. Por todo

el parque se podía divisar algún que otro ciervo, si tenías suerte, pero lo más abundante en cuanto a fauna eran las ardilla de cola gris y el *Big Sur Stellar Jay*, en castellano llaman Chara Crestada, un pajaraco azul parecido a la abubilla y más descarado aún que las ardillas: es imposible ponerse a comer en un banco sin que estas dos criaturas te vengan a dar la lata. Sin olvidar los búhos y los pájaros carpinteros.

Pero es al otro lado, a la derecha donde nos aguarda la mayor sorpresa del mundo: atravesando el puente de madera sobre el riachuelo. Surcado de piedras blancas y grises llegas a la zona de acampado. Aquí has de escoger entre tres clases de zonas arborícolas: lo robledos y hayas cerca de la carretera, pendiente arriba y sin duda lo más aislado, Encinas, al fondo, lo más apto para chiquillos y familias pues disfrutas de la mejores instalaciones de lavabos y limpieza, y lo mejorcito: justo pegando al río, una enorme zona se secoya de la variedad '*sempervirens*' las cuales pueden con facilidad sobrevivir los 4,000 años. Son más altas que sus parientes de las sierras interiores, la secoya '*gigantea*', que es la que solemos ver en fotos con 40 personas abrazándolo o con un túnel y auto debajo.

Mis niños tuvieron de la fortuna de ver los árboles grandotes en Mariposa Grave, montados en un trencillo, acampar conmigo aquí en Big Sur, visitarnos en las nieves de Lake Tahoe... por gracia mi esposa primera no me guardó rencor, especialmente, cuando me deshice de la "italiana" y no deseaba por nada del mundo que los tenues lazos que me unía a mi progenie se quebraran. Ahora, gracias a Internet y a pesar de estar a miles de km. De distancia, los lazos son más fuertes que nunca, aunque bien es verdad que no son niños, mis adorados niños, ya.

Me dediqué a pintar. Tres o cuatro períodos he tenido en mi vida en llevar a cabo esta práctica: entro los 1222 años (todos perdidos menos uno), mis retratos al lápiz 3B y 4B durante mi vida "hippy", Mis años en Barcelona, en que me subía al Montjuich; Nuestra estancia en Berkeley (muy breve) y en especial durante los años que vivimos en el Albaicín. Recuerdo, pensando en las boscosas soledades del lugar, que me venían no pocos turistas a recepción y preguntaban ¿Qué se puede hacer aquí? Y yo para mis adentros me decía: Pero so chalo, ¿para qué has venido? Pero les dada con todos un recorrido oral de las potencialidades del sitio: trekking, fotografía, bajar al bravío y precioso océano... y disfrutar de las delicias de los restaurantes. Y si querían abrazar un árbol, pues adelante (eso no se lo decía; no estaba de moda como hoy en día).

Sumados a los tres meses de sobriedad dos más en este mi nuevo y precioso sitio, di en conocer a una mujer, desde luego hermosa, de eso no cabe la menor duda, pero nos acercó en especial toda una larguísima serie de rasgos comunes de cultura, aficiones, gustos en cuanto a la lectura y el arte y una visión de la vida tan singular y parecida a la mía que me dejó patidifuso. Naturalmente no era alcohólica ni bipolar. Su nombre era y es Har ley.

A los pocos días me mudé s su aposento, cosa que nadie había hecho desde que ella llegó. De hecho no recibía más visitas que las de su hija.

Pronto, como era de esperar, empecé a beber —como lo hiciera el otro del centro— tan canalla e insidioso es este mal Él acabó perdiendo el tra bajo, que era de cuidar del mantenimiento de las viviendas.

Eventualmente a mí también me llegó, o casi llegó el turno: le dijeron a mi novia que si no era por ella y sus inmejorables servicios ya se habrían deshecho de mí.

Terminó nuestra vida en Big Sur y en los Estados Unidos con una boda por todo lo alto.

A España nos íbamos. Yo sería profesor de inglés. Acaso ella eventualmente querría hacerlo también.

## Capítulo 14: Adiós país loco

Antes de lanzarnos al Nuevo Mundo ya tenía yo el miedo de que “este país nos destrozaría el matrimonio”. No tenía idea del cómo ni del cuándo; ni era una certeza. Pero sólo había que fijarse en las estadísticas. En USA un hombre y una mujer no funden dos medias naranjas, si usamos el dicho clásico, para formar una entera. Se casan quedando dos naranjas enteras, pues ellos son individualidades al 100%, ya bien convivan bajo un mismo techo y tengan o no tengan hijos y haya contrato o no y ya si son él y él o ella y ella poco importa. El hecho básico es que su matrimonio es un puro experimento.

En España no: perdura, o en mis tiempos era así, la noción de que uno se casa y guarda fidelidad hasta que la muerte los separe.

Obviamente, no es igual.

En efecto, nuestro matrimonio, iba (al menos yo lo quería creer así) bien, y con dos hijos que eran dos soles. Pero la vida es como es y por circunstancias muy complejas —siempre son muy complejas las circunstancias—cumplióse el vaticinio.

Pero con toda honestidad, por mucho que me duela, he de decir que mi separación del núcleo familiar fue para bien. Sobre todo para los niños, que no tuvieron que vivir bajo la égida de un alcohólico progresivamente más dañino, más peligroso a su futuro. Ella se liberó de promesas y contratos que parecía dispuesta y destinada a sufrir, por qué no lo sé, la pobre... ¿se sentiría endeudada de lo poco bueno que hice por ella? Y en fin, a mí mismo, pues no estaba, como ya dije, preparado para dejar de revolcarme por el estiércol.

Dije que el americano nace y se cría con la convicción de que es un individuo, o siguiendo a Descartes, una entidad “clara y distinta”, que nació así y morirá así. Tendrá todas las amistades y relaciones íntimas que quiera, pero eso no quita el hecho innegable, imperativo, de su individualidad.

Esto el español apenas puede vislumbrar el alcance de las implicaciones que conlleva. Porque el español crece ‘en familia’, en su comunidad, en sociedad. Le dice hola a la panadera y no se para a pensar que ella sea otra individualidad diferente.

Por tanto, el americano. Solo sin remedio, busca, anhela con toda su alma *pertenecer*. Es, por poner un ejemplo metafísico: Dios en toda su infinita potencia... ¿de qué le sirve? Puede pasar milenios autopensándose, mas ¿qué más le queda sino la absoluta soledad?

Y crea. Y después se sintió satisfecho.

Pero nuestro americanito no tiene omnipotencia por muchas pelis de superhéroes que se trague. Ha de buscar fuera aunque su dignidad se sienta afectada, pero en tal desespero ¿quién repara en tales menudencias?

Dada su total ignorancia en convivir, lo más lógico es que acabe uniéndose a lo que menos le conviene, sea lo que sea: cultos religiosos en que se abandona de todo punto, drogatas, pandillas de su origen étnico.

Éste es, no lo olviden, el que clama al mundo *AMERICA, LAND OF THE FREE!* Todos, todos, todos crecen creyéndolo a rajatabla. Ciegos ilusos. Dividen, además, el Mundo en 2: USA y el resto.

La imagen más clara del americano que se me viene a la cabeza es la de esos inocentones de Oakland, CA (junto a Berkeley) que se dejaron guiar por Jim Jones, quien se los llevó a Jonestown, Guyana, y les convenció, en 1978, el año de mi llegada a San Francisco, a cometer un suicidio en masa, muriendo 909 personas, 300 de ellos niños, más un congresista y 5 más en el

aeródromo, asesinados.

Ése es el epítome que guardo de EEUU.

Estados Unidos es además un estado policial. Una cuarta parte (mínimo) de la población cuida de tener a buen recaudo a otro cuarto de la población. Un negocio redondo en que la mitad de la población o está asalariada o produce bienes a costos mínimos.

Otro aspecto de mi país de origen —menos mal que no me criaron ahí— es que los USA tienen, y viven issues: temas/causas que consideran de primer orden, en tanto que los españoles viven sus vidas. No os engaño; es la verdad. Pocos son los americanos (salvo una buena parte sana, gracias a dios, especialmente en los estados del norte—e incluyo entre estos afortunados, claro está, a mis hijos, que son medio españoles y se han casado con extranjeros, lo cual me alegra no poco) que *viven la vida*. La inmensa mayoría no. Uno diría que están idos de la chaveta con sus obsesiones: Que si el sistema educativo, las conspiraciones, los platillos voladores y el área 51 —el 48% de los americanos creen en los ovnis—sirven de ejemplo. Rifles y armas de fuego. ¿Recuerdan a Charlton Heston de pie con su rifle clamando: *Over my dead, cold body!!!?* Sobre mi cuerpo frío y muerto... Luego viene, como la de Jim Jones, la tira de cultos. Los hay para lamente, el cuerpo, el espíritu, pero viene a ser más bien todo junto, en un revoltijo de aúpa; y se supone que si le compras el libro al charlatán te vendrán todas las gracias y bendiciones del mundo. Total, que prestan toda su atención *a lo que no es*.

Hace pensar que nos enfrentamos a un país loco, por no mencionar corrupto y mil cosas más en que yo no me meto ni quiero. Sólo decir que las Plutocracias me repatean. Les roban a la población hasta las ideas y la creatividad. O se la compran y la entierran bien hondo.

Pasemos al alcohol. Tras las amargas experiencias relatadas ya sólo me resta decir lo siguiente:

En los Estados Unidos de América, si te ven borracho por la calle, te llevan a la cárcel. A mí me pasó al menos 3 veces.



En España te llevan a Urgencias. Bendita seas, nueva patria mía.

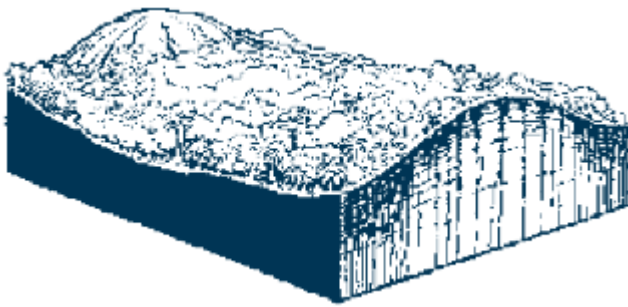
Ahora voy a comparar lo que pasa con los alcohólicos en cada país. El fondo en que acaban todos es, en ambos caso, la alcantarilla. Pero se llega a ella por diferentes caminos, y he escogido

como ilustración un ejemplo extraído de la geomorfología.

Examinemos primero el caso americano y compararé su tratamiento respecto a los adictos — y viceversa. Ocurre como con la rocas ígneas o volcánicas, y más concretamente el granito. Son básicamente impermeables, formando una enorme masa. Pero mirado de cerca, debido a enormes presiones, desplazamientos laterales, incrustaciones como el cuarzo y la pegmatita, y sobre todo a la erosión acompañada de la química, se van formando largos túneles por donde penetra el agua hasta abajo, con multitud de resquebraduras laterales inclinadas; pequeñas, pero ahí están. De alguna forma ha de llegar el agua cuanto antes a su destino, que es abajo.

Lo cual me recuerda a esos pescadores de Adra que afirmaban convencidos: “el mar está más alto que nosotros” a lo que contesté que el agua siempre tira a lo hondo. Pero nada, señalaban y decían: ¿Es que no lo ves? Sube para arriba, no abajo.

Dejo atrás este curioso inciso sobre perspectiva. Y paso a mostrar unos ejemplos de roca granítica:



Y el siguiente, que está en Yosemite, CA.



En el primer caso se disciernen claramente las grietas que se han ido formando con el tiempo, permitiendo al agua descender. Si seguimos el símil, los ricos, en la cima, pueden hacer con sus borracheras prácticamente lo que les dé la gana, y disponen de amplia holgura y buenos abogados

para cometer todo tipo de excesos sin que nadie ose meterse con ellos. Casi siempre. Recordad sin embargo el dicho de cuanto más alto se sube, más dura es la caída. Y pasa no pocas veces que estos seres especiales acaban siendo arrastrados por el alcohol o cualquier otra droga rápida y sin piedad derecho al fondo. Con suerte se asirán temporalmente a las grietas laterales, buscando sus viejos amigos ¿qué fue de ellos? Acaso incluso rehagan una especie de vida nueva, dura, recordando los “grandes tiempos”. Pueden alcanzar un cierto grado de alegría sin alcohol. Pero serán los pocos.

En España, por el contrario, los alcohólicos como que habitan en roca calcárea, porosa ya de por sí, por lo que el agua de lluvia se cuela y forma todo tipo de cuevas, grutas... todo un tinglado interconectado de lugares donde se puede respirar y si quieres hasta vivir ‘ocultos’: en tus tugurios, garitos, tabernas... y aún reírse de los que sufren en la alcantarilla. Nosotros somos diferentes. Nos queda la honra y una medida de humanidad. Aquellos son basura.



Estupendo. Espero que lo disfrutéis mientras podáis. Hay un dicho en inglés que dice: “*I am sick and tired of being sick and tired.*” Mirado así, parece una tautología, algo repetido y evidente. Pero las connotaciones son otras: ‘Estoy harto y hastiado de estar enfermo y destrozado. Toma nota: ese día te llegará. No lo desaproveches, que te ahorrará muchos años penosos.

Ejemplos de rocas calizas o calcáreas:

Una última nota con respecto a los enfermos alcohólicos en USA: Hay Ciudades donde hay boweries para *Street people*, que son la mayoría, y otras más 'refinadas' o selectas, especialmente las turísticas, en que les dan un pasaje de autocar y los mandan a cualquier otro lugar. Algo así como ese sheriff de un pueblo donde aparece Rambo. "Aquí no queremos indeseables".

Sé que el alcohólico vagabundo afea el paisanaje... ¿pero sinceramente, hasta qué punto es culpa suya?

Bueno América: Adiós te digo para siempre. Ojalá encuentres una mínima solución a la miríada de tus problemas.



## Capítulo 15: Desquiciado

Dejar atrás, probablemente para siempre, el país donde nací, me descolocó no poco. No tuvo en absoluto que ver con cualquier resquemor a ese pasado, de haber alcanzado el *supremum* y el *infimum*, tantas experiencias alucinantes y salido vivo y coleando.

No éramos tan jóvenes y yo estaba convencido de haber agotado todas mis posibilidades allá. Era el punto sin retorno.

Surgió como de la bruma un Kirk diferente a todos a los anteriores y todos mis deseos buenos se tornaron en nefastos, como pretendiendo ahora resarcirme a mis anchas de lo sufrido allá.

Yo no quería dañar a mi nueva esposa Har ley... se merecía todo lo que le pudiera dar y más. Pero el demonio que llevaba dentro me arrastraba una y otra vez a actuar con un egoísmo innombrable.

La dejaba en la pensión en Barcelona y me iba de correrías por mi cuenta por los antiguos andurriales de la Ciudad Condal. No es que a ella le faltara dinero ni libertad —me repetía hasta el hastío, justificándome— pero ella no es ni fue nunca persona de salir a disfrutar, a ver la vida por su cuenta... ni siquiera bajar a tomar un café o almorzar. Simplemente se quedaba en su cuarto llorando. De esto no me daba plena cuenta, pero se me iba haciendo obvio.

Luego fuimos a Playa de Aro, en la Costa Brava, cerca ya de Francia. Allí, como mi hermano y su novia de muchos años habitaban el minúsculo recinto encima de la tienda de suvenires, nos fuimos de acampada a la playa, frente al pueblo. Nadie pondría objeciones salvo la pobre esposa mía, a quien eso de ocupar una tienda de campaña no le gustaban lo más mínimo. Nuevamente me ‘adelanté’ a buscar a mi hermano. Los encontré finalmente echándoles dinero a las trapaperras. Pues por lo visto les chiflaba eso, por usar un eufemismo. Me puse a beber jarras de cerveza y al poco él se me apuntó. Mala cosa, decían los ojos de su novia.

Mientras tanto se puso a llover a cántaros y la esposa en la tienda, que se iba empapando: tantos raudales se colaban por la tienda como por sus ojos. Ni se movió la pobre ni fui yo— inconsciente de mí— a socorrerla, durante horas.

¿Cómo —me pregunto una y otra vez— pudo soportar tal maltrato y abandono de su nuevo esposo!?

Y ahora viene lo gordo, la experiencia más insondable, fantasiosa, de mi vida entera.

En Barcelona habíamos sacado visas turísticas para pasar a Francia, a visitar a una hermana de mi mujer, que vivía en una aldehuela—no me imaginaba siquiera si reducido tamaño—en el sur, en plena zona cátara o albigense. Llegamos a la amurallada Carcasona, donde nos recogieron en su auto para seguir a Pech Luna





Estábamos pues, en nuevo territorio para mí, y no desagradable; su familia era de lo más acogedora y, lo más atractivo de todo: ¡Eran ambos pintores y de cierto renombre! Coincidimos en nuestros deseos de colaborar, aunque yo prefería centrarme en el aspecto de enmarcar y no pintar, pues en esa época ellos dos lo hacían trabajando así como por turnos en un mismo cuadro, en casi todas las ocasiones. Mi arte, por otro lado, no se parecía en nada al suyo, mucho más expresionista abstracto, con énfasis en el color especialmente.

Salí a dar una vuelta a ‘reconocer’ el pueblo, y cuál sería mi susto cuando descubrí que ¡no tenía ni un bar!

Al segundo día decidí tomar medidas más serias, y tomé la carretera opuesta a la que habíamos llegado, pues no recordaba haber visto población alguna cercana al venir. A los 8 Km. Di con un pueblo, también chico, pero éste sí tenía un bar, y me senté a gusto a degustar del vino francés.

Al volver se me notaba a la legua, pero no pasó de ser un incidente. Se dio una gran fiesta al que sin duda todo el pueblo asistió, y el plato principal era *mallard* pechuga de pato, carne oscura y más rico que el mejor *fillet mignon*. El caso es que conocí allí a un matrimonio, puesto que mis cuñas dos comentaron que yo era retratista al lápiz, que querían que hiciera un retrato de su hijo, muerto en la Legión Extranjera.

Del dicho al hecho. Al día siguiente me presenté donde me indicaron (y dibujaron sobre papel por si las moscas) y me abrió su hija, una jovencita de muy ver. Ella me invitó a sentarme, me mostró el retrato en cuestión, y me invitó a algo, como es de buenas costumbres. Yo dije que un brandy o cognac el cual sí hizo y de buenísima casta. Yo le dije que, para precalentamiento, y como estaba más acostumbrado a retratar del natural que de una fotografía, que por qué no le dibujaba a ella primero y luego proseguiría con la tarea entre manos.

A esto que me rellenan la copa, pero en lugar de coñac, de *eau-de-vie* o ‘agua de vida’, algo como el orujo gallego, con la graduación más alta que puedes obtener por destilación y aún beber. Como yo sabía de Madrid, esas bebidas arden en la mano como la gasolina. Acabados (creo y espero) todos los requisitos artísticos seguimos charlando la cada vez más preciosa francesita y yo hasta que ya no recuerdo nada de lo que pasó. Según me fue relatado, sus padres me condujeron a la casa nuestra y me metieron dentro, donde procedí a caer de bruces. Llamaron al médico —también de otro pueblo— y este decretó que estaba yo en coma etílico. Yo

sinceramente, con simplemente echarme a un camastro habría despertado al día siguiente, destrozado y con unas náuseas horribles, pero vivo. Pero su solución fue la de llamar un helicóptero que me llevó a Toulouse. Al despertar y preguntar a la enfermera, en mi turbidez entendí que había comprado un helicóptero, lo cual me pareció harto extraño además de extravagantemente costoso. Todo quedó aclarado y no me sentía nada mal. De hecho me moría por escapar y recorrer las calles de la célebre ciudad. Fue pedir peras al olmo.

De regreso a casa de los parientes, estuvimos unas semanas más, yo sobrio, ayudando en todo lo que pude, hasta que dijeron que tenían que hacer un viaje.

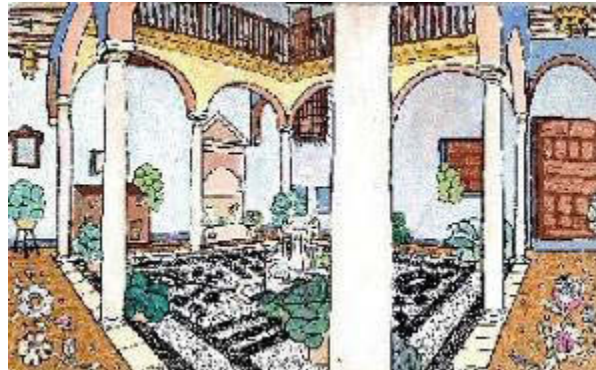
Bajamos a Granada. Tomando trenes.

Nuevamente ahí me porté como un cerdo queriendo tan solo emborracharme. Según dicen, mi madre hasta me escondía los zapatos en armarios cerrados, lo cual poco detrimento constituía para un desesperado como yo.

Al final, con la excusa de que no querían ya albergar ni a los hijos de José ni a los suyos, acabamos en una pensiónzucha de mala muerte en San Juan de Dios; luego una señora, Ana, adorable ella, nos dio alojamiento en su antiguo hogar, donde albergaba otra pareja de huéspedes, era todo de mármol, estilo antiguo y cerca del centro —mal asunto para mí.

Ella también le dijo que a mí me habría echado a patadas si no fuera por ella, mi esposa.

Poco después, un primo suyo que arrendaba casuchas de mala muerte nos alquiló uno en la calle Cruellas, un lugar lleno de basura por calles y plazas. Su único aspecto que para mí —que no para mi mujer— los eximía hasta cierto punto, era su construcción en forma de patio morisco, con dos pisos y una buhardilla arriba.



Naturalmente le tenéis que quitar todos esos adornitos y añadirle 500 años y os haréis una idea. Además, los vecinos dejaban *mucho* que desear.

Comenzamos a tener alumnos y salir tirando para adelante. Eventualmente (esto sería por el año 1992 y hallé una academia de cierto prestigio que me contrató.

Al par de años me hicieron los papeles para conseguir la residencia con derecho al trabajo ¡Esto iba viento en popa! Medio año después me despidieron por borracho. Pero había estado ganando un buen dinerillo.

Otro evento que vino a salvarnos en nuestra desesperada situación de trabajador autónomo fue la defunción de la ya anciana madre de mi esposa, que le dejó algún dinero. Ella nunca mandó enviar dinero a España, pero con su tarjeta del Banco de América, pudimos hacer todas las compras y cubrir otros gastos necesarios. Lo demás saldría del trabajo.

Conocí una pareja de abogados que al llamarme como presunto profesor de idiomas, vieron potencial en mi humilde persona; tanto que se concretó la creación de un Instituto de enseñanza para lengua y ordenadores todo nuestro. Ellos permanecerían como socios ‘silenciosos’

supuestamente financiando la operación—cosa que no cumplieron en absoluto—mientras el hermano de uno será el secretario y un tío el profe de informática, la cual se enseñaba sobre la pizarra y sin ordenador alguno. Enseñaba MS Dos y algo de Basic, además de las posibilidades que ofrecería, con Windows 3, tal vez Linux, desarrollado a partir de UNIX.

Ella también contribuyó a que yo avanzara mis estudios, apuntándome a los 48 años a Filología inglesa, aunque a los tres años consideré que ya tenía bastante, y que no era poco. Claro que sólo subía el monte de la Cartuja para los exámenes, pero salí con una media de sobresaliente.

Estando en la academia cometí una gigantesca estupidez, y fue que, por no beber, me enganché en las máquinas tragaperras. Pero todo esto queda mejor explicado en el capítulo siguiente, que por llama de alguna forma, llamaré La Crisis (1).

Lo único que queda aquí por explicar es que, en cuanto pudimos, nos escabullimos de esa casa de Cruellas para subir a vivir al Albaicín. Vi a un tal Manuel, que antaño había regentado años atrás la casa Manuel, un bar en el cruce de la Cuesta de Marañas con la calle de los téis. Y me puso en contacto con un hombre que alquilaba una casa en la Cruz de Quirós. Aún disfrutábamos de la edad de fuerzas necesarias para subir y bajar esas cuestas tan empinadas. Mi mujer encontró esto algo mejor, y ¡con 2 plantas! Que la anterior lobreguez mísera, pero eso de vivir subiendo y bajando todos los días mal le iba.



## Capítulo 16: La crisis 1

El cambio no me sobrevino como una revelación milagrosa —una ‘experiencia espiritual’— ni como un suceso duro, ni siquiera como algo pasmosamente normal. Mirándolo en retrospectiva — que es la única manera posible, pues ni en mil años lo habría anticipado— compartía algo de todos estos elementos.

Como dije anteriormente, había substituido unos años atrás el alcohol por el juego de azar (maquinicas tragaperras, y un par de veces el Bingo). Éstos me daban un subidón, o al menos me enganchaban tanto como el alcohol. Y donde hay máquinas de éstas, que en mi país de origen llaman ‘Bandidos mancos’, por su manivela a la derecha, siempre hay una barra. Y ahí me veía yo con mi tragaperras delante y la copita coñac sobre el tablero; pero mira por dónde... tanto tiraba de mí la posibilidad de ganar, normalmente el 2º premio de 2.500 ptas., o excepcionalmente el grande, justo el doble, en me forraría... ¡tanto deseaba esto digo, que hasta dejaba de pedir copas en la barra para alargar mis posibilidades de ganar! El vicio es el vicio, Señores. Durante este proceso un excuñado mío me encargó un cuadro de la Alhambra, pues residía en Córdoba y quería recordar sus orígenes. Vi la oportunidad y me aproveché míseramente: le cobré 30 mil pts. al entregárselo, sabiendo que se quedaría pasmado. Mas como dicen... el arte no tiene precio. Más adelante le hice llegar un segundo cuadro y le expliqué todo, pidiendo perdón. Como co dueño o socio de una escuela de idiomas, desfalqué, 70.000 pts., y por raro que parezca, me “en tendieron” o eso dijeron. Luego resulta que el otro socio, el que se sentaba a la bartola por si sonaba el teléfono o atender algún posible cliente, yo y mi esposa nos desvivíamos trabajando durante 10 horas al día para mantener el sitio a flote, hacía traducciones, buscaba alumnos y traductores de alemán y francés, y hasta hacía y empapelaba Granada con nuestra propaganda, para colmo. Descubrí em pero que este tipo o ‘socio’, digo, al llegar el final del año fiscal, como no pagaba sus propios autónomos como debía, caviló que podría escapar con re tener los míos también. Me llegó una carta el Ministerio del Trabajo para decirme que, o pagaba 12 meses de autónomos que les debía, o me tendría que largar del país. ¡Un montonazo de dinero, y yo encima en las ruinas... y mi mujer que se tiraba de los pelos viéndonos por las calles o expulsados!

Llegué a un generoso arreglo para ellos (eran 4, 2 de ellos ‘silenciosos’) con tal de que me fueran pagando (bajo contrato firmado) todas y cada una de mis deudas a Hacienda, lo cual cumplieron. Encontramos una parejita muy reconocida de Psicólogos Humanistas (él era su presidente, ade más de muy, muy bueno). Participamos ambos cónyuges, siendo yo con talante mucho más rebelde y reacio claro. Yo diría que incluso él—y la esposa, también del gremio— atendieron más de cerca a mi oísló que a mí, el presunto ‘paciente’ o enfermo. Él ya sabía que mi adicción era substitutiva, a además, que yo llevaba algo muy dentro en la psique, y grave. El caso, es que muy a mi pesar, funcionó el extraño asunto a la larga. Lo primero fue mandar un escrito a Sevilla poniéndome en la lista negra de todo centro de juegos de azar en Andalucía, lo cual hice de buen gusto, pues todas las ganas de apostar se me disiparon de la noche a la mañana. Piensen, que, a fin de cuentas, yo también sabía que era una sustitución de mi adicción de preferencia. Nunca más he vuelto a echar 25 ptas., ni un euro, a una máquina. Tomé y acepté la actitud de que nunca podría ganar a la larga, y menos si no conocía manejarlas, y las máquinas, como todo en la vida, iban cambiando hasta el punto de que yo estaría pez en cualquiera de ellas, por mucho que digan que “hagas lo que hagas, están programadas para dar idénticos resultados en idénticos momentos”; pues en ese caso, ¿a qué tanto botón y aparente dominio?

Acepté también acudir a las reuniones de grupo de AGRAJER (Asociación. Granadina de Jugadores de Azar Rehabilitados). Y entre nosotros se contaba el anterior presidente de la asociación, por muchos años, pues siempre lo veía en la TV. Suerte has tenido, amigo. Muchos nunca se levantan de esta epidemia tampoco, que incluso se está extendiendo por Internet.

Pero la promesa más dura de aceptar, y que pocos españoles aceptarían por largo tiempo, seguro, fue que yo nunca más llevara dinero en el bolsillo, que incluso mi esposa me compraría el tabaco, el cual compraba por cartones, y aunque yo fumaba sólo entre 7 y 12 cigarrillos por semana. ¡Osú, en qué mala cárcel me habré metido yo, si ni siquiera era ludópata!

He de observar, con todo, que junto a nuestros ingresos de la academia de lenguas, yo ganaba, una 5 veces al año, un digno dinero que me remitían desde Sevilla por ser el coordinador, guía y profesor de las clases de un grupo internacional, aunque más que nada estadounidense, llamado los *Elderhostler* personas de la 3ª edad bien conservadas en la mayoría, que visitaban una de las 3 ó 4 rutas de España. La nuestra, con mucho la más popular, incluía Madrid, Granada, Córdoba (breve visita) y Sevilla. Investigando, me encontraron a mí siendo codueño de una escuela de idiomas, de amplia cultura históricocultural y artística, filólogo, medievalista, y 100% bilingüe, como mínimo.

La estancia en Granada: una semana, con todo lo típico en la Capital más las Alpujarras (subiendo hasta Capileira).

Esto continuó un par de años más, aunque reduciéndose mi papel un tanto, hasta que en una llamada de Sevilla me despidieron.

Mi esposa recibió cierta cantidad de dinero al morir su madre, pero se fue gastando paulatinamente, en particular porque yo, eterno curioso de la cultura, y teniendo la Licenciatura de Barcelona, me enrolé en Filología inglesa, pues tenía un hambre voraz de no sólo de conocer directamente a lo que se enfrentaban nuestros alumnos, de los que teníamos unos pocos de esta espacialidad, sino de hartarme de historia y literatura inglesa y estadounidense. Pero no fue nada barato, si bien yo saqué una media de sobresaliente y mi mente siempre lo agradecerá, a pesar de haberlo hecho cuando íbamos abocados a la peor crisis de nuestras vidas.

Seguimos luego tirando, o más bien renqueando, con lo mínimo que nos producían las clases particulares para al menos pagar el piso, algo de comer, y los autónomos. Recuerdo que incluso llegué a comprar carcasas de pollo para cocinar con un hueso blanco y luego, con el caldo, echar patatas, zanahorias y otras cosas afines.

Andaría el año 1997 en que mi hermano murió en un hospital de Gerona, la urbe más cercana a donde habían estado llevando una pequeña tienda de suvenires para turistas. Él, años antes, parecía encontrarse en su salsa con sus “cositas”. Me saltaré los finales más duros y tristes, y sólo diré que murió en circunstancias muy poco laudables, henchido de líquidos interiores, cirrosis, hepatitis C y diabetes II que no se cuidaba. Yo habría ido, pero mi ley de vida era “ni personas, ni cosas, ni lugares” me convenían, y en especial en cuanto se mencionaba un desplazamiento geográfico, por muy solemne, noble o digno que fuera; lo 1º que me venía a la cabeza era: ¡Coñac! Ya antes siquiera de haberme subido al autobús o tren ya tenía que estar mediomedio; y con algo sustancial para el trayecto. Incluyo también aviones en este apartado. Encima estaba Barcelona como etapa intermedia... imposible. El evento estaba en ciernes a todas luces, y lo primero, al parecer, que le dije a mi esposa, tras unas lágrimas fue... (¡Mi hermano, ya no tengo a mi hermano!) Mi reacción, inmediata. Exclamé: Harley, dame €20, y salí desconsolado a todo pasto.

Llegamos, pues a los años finales del siglo XX.

Yo a la vez estaba en trance de pedir la ciudadanía española. Pero que se sabe cómo es —o era, que es peor— la burocracia.

Por lo que respecta a mi bebida, cosa que tenía cual castaña durísima de pelar, lo que hacía era lo siguiente: aún me quedaban algunos amiguetes de los de antaño... y precisamente los mejores: los de los primeros tiempos de la ruta del tapeo bien y nunca habían olvidado los buenos tiempos y estaban más que encantados de servirme en sus modernos bares con sonido aislado de los vecinos, berreando el lugar entero de música machacona y lleno de jóvenes de entre 20 y 30, y con gusto me servían, aunque insistían al principio en cerveza: Kirk, tú, cerveza. Pero al final me servían mis copitas o cubatas (2 rones para una cola). Y así iba tirando. Uno de ellos, que regentaba su propio establecimiento, dejó al final de servirme, pero es porque creo que estaba enganchado a la cocaína y el asunto se le iba al carajo.

Les llamaba a mis salidas “escapadas nocturnas”.

Y un buen día andando el año 2002: ¡¡¡Era español!!! No me lo podía creer ni yo.

Nosotros, con todo, habíamos ido cayendo tan bajo tan bajo, que un día les hice un retrato al matrimonio que nos arrendaba el piso, como pago de una mensualidad.

Y, vergüenza de las vergüenzas: Incluso acabé acudiendo a Cáritas diocesanas para explicarle nuestra encrucijada. También ellos nos echaron una mano: unos 700 euros ¡Moneda que ya había llegado a España!

Unos 2 años atrás, había acudido a la médico de cabecera con el ojo más negro que he visto en mi vida, acaso por ser el mío propio. Me lo había producido el dueño de un bar del que oí que había sido boxeador, y yo le dije algo fuera de lugar o algo (aunque siempre he sido tranquilito de borracho) y me dijo:

—A que te pego un puñetazo.

—Atrévase— repuse, y ¡póoom! Me arreó. Yo me tiré al suelo y me hice el desmayado, si sólo para ajustarles las cuentas.

—Está fingiendo.

—No, que está desmayado de verdad.

Total, que vino una ambulancia y me llevaron a urgencias.





Nuestro médico de cabecera dijo Uyuyuy y que si yo podía denunciar al boxeador, etc., pero maldito si me acordaba del lugar exacto, sólo de la calle, que tiene más bares por metro cuadrado que toda Granada, que ya es decir. Otro día aparezco con algo raro en la pierna y una magulladura en la sien, y en otra, en que realmente me asusté porque la mano derecha dejó de funcionar, pues había dormido, una fría noche lluviosa, en uno de esos túneles entre calles. Resultó ser una pinchazón o corte en el nervio cubital, por la posición en que dejé el codo esa noche; estuve 3 meses sin poder mover los dedos de esa mano. También me dio una parálisis en media cara, mal que llaman Parálisis de Bell y suele durar un par de meses. Pues bien, ese puñetazo, junto con los otros males que me acaecieron, acabó salvándome la vida.

Viendo que lo mío era ya demasiado para ser normal, me mandó a psiquiatría en el Zaidín. El día de mi cita no estaba la que sería mi doctora regular, pero me atendió otro psiquiatra. Le conté que entre mis problemas era, aparte del infierno de mi vida, era que me hacía con una botella y me iba a lo más recóndito del parque de Fco. García Lorca a beber hasta caer dormido. Luego al cerrar me echaban.



Por aquél entonces lucía por decirlo de alguna manera de una abundante y descuidada barba. Parecía mismamente un mendigo. En otras ocasiones, como cuando aparecía por el comosellame, que “bar” no era, de mi amigote, decía,

—Mira, he venido en zapatillas. Y me partía de risa.

Me empezó a dar miedo ir a casa y dormía mucho en los bancos de los parques. Si en contraba alguien dispuesto a compartir su vinillo conmigo, pues ¡viva la Pepa!

Mas las tragedias nunca acababan.

Aternando con grandes cambios de ánimo o excitación.

Este primer psiquiatra redactó un informe sobre mí —y que conste que fui totalmente sincero— se lo pasó a la Doctora Morenilla, que se convirtió en mi psiquiatra fija. Diagnóstico: Trastorno bipolar (la antes llamada manía depresiva), tipo II. Muchos bajones depresivos serios pero los períodos eufóricos o ‘distímicos’ eran menores: i.e.: hipomanía en lugar de plena manía. En todo caso no es enfermedad de poca monta, siendo frecuentemente mortal, por suicidio o accidente alocado (Ya habrán visto muchos la película Mr. Johnes, con Richard Gere).

Así que continué bajo sus auspicios. Desgraciadamente, no se me podía dar de baja puesto que era trabajador autónomo. Supongo que las leyes habrán cambiado algo desde entonces; pero seguí estando obligado a seguir pagando mis cuotas mensuales a los autónomos, más el alquiler y algo que echarnos a la boca. Eso a pesar de que yo ya no podía enseñar ni encontra estudiantes.

No sé cómo sobrevivimos.

Gracias a dios la Dra. Supo encauzar las cosas para que por fin se me pudiera conceder la

Incapacidad Total permanente, la cual vino a los dos años. Prácticamente —mira por dónde— unos seis meses tras adquirir la ciudadanía. Lo cual influyó no poco en que el fenómeno se hiciera realidad.

Por mi parte, iba ya encaminado a creer que era cierto que bajo tanto beber alocado podría efectivamente subyacer un mal o disfunción bien diferente, que todo este asunto no es como las matemáticas: A lleva a B, que lleva por la fuerza a C., y así sucesivamente.

Podía haber en nuestras mentes, como en la corteza terrestre, ciertas “corrientes telúricas” cuyaciencia nos era totalmente desconocida. Después de todo, los diagnósticos de la mayoría de las enfermedades inscritas y aceptadas —y siempre cambiantes en cada versión— según el criterio de la Organización Mundial de la Salud (OMS), quien creó la DSM, o clasificación descriptiva universal de los trastornos mentales, y de las cuales existen hasta la fecha 5 versiones se basa más en la descripción clínica general que en ninguna definición. La postrera, la V (5), salió en 2013, el año pasado. Es importante destacar que entre sus iniciales advertencias dice; expresamente que el DSMV no proporciona guía alguna de tratamiento para ningún desorden.

Con respecto a la enfermedad bipolar, he acudido específicamente a su correspondiente apartado, donde se habla de la bipolaridad y las significativas diferencias entre el DSMIV y el V:



*To enhance the accuracy of diagnosis and facilitate earlier detection in clinical settings, Criterion A for manic and hypomanic episodes now includes an emphasis on changes in activity and energy as well as mood. The DSMIV diagnosis of bipolar I disorder, mixed episode, requiring that the individual simultaneously meet full criteria for both mania and major depressive episode, has been removed. Instead, a new specifier, “with mixed features,” has been added that can be applied to episodes of mania or hypomania when depressive features are present, and to episodes of depression in the context of major depressive disorder or bipolar disorder when features of mania/hypomania are present.*

Traduzco (Los Subrayados son míos):

A fin de optimizar la exactitud de los diagnósticos y facilitar una detección temprana en situaciones clínicas el Criterio A para los episodios maníacos e hipomaníacos incluye ahora un énfasis en cambios de actividad y energía tanto como de estados de ánimo. El diagnóstico DSMIV para el desorden bipolar I, estadio mixto, ha sido retirado. En su lugar un nuevo especificador, “con aspectos mixtos,” ha sido añadido, el cual puede aplicarse a episodios de manía e hipomanía en tanto en cuanto exista la presencia de episodios de depresión, o síndrome de depresión mayor cuando las facetas manía/hipomanía se hallen presentes.

Todo esto viene, tras años, a coincidir exactamente con lo que a mí me ocurre.

Visto lo cual queda prácticamente eliminada, o muy diluida la diferenciación entre las categorías tradicionales de bipolar I y II, Ya que las tres características principales, manía, hipomanía, y cíclicidad o ciclotimia no sólo se pueden, sino que suelen, darse en un mismo paciente.

\* \* \* \* \*

A la vez que esto iba calando en mi mente, y que sin duda llenado mi corazón de esperanza y alivio (¿pues quién duda que *bipolar* suena mil millones de veces mejor que *alcohólico*?) tenía la cabeza hecha un barullo... me costaba creer que fuera cierto esto tan nuevo que daba un vuelco total de 40 años de bebedor: mis mil y una locas borracheras pudieran —presuntamente— enmascarar este misterioso síndrome bipolar.

Pronto comencé a pensar en mi padre y en Owen, mi hermano, y vi muchas, muchísimas muestras de esto que primero la psiquiatra y luego el grupo describían: los altibajos tan morrocotudos el hacer lo peor en el peor momento, jugar con sus vidas continuamente—mi padre alegaba poder conducir mejor que andar—y una vez una señora en Almería se echó las manos a la cabeza alarmada cuando él y yo (chiquitín casi) nos metimos en el coche delante del bar Imperial y salir tras arrancar tan campechano. ¡Y mira que las calles eran estrechas, sobre todo la nuestra!

Si quieren ahondar en las locuras inauditas de ese hombre, que murió 20 ó 30 años de su tiempo,

les invito a leer la novelita biográfica *El americano de Almería* que escribí bajo el pseudónimo de Erik Waldenstone, y fue aceptado para ser editada por su interés histórico cultural por el Instituto de estudios Almerienses.

Owen, pues otro que tal bailaba. Aunque no creo que bailara nunca en serio, al menos sobrio. Les relataré un solo episodio de los muchos que vi vimos juntos.

Mi primera esposa y yo, como dije en su momento en el capítulo Barcelona, vivíamos en este

estudio de un solo cuarto. Mi hermano, con sus casi 2 mts. De estatura, llamó a las tantas de la madrugada y pidió que le dejáramos dormir en nuestro suelo. Ella se negó rotundamente, que nanay de la China. Por muchos razonamientos que él diera o suplicara, ella en sus trece. Owen. Vamos, yo te en contraré una pensión. A trancas y barrancas salimos del edificio y nos alejamos unas cuantas calles. De pronto, para espanto mío, coge mi hermano y se pone a correr por encima de los coches a todo lo largo de un lado de calle.

Para qué seguir.

Luego, desconozco mayormente su ritmo de beber, aunque intuyo que era similar al mío, por 'binges', o ratos de embriaguez continua hasta reventar seguido de períodos de abstinencia total. Yo una vez llegué a Playa de Aro y me lo encontré besando el wáter, como dicen, vomitado los restos de bilis y dale que te pego.

Pero obviamente ya su vida estaba sentenciada debido a sus excesos juveniles y continuando hasta los 35 años, en tanto yo me contuve como pude por diversas razones... a él nada parecía importarle a veces. También él y su pareja (luego 2ª esposa) tenían una fuerte afición a las máquinas tragaperras.

De ningún modo pretendería hacer creer —o excusar sus conductas en modo alguno— la posibilidad más remota de que en todos los alcohólicos pueda subyacer un mal alterno. Eso sería ridículo: borrachos alcohólicos, haberlos haylos. Millones de ellos y va en aumento tanto su número como su proporción respecto a la población general. Mas acaso un día se descubra que sí hay un trastorno afectivo de la personalidad en la mayoría, y que la soledad, el rechazo y la depresión les lleva a convertirse en “despreciables” borrachos.

Su causa ya lo conocemos: su pérdida de control sobre esa sustancia. Ni mi padre hermano ni yo llevamos patrones de bebida igual. Ni siguiera similares. Mi padre era bebedor intenso continuo y perpetuo. Sin obligaciones, se tiraba el tiempo desarrollando teorías respecto a lo imprescindible de ese oro líquido. Murió tras dos ataques cardíacos, con cirrosis, y según contaron a mi madre “sin ningún órgano sano.

La muerte de mi hermano fue muy cercana en cuanto a la edad de cada cual, además de los muchos, aunque no exactos, males internos. Su ritmo de beber fue intensísimo de joven... un verdadero bruto, y luego, en que pasó unos pocos años en Minnesota, probó, decía, “de todo”, por la nariz, pinchazo u oralmente. Probablemente fue ahí cuando contrajo la hepatitis C. Eso duró solamente un año.

He encontrado unas estadísticas de 2014, que aseguran que el 60% de los bipolares coadyuvan sus distimias y cambios de actividad y energía con otras drogas, sobre todo alcohol. Especialmente entre los hombres.

Sirva de ejemplo de Robin Williams, famoso actor bipolar, quien se ahorcó hace unos días. El caso es que volvió a beber, tras 20 años sobrio,

Pero antes de que ningún profesional médico te vea para detectar o tratarte un trastorno, obviamente es imperativo que estés bien sobrio: de semanas, incluso. Y ya va pareciendo que va siendo hora de pasar al siguiente capítulo.

## Capítulo 17: La crisis 2

A partir de ahora, una vez declarado oficialmente incapacitado total y permanente, en lugar de pagar yo al estado esos autónomos tan prohibitivos, durante 14 años, seríamos mi esposa y yo quienes íbamos a recibir una pequeña paga mensual (14 anuales), y ya pudimos sobrevivir más holgadamente.

Lo que mi mojada memoria, tan llena de lagunas, no pudo recordar ni concebir fue cómo pudimos sobrevivir el tiempo transcurrido entre recibir yo la ciudadanía y mi nuevo estado. Me refiero al dinero, naturalmente. Pero lo hicimos y todo comenzó a aliviarse considerablemente.

Seguí con los ‘binges’, cada vez, creo, más distanciados por lo general aunque de vez en cuando me entraba un noséqué que tenía que pedirle cinco o diez euros (nunca en sábado o domingo, claro, por no haber bancos abiertos —y tarjetas de crédito o 4 bancos nunca los quisimos— y salía ‘a la buena de dios’, me compraba un paquete de cigarrillos si lo había dejado, y derechito al bar a pedir una coñac de mi marca y un vaso de agua. ¡Y qué bien sabía todo: el humo del cigarrillo, el brandy con agua... el cielo! Por una o dos hora a lo más. Luego me sobrevenía la soledad, inmensa soledad. Acababa yendo a reunirme con los de las litronas. Yo, hacia finales de mis borracheras, creía tener vocación de vagabundo. Esos bebedores callejeros eran a mi parecer los únicos que no me juzgaban; me aceptaban con las manos abiertas. Claro que llevaba dinero para costear priva y tabaco para largo.

Sabía que mi esposa sufría y no poco. En cierta ocasión, cuando hubimos de mudarnos de casa, para lo cual disfrutamos de todo un mes, fuimos acarreando cada uno un carrito de la compra algo como 2 kms., y mira por dónde, el ultimísimo viaje, ella tropezó en la zona arenosa del Paseo de la Bomba y no quiso que nadie le tocara: que no la moveríamos. Llamaron una ambulancia y en traumatología le colocaron un yeso en la parte inferior de una pierna, alcanzando hasta por encima de la rodilla. Se había partido precisamente la rótula, y a su edad eso iba para largo.

Al par de días de estar ella en casa, yo me volví medio loco, pues tenía planeado, tras el largo mes de mudanza, desquitarme y relajar con una de mis “escapadas”, a pesar de la tragedia. Yo por fin veía que con las muletas ella se movía bien por casa. Así que del dicho al hecho. Me largué. Esta vez, cuando volví, cuerpo y alma hechos ciscos para no variar, ella me trató como una víbora o peor: un despreciable gusano que no se merece ni una mínima muestra de consolación. No, no fue nada fácil salir de mi crisis, que llevaba sufriendo 45 años. El grupo de Bipolares que se formó era muy abierto e informal; amistosa es acaso mejor palabra, cada cual exponía sus cuitas, problemillas y problemones tal y como le entraba en ganas o mejor podía (o quería). También los había muy silenciosos. Yo no tengo derecho alguno a revelar ninguna palabra ni hecho personal de los que ahí acontecía. Al igual que A.A. y en todo grupo de terapia se decía: “Lo que aquí se diga aquí se queda”. Pero yo sí me veo con derecho a declarar que actué — tal vez en menor grado al principio— con la verdad plena delante, como un libro abierto —o casi. Al principio mostré reparos pues temía que me tomaran por vulgar alcohólico y no como ellos; pero fui aprendiendo que el síndrome o enfermedad bipolar con frecuencia se enmascara bajos diversas máscaras o guisas. Mas me está prohibido, como decía, divulgar las circunstancias de los demás.

En una ocasión, que sería la de la pierna escayolada, tuvimos una trifulca tan gorda en casa, salieron todos los secretitos guardados, y qué sé yo. Pues les dije al grupo que había decidido separarme de mi esposa. A la siguiente reunión quisieron saber qué había pasado.

—Pues nada. No pudo ser.

—Pero ¿por qué?

—Porque no me lo permite.

Yo luchaba con una máxima que me ha acompañado durante toda la vida, sin duda inculcada, como tantísimas cosas de mi “queridísimo” padre: ¡Libertad! Eres libre, y que nadie te diga lo contrario.

Yo insistía en mi ‘libertad’ de hacer una escapada de vez en cuando, ¿pero cuántas? ¿4? ¿3? ¿O dos solamente habría yo de tener “derecho” a una escapada?

¡Ninguna! me solían contestar. Bien sabes que nada bueno puede salir de ello. La Dra. Razonaba que eso que yo llamaba escapada (cosa que me preguntaba por qué, como si no estuviera claro, al menos en mi mente) no podía resultar sino en un paso atrás, un retroceso, en mi tratamiento.

El grupo, que continúa, aunque con menor frecuencia, me ha ayudado lo increíble.

La Dra. Morenilla, sin alteración alguna en la voz, como no dejando entrever que yo era un tonto por no darme cuenta, me dijo una cosa tan sencilla y tan obvia como es lo siguiente: que esos estados de ansiedad incontrolable, o esas depresiones, podían, si no eliminarse, al menos aliviarse farmacéuticamente.

He de decir que eso constituyó para mí un paso definitivo hacia adelante, a tratar de dejar el alcohol. Pues no se trataba de Colme ni Antabuse, sino de coadyuvantes a mis terribles altibajos.

Eso significó para mí un “*sine qua non*” en mi trayectoria final.

En los postreros 2 años aproximadamente de mi ingestión etílica, y dado el clima de Granada, me di cuenta de que escogía la primavera y el otoño como momentos propicios para mis correrías. ¿y cómo diantres no me había ocurrido antes? Era que me podía apuntar a una pensión por las cercanías de Plaza Nueva. ¡Qué tontorrón he sido! Me decía. Dos veces hice esto. Pero la única verdad tangible e indiscutible era que siempre, siempre, siempre, aunque hubiesen pequeñas variedades de por medio, acababa igual: destrozado durante los mismos o más días en que había bebido. Este final ahora normalmente ya no acababa en mi casa, pues no me podía arrastrar tan lejos como ahora vivíamos, sino en Urgencias, ¡Tantas veces me ha pasado! en el clínico. Creo que fue la última vez cuando, en mi caso, cuando aterricé en las susodichas Urgencias, me dieron unos sueros y al final, pues yo lo pedía y suplicaba, me dieron un cuarto, arriba, aun que era sábado y al día siguiente no habría casi nadie allí. Me visitó casi toda la familia, y lo más especial: le autorizaron a mi esposa a compartir mi cuarto, en otra cama, y hasta le dieron de comer.

Yo, que siempre acababa una juerga —pesadilla lo describiría mejor— fumando, y mi esposa es extremadamente alérgica al humo de tabaco, me encerraba en el váter con la ventana abierta y ahí me fumaba medio cigarrillo. En un momentodado pasó algo entre el tubo de mi brazo, que colgaba de su soporte, y un mueble que quise levantar y ¡crac!

Me dio un dolor de mil demonios en la espalda. Esa noche pude dormir y a la mañana siguiente ya me tenían el alta firmada, a pesar de que apenas me podía mover. Bueno, mi hermano me llevó a casa y a reposar. Entre la gratitud y el cariño mostrado yo contraí una deuda irreparable. Al par de semanas dejé de fumar para siempre.

Otro de los elementos que me alejaron del veneno y la temprana muerte, fue, primero, una enorme vergüenza.

Estaba yo cerca de casa en esta particular ocasión, llamémosle la antepenúltima vez. Salí de un

bar, como mil veces, pero me di cuenta de que mis piernas apenas respondían. Llegué como mejor pude a un banco que se estaba prácticamente enfrente de la puerta del bar; yo me agarré a la barra de atrás y le di la vuelta hasta sentarme. Estaba que no comprendía nada: ¿qué pasa con mis piernas? Intenté levantarme y me derrumbé en el suelo. Otra vez a la posición de sentado. Miré atrás a la puerta del bar y noté que ya tenía un grupo de espectadores. A la derecha, que era el camino que habría que tomar para llegar casa, había un árbol y más o menos a una distancia simétrica otro banco, ya más alejado de la dichosa puerta de los fisgones. Si al menos pudiera llegar al árbol... me levanté, agarrado al asa lateral del banco, y calculé las probabilidades de llegar al árbol. Nulas. Esperé otros 10 minutos aparentando que no pasaba nada y volví a la carga. Esta vez me lancé, pero caí corto, al suelo de nuevo. Me arrastré al árbol y me erguí, con cuidado de que mis pies siguieran en la calzada y no en el hoyo del árbol, a la vez que traté de interponer ese tronco entre los del bar y yo.

Sea como fuere, conseguí eventualmente llegar al otro banco, sintiéndome ya fuera de peligro inminente y del total ridículo.

No sé cuánto tiempo pasaría —quizás hasta me durmiera un rato— que pude ya levantarme y dirigirme, a trancas y barrancas y con muchas eses y quién sabe que otras letras del alfabeto, y topetazos por añadidura, al portal de casa. Habrían pasado por lo menos 2 horas; dos malditas, vergonzosas horas.

El penúltimo es todavía más duro de contar, aunque breve: Estaba yo con esos pocos amigotes callejeros que aún rondaban por la plazoleta del mercado de San Agustín, cuando yo, aburrido de lo bajos que estaban los ánimos, decidí dar una vuelta. Llegué al parque de las maravillas o de la fuente, y veo un estudiante alemán, tan aburrido al parecer como yo. Le invito a unirse a nosotros pero veo que está muy indeciso, sobre todo por mi borrachera. Al final dice que bueno, y nos encaminamos por Capuchinos hacia arriba; pero he ahí que di un traspies en un adoquín y caigo de plano para adelante en plenas bruces. Mientras el colega se las pira, yo me veo que estoy sangrando profusamente por la cara, especialmente la boca, que me parece que voy a perder las dos paletas.

Podéis imaginar mis situación: sangre por toda la camisa y cara, y con un dolor de no me toques. Me llevo a los compañeros les explico, y me tumbo entre dos de ellos, a dormir la mona.

De pronto noto que me están metiendo los dedos en el bolsillito delantero del pantalón, donde yo sabía que tenía “ocultas” o de reserva un billete de €50. Abro los ojos y es el gitano más bribón de ellos. Quiero decir que no pocos de ellos lo son, pero que nunca ninguno de los otros me había hecho algo así. Empiezo a gritar: ¡Ladrón, so ladrón! Y me marchó de ahí todo lo rápido que puedo, dirección: a Urgencias, claro.

Me hacen esperar infinitamente. Me hacen radiografías de los dientes, frontales y laterales.

Por fin, ya amaneciendo, sale un doctor y me llama a su consulta. Mira las radiografías y dice que están bien, que “encontrarán su sitio”. Pero yo noto bien a las clara que están ambas no sólo doloridas, sino hundidas para dentro. Pues a casa y fin de aquella triste aventura.

Todavía conservo las paletas en su sitio si a alguien le sirve de consuelo. o sea, cosa de celebrar, allá cuando no estaba preparado.

Seguí y sigo y seguiré yendo a mi doctora, la psiquiatra Eva Morenilla, que supo abrirme los ojos.

Y luego un tercer año... y ahora voy para el 5°.

Hace con un año y medio, un suceso de lo más misterioso nos ocurrió, y es tal y como lo voy a contar: Empezaron a llegar montones y más montones de cajas a nuestra puerta, las cuales procedían, créanme, de una hermana que vive en Francia, por el Pirineo o zona cántara. Ya conté algún suceso que tuve la desgracia de padecer por esos lares. ¿Pero por qué tanta caja, que

superaban algunos días 20, y no chicas, no? Al abrirlos descubrimos montones de comestibles, como para alcanzar el techo. Siempre sin azúcar ni grano que no fuera 100% integral, y por supuesto, nada de carne

No fumaba yo desde años. Pusimos un cartel ante la puerta con la prohibición de fumar.

Nos habíamos hecho vegetarianos. Pero sí comemos pescado y marisco de los cuales nos mandó a mansalva, incluyendo mariscos de Galicia por petición mía. Y montones de comidas orientales (especialmente gustosas para mí, las de la India), y además tarros y latas de sopas y verduras —ummm alcachofas y espárragos, y pimientos del piquillo— como para enterrar a un muerto. También una TV de 48” acompañada de su reproductor DVD con Blu-ray y full 3D. DVD’s por colecciones enteras, luego todo lo necesario para el hogar, higiene, qué os voy a contar sino que estuve tan ocupadísimo durante largos meses con abrir, clasificar, colocar (pedí hasta 4 estanterías nuevas, y 2 neveras de medio cuerpo, de fábrica. Y nos tuvimos que ir a comprar otro frigorífico. En cuanto conseguí de ella una Kindle, le regalé a un amante de los libros toda mi enorme colección de libros en castellano, salvo los pocos que me son de valor muy particular y los que me han sido regalados. Total, que ahora nuestra sala de estar parece una boutique de viandas deluxe, amén de mandar un montón de libros de cocina— y mira que son grandes— a pesar de que nunca en mi vida he leído un libro de cocina y ser el cocinero de la casa. También dos Macintosh Lion, pues los PCs los considera una abominación.

Dejo aquí de continuar con los detalles, pues sería cosa de no acabar. Nosotros hemos regalado comida por valor de varios miles de euros, sin duda a los más necesitados.

¿Qué por qué hacía ella esto? Primero, no me quiero meter en detalles que ella pudiera tener respecto a dinero extra ni nada, ni si tuvo un imparable racha de “Compras compulsivas por Internet, que es la explicación más probable a mi punto de ver, pues no era a nosotros únicamente a quienes ayudó; acabamos enterándonos de que era a muchas otras personas. Su otra hermana, la que vive en California bien pronto le dijo, ¡para hermana, que pares te digo! Que nos les cabía ya nada en la casa —y esas casas de campo californias ya se sabe el tamaño que tienen en comparación con un piso para 2 vejetes en Granada— pero el caso es su esposo en América no pudo ya, con tantísimo paquete. Para reírse, vamos. Desde luego nosotros no necesitábamos comida extra, ni teles, ni Macs, ni esos que dicen: Macintosh Lion para tontos. Pero a mí me llenó tanto el tiempo como la mente como la fuerza física, nada mal si tienes 62 añitos. Y aún hoy seguimos comiendo a cuerpo de rey a pesar de que Harley ha tenido también que decirle que basta y no más.

Sin duda fue —en algún insondable modo— otro factor en mi separación definitiva de la bebida. ¿Habría tenido ella una rara intuición cuasimágica, brujeril?

Además de mantenerme ocupadísimo físicamente, lo hacía con la cabeza llena de cuestiones tales como ¿Y qué más sorpresas nos esperan? ¿Qué hacemos con todo esto? Pero más que nada, una inundación de gratitud, el sentimiento más sano y prolífico del mundo

Pero este hecho, si importante como factor en mi propia recuperación, no fue sino incidental, y desde luego no lo van a encontrar en ningún otro manual a para dejar de beber.

\* \* \* \* \*

¿No les parece extraordinario?

¿Se me ha levantado acaso la maldición?

Los miembros de A.A. declaran que siempre recordarán su última borrachera, la fecha exacta de mi primer día sin catarlo. Pues que me aspen si eso me ocurre a mí. En USA es ‘lo que hay’, se le considera la única y más segura solución, desde el miserable vagabundo hasta los 9 Jueces

Supremos, sin olvidarnos de la policía etc., etc. Verdad es que suelen saltar aquí y allá clínicas o grupos con sus propios métodos, pero básicamente están calcados de los principios de A.A. Finalmente, sí, habrá alguna secta ultraderechista abstemia, o religiosa (Mormones, Testigos de Jehová, Metodistas, los Amish) o ciertas técnicas importadas del Oriente, a base de meditación, disciplina y yo qué sé.

Nada es perfecto ni garantizado, amigos. Yo he tenido la dicha, el milagro, de encontrar una solución paulatina y 98% inconsciente de lo que me pasaba y eso, digo, NO TIENE PRECIO.

Mi esposa está paulatinamente recobrando la fe en mi persona —tan llena de imperfecciones.

He decidido que, tanto por Harley como por mí mismo, quiero, anhelo, vivir los años que me queden, en plenitud... esta vida tan HERMOSA.

## Capítulo 18: La actualidad

Hasta hace unos pocos años, imaginábame yo ahí sentado en mi taburete, copa, agua y cigarrillo... ¡Que divino, tranquilizador remanso, íntima morada de paz!: el camarero la bata blanca yendo de un lado para otro, ahí la tele, ahí un periódico, o dos, si eran futboleros en ese lugar, el repiqueteo de alguna maquinilla que ya nunca me atraería.

Ahora visualizo la escena y me es repulsivo, aterrador, preámbulo de pesadillas, miserias inevitables. Da hasta asco.

Ojalá que esta reacción inmediata de las entrañas me siga ocurriendo por el resto de mi vida.

Pensando pensando llegué a ver fases de mi vida respecto a un emotivo poema de A. E. Hausman, el cual me debí aprender de niño

*When first my way to fair I took  
Few pence in purse had I,  
And long I used to stand and look  
At things I could not buy.  
Now times are altered: if I care  
To buy a thing, I can;*

*The pence are here and here's the fair,  
But where's the lost young man?*

*—To think that two and two are four  
And neither five nor three  
The heart of man has long been sore  
And long 'tis like to be.*

Traducción:

La primera vez que me llegué a la feria,  
pocas monedillas llevada en el portamonedas,  
y largos eran los ratos que me pasaba mirando  
cosas que no podía comprar,  
ahora las cosas han cambiado: y si me entran ganas  
de comprar algo, puedo;

Las monedas están aquí y aquí está la feria,  
pero ¿dónde está el desaparecido hombrecito?

—Pensar que dos y dos son cuatro  
y que ni 3 ni 5,  
ha hecho que el corazón del hombre haya estado dolorido por mucho tiempo,  
y por largo tiempo es probable que lo esté

Os expongo este enigmático, pero veraz poema por lo que ha representado para mi vida. La última parte nunca había contado para mí, ni lo he incluido nunca en mi cavilar. Pero...



La 1ª parte era yo de joven, y no me podía ni imaginar que pudiera llegar un día en que no me fuera posible disfrutar de una feria. Como así ha sido, si exceptuamos los viajes a Disneyland en Anaheim con mis críos, y aun así salí con la espalda medio bardada del lugar además de estar ya escondiendo mi petaquita en el baúl del coche. Pero mis niños, ¡ay mis niños! ¡Cómo disfrutaron esos días, esos tiempos!

La segunda parte fue lo más central y fundamental para mí. Pues tras llevar varios años en América y hacer un viaje acá, a Granada y Almería, busque sin poder nunca hallar esas cosas, esos amigos, esos ambientes, que eran ya para mí el alfa y omega de la felicidad. Triste, triste, triste.

Lloré mi pasado perdido. Y creo que me pasé mis últimos años de bebedor “A la búsqueda del tiempo pasado”... fútilmente. Total, que dejé mi estampa de bebedor derrumbado, asqueado de la vida, durmiendo en los bancos por toda Granada.

Respecto a la postrera parte del poema, hasta entonces una incógnita para mí, no digna de reflexión apenas, es ahora la parte que más comprendo de todo el poema: la clave, por así decirlo. Siempre buscamos lo que no queremos o necesitamos por que ni siquiera nos conocemos a nosotros mismos. Nosotros somos nuestro propio lamentable y eternamente doloroso misterio; nuestro universo no nos cuadra.

\* \* \* \* \*



Trato de relatar mi presente y no consigo hacerlo, pues tantas son las imágenes, los recuerdos, esos momentos tan especiales que pudieran hacer mella en mí y mi modo de ser, tan ciego.

En Sunrise House, Concord, California, tenían algunas mentes muy eficaces y adelantadas. Muy superiores a las de los alumnos, la mayoría enviada para conmutar sentencias o un DUI *Driving under the influence* por tráfico. También buenas narices, así que cuando pasaba la estricta cuarentena y nos dejan salir a pasear mejor sería que no se le ocurriera a ninguno tomar un soplo al priva. Ni olerlo siquiera.

Esto viene a que nos introdujeron 2 metáforas muy claras, concisas y útiles, a la altura de cualquier mentalidad, si bien la segunda me causó los mismos problemas que Alcohólicos Anónimos: un Ser Superior, o Dios.

He aquí la primera metáfora: Imaginemos que todo alcohólico lleva en el estómago un tigre dormido. Acérquesele etanol, primero se mueve inquieto, parpadea y empieza a estirar las patas; entra el primer trago. Se sacude... acechante. Segundo trago. ¡Ruge! El tigre ha despertado.

Ahora no hay nada que lo detenga, está exaltado, rabioso y destructor.



Esa era, pues, la primera metáfora, y por muy alegórica e inexacta que pudiera parecer yo conocía directamente, sin dudarlo, la gran verdad que encerraba. Lo sentía. Lo sabía.

La segunda era más difícil de aceptar, y dadas mis creencias agnósticas, escépticas profundamente arraigadas de toda la vida, el pensar que una persona, por ser buena, va a ir tras la muerte a un sitio donde le sea recompensada la falta de maldad y disfrutará eternamente (vaya bodrio) sabiendo quién es y quién ha sido en la vida terrestre, para mí era uno de los absurdos jamás concebidos por la mente humana. Primero: la mente se descompone al morir... ¿dónde va a guardar los recuerdos? Por otro lado, siempre me ha parecido más dignificado el *imperativo categórico* kantiano: haz el bien por el bien mismo, no por alabanzas ni recompensas.



A pesar de tener poco o nada de científico, sé por experiencia que éstos, incluso los que se dedican a la mente, consideran nuestra vida como un intercambio entre líquidos y sólidos entre el cuerpo y el cerebro (el cual es en sí un sólido), que todo es cuestión de enzimas, endorfinas, receptores de los mismos, e intercambios eléctricos entre las dendritas o sinapsis, como ahora prefieren llamarles. Y ya está. Psicosomático es un término bidireccional.

Acaban de ver el dragón tricéfalo, contra el que me llevaba enfrenado durante tantos años. El dragón tricéfalo. El enemigo —la enfermedad misma— al que el alcohólico ha de enfrentarse, cortándole las 3 cabezas. La 1ª cabeza representa la adicción corporal, la más fácil de cortar, aunque dolorosa en extremo para el que lleva mucho recorrido. Piensen que en esta terrible batalla todas las 3 cabezas han de ser cortadas, de lo contrario volverán todas a crecer de nuevo. Ahora viene la 2ª, la mente del enfermo. Esta es mil veces más difícil pues es el la principal responsable de las recaídas: en algún recóndito lugar del hipotálamo, la amígdala, del sistema límbico o donde sea que se esconden las emociones y deseos, reside ese imparable *craving* de tomar un traguito. Se habrán ido dando cuenta de que cada cabeza es muchísimo más difícil de cortar definitivamente; y ambas volverán a regenerarse a menos que acabemos finalmente por cortar la 3ª cabeza, en cuyo caso la bestia morirá y seremos libres. Pero el nombre que nos pusieron para esta última y fatal cabeza era ni más ni menos que el espíritu. O sea: la adicción espiritual al alcohol etílico.

Y ahí encontré mi verdadera barrera imposible de zanjar, la misma que siempre había hallado en A. A. y, pensando en retrospectiva la imposibilidad de mi recuperación: estaba yo condenado a que las otras 2 cabezas en las que creía plenamente, volvieran a devolver ese ser a su estado atroz primigenio.

A.A preconiza que no puedes, con su programa sí puedes. Una rotunda contradicción.

Pero nuevamente, en retrospectiva, me doy cuenta de que efectivamente: negaba, o dudaba profundamente, al igual que dudo de los astrofísicos, con sus preciosas nébulas de colores, agujeros negros, y materia invisible, pero ‘que está allí’... tanta teoría para hacer que sus números salgan como ellos quieren y necesitan para su hipótesis, o teoría, igual digo y opino de un “más allá” donde todo lo que aquí vemos no es sino una sombra proyectada de unos monigotes en el fondo de una cueva, de una brillante, perfecta realidad. Simplemente, no hay modo de que me afecten personalmente. Igualmente me resulta ridículo aceptar la Providencia, si bien admito que en la Historia se han dado casos de ‘curación por la fe’ (el efecto placebo actúa sobre igual principio.

Me era tanto más problemático porque ni siquiera podía yo ver un ‘espíritu’ en parte alguna;

mucho menos sentirlo.

Allá por los treinta y tantos años leí una novela: *Zen and the Art of Motorcycle Maintenance: An Inquiry into Values* (1974), por Robert M. Persig, me dejó atónito: concluía, al final del

tomazo, que el Dualismo, introducido por Sócrates y perpetuado hasta nuestros días, era pura falacia: así, mientras unos tienen espíritu artístico y amor romántico por la naturaleza, otros por el contrario eran afanosos con sus aparatitos técnicos, la disciplina estricta, las ciencias... posiciones antagónicas que él pretendía unir en alguien que pudiera reunir en un solo ser, delicado y harto preciso, cada día atendiendo a su moto: pero que los humanos todos somos de un bando o del otro: aceite y agua.

El protagonista, un padre, recorriendo USA en grandes motos su hijo bien resguardado entre sus brazos, y con otra pareja amiga. quería hacerle ver a su hijo que esa es la calamidad de nuestra cultura occidental, el haz y el envés de la moneda, la dualidad. Si se conjuntaran armoniosamente, mandaríamos de un manotazo 33 siglos de errores.



Para hallar la armonía en oriente tenemos: el ying y el yang—si bien estos más que representar un dualismo, reflejan al igual que todas las religiones y credos orientales, la integración total de opuestos, el monismo, la unidad. Todo es parte de un todo sempiterno y lo que vemos no son nada más que apariencias falsas, falaces.

Mente y cuerpo, tal y como explica la ciencia pura. Pero ¿y el romanticismo, al amor a la vida? ¿En qué lugar lo encontraremos... cosas como *compasión*, por ejemplo? Y me di cuenta de que aunque no pudiera aceptar un supuesto “más allá”, sí que creía —siempre lo había hecho— en la naturaleza viva acaso igual de insondable, pues en cierto modo es eterno, se autoregenera perpetuamente, si no en nuestra biosfera, en otras. O sea, el concepto de la “Panspermia” del astrofísico Hoyle. Puede parecer inaudito a primera vista que moléculas generadoras de vida recorran cientos, miles, de años luz y acaben produciendo vida donde le sea posible, a través, de cometas, meteoritos, asteroides, y sobre todo supernovas.

¿A qué diantres viene lo que estoy diciendo? Hablemos de etimologías.

**Espíritu:** del Latín *spiritus*, hálito, soplido, viento, aliento vital. Piensen en el Dios Padre de Miguel Ángel en la Capilla Sixtina. El Papa Juan Pablo II dijo: «Después de haber formado al hombre con el polvo del suelo, el Señor Dios “insufló en sus narices aliento de vida y resultó el hombre un ser viviente” (Gn 2, 7). La palabra “aliento” (en hebreo *neshama*) es un sinónimo de “soplo” o “espíritu” (*ruah*), como se deduce del paralelismo con otros textos: en vez de “aliento de vida” leemos “soplo de vida” en Gn 6, 17. [...].

**Alma:** Tanto el latín *animus* como *anima* vienen proceden de un origen y significados idénticos, y que es, ni más ni menos, Vida. Lo que tiene ánima es un ser animado, si no lo tiene, es, pues, *inanimado*, o sea: muerto.

Un poema del emperador español Adriano, que quedó inacabado debido a su muerte, dice:

*Animula vagula, blandula,  
hospes comesque corporis,  
¿quae nunc abibis? in loca  
pallidula, rigida, nudula,  
nec, ut soles, dabis iocos*

Traducción:

Alma, vagabunda y cariñosa,  
huésped y compañera del cuerpo (yo interpreto al cerebro como parte del cuerpo),  
¿A qué lugares acudirás ahora?  
pálida lívida, y desnuda, y jamás volverás a alegrarme la vida como antes.

Sólo he sustituido en mis disquisiciones a Dios —o Ser Superior a mí— por la Vida, tal y como me indican los significados auténticos de estos étimos, y tenemos el trío perfecto.

Mente y cuerpo nada son sino materia inerte sin el soplo de la Vida. Si yo tuviera una mentalidad al estilo Andersen o los hermanos Grimm, acaso escribiría un cuento en que había un gran Rey cuyo Reino ‘no era de este mundo’. Además de que está de moda, con la trilogía de Tolkien el Rey de los Anillos, o la exitosa serie *Game of Thrones*.

En verdad, el símbolo más firme, estable, y fiable no es bipartito (mente/cuerpo) sino el triángulo equilátero, al igual que su versión tridimensional, la pirámide, es la figura geométrica más duradera y universal: Es la teoría de Hegel: Tesis (mente), antítesis (cuerpo), síntesis (ánima vital).

¡Había encontrado las 3 cabezas del dragón sin recurrir a la metafísica y estaba en mi poder matar para siempre el maldito enemigo tricéfalo!



Simbolo Masónico



태권도

Tae Kwon Do

Foot Fist Way of life



«Annui Coeptis  
 Aceptar lo emprendido  
 En el dorso del sello dice  
 E PLURIBUS UNUM  
 (De la pluralidad surge la unidad)



A. El Padre y el Hijo no bastaban: faltaba su síntesis unificadora en el Espíritu Santo para llegar a la Divinidad.



B. La consigna de la Revolución Francesa. ¿Dónde quedarían la libertad y la igualdad — políticamente antinómicos Capitalismo versus Comunismo— si no quedaran supeditados a la conciliadora fraternidad?

C. El símbolo masónico que predica la fe, esperanza, y caridad (a veces sustituido por solidaridad)

D. El eterno triángulo y pregunta sobre quién es más feliz: el joven, el adulto o el anciano. Yo siempre elegiría el 1º o el 3º, pero nunca el central. Al referirse a una misma persona.

E. TaiKuondo. Los medios serían las patadas y los puñetazos, pero de nada servirían sin la disciplina, el “modo de vida”.

F. En el sello EEUU dice *Annuit Coeptis*, que viene a la aceptación incondicional del enfrentamiento hasta la muerte; en su dorso Dice: *E PLURIBUS UNUM*, de la pluralidad se produce el Uno.

G. Finalmente, el precioso símbolo de perfección e integración entre los celtas, que coincide con el de los samoanos polinesios.

Y son sólo algunos ejemplos:

Triangulares son los símbolos del reciclaje, de los materiales biológicamente peligrosos, lo tienen los prehistóricos de Levante los egipcios, mesopotámicos, los chinos, incluido el taoísmo de Lao Tsé en—el uno engendra el dos, el dos el tres y el tres lo engloba todo— persas, griegos, que lo pusieron como ejemplar perfecto de geometría, o la alquimia: ABRACADABRA: pongan debajo lo mismo pero sin la 1ª y última letra, y así sucesivamente hasta llegar a la ‘A’ central sola; vemos triángulo equilátero que dice esa palabra tanto arriba como a la derecha:

A B R A C A D A B R A  
B R A C A D A B R  
R A C D A B  
A C D A  
C D  
A

Los musulmanes sufíes... No pararíamos nunca. La mayoría, lógicamente ni se refieren si quiera al Cristianismo. La tríada como unión perfecta es universal.

Dejo para el final mi favorito: el Triángulo de Penrose, escheriano, o imposible.



Dejando atrás estas reflexiones y diatribas que más son de ayuda propia que para el lector, aunque nunca se sabe... si un drogadicto tiene problemas con el “Ser Superior” por mucho que te



digán que puede ser la ‘fuerza del mar’ (lo clásico en A.A.) o mil chorradas afines, piensen en lo que les he explicado respecto a la vida, o VIDA, como entidad con mil facetas siempre cambiantes y eterna. Yo seré cenizas, pero acabarán fertilizando algún césped o dando savia a un árbol. Con eso me basta. Soy parte de la vida.

Tú también lo eres.

¿No es la Vida, acaso superior a ti?

Una última palabra sobre la vida, todos los seres vivos disfrutamos de movimiento. Incluso las plantas, fenómeno que dividimos en dos tipos: ‘nastia’ —una gran gama— como la mimosa, que al ser rozada, se encoge = sismonastia, y tropismo, si es direccional —la patata, cuyos rizomas, ante la cercanía de un vaso de agua, se dirigirán todas hacia él, y en total oscuridad— y digo yo, ¿dónde tiene la patata la mente o inteligencia? El Drive de la vida.

Hablemos de instintos. Estos son tan fuertes y todopoderosos que ni el cuerpo y sus hormonas, ni la mente ni con sus interacciones, los explican. La vida, siempre la vida y sus eternos ciclos. Basta de filosofías.

Bueno, vamos a decir algunas palabras sobre cómo me va ahora.

En una palabra: soy feliz. Y feliz de poder hacer feliz a mi esposa, que no tendrá —poco a poco lo irá aceptando plenamente— que estar nueva mente “pisando huevos” respecto a esas nefastas recaídas.

Somos una pareja muy poco convencional, y esto les va a parecer extrañísimo, incluso intolerable, a unos pocos, y más si no han llegado a sobre pasar los 60 años como nosotros.

Sigo sin llevar dinero, después de aquel encontronazo con el juego (y lo hacía sólo en las recaídas cuando me hacía de algún dinero...

cumpleaños (mi madre), etc. Así que sólo llevo las llaves y pañuelos de papel. Cuando me llegaba al banco, sacaba unos €200. Mas eso en nada me ha de preocupar ya en modo alguno, pues mi esposa siempre va conmigo, a todas partes. A las compras, a las citas psiquiátricas y reuniones de bipolares, y al médico de cabecera. Ah, y al banco si fuera necesario, mas tenemos todos los pagos domiciliados. Ella, cuando cumplió los 70 años (efectivamente, es mayor que yo) ha comenzado a recibir una pequeña pensión de EEUU, menor que la mía, pero mira: no necesitamos nada, estando la casa tan llena de comida como está.

Ande yo caliente y riase la gente. Cuanto más lejos esté de volver a recaer, más feliz soy, particularmente porque mi querida esposa ya ha sufrido suficiente, y yo la veo mucho más tranquila en nuestra nueva vida presente. Tampoco pretendo — ¡que me aspen si no!— que este sea un plan de vida para nadie más que mi pareja y yo. Cada cual se cuece las habas como le venga en gana, y busque y ojalá encuentre su propia salida individual del laberinto, que corte el dichoso nudo gordiano a su manera: no sólo deseo sino lo mejor... que sobre viva unos años más.

¡Tantos años sin poder aceptar nada de lo que me ofrecían, por cabezón y por seguir bebiendo aun a mi pesar! ¡Tantos miles de otros en la misma situación! En A.A. su alusión más típica es al poder del mar como más fuerte que yo, pero eso... ¿de qué me servía? De nada. Incluso existía en Berke ley una reunión de A.A. llamada grupo humanista, donde no se debía mencionar nada ultra terrenal; pero siempre existía ese silencio delatador.

\* \* \* \* \*

Añadamos otro factor: cuantos más años de sobriedad se goce, tanto menor es la motivación de perder este estado. Lo que no significa que deba bajar la guardia, pues mi diablo siempre estará a la vuelta de la esquina; peor: En la esquina, en cientos de esquinas y no esquinas de Granada.

Ni fumamos, ni bebemos, y somos vegetarianos (añádasele a la dieta pescado, mayormente

azul, por lo que nada tenemos que temer del colesterol ‘malo’; y huevos, que ahora insistimos en que sean camperos —pobres animales. Los animales no permanecen ni pertenecen en jaulas apretujadas. ¡Ninguno!

No tomamos azúcar de ningún tipo. El único sustituto 100% fiable viene de una planta y se llama *Stevia*; pero ya le hemos perdido el gusto al dulce (yo comía tantos pastelitos que desarrollé diabetes tipo 2) y no tomamos más cosas dulces que la fruta, y en cantidades moderadas (yo al menos).

¿Y qué más queréis que os diga? Nos tiramos mucho tiempo en cama—a mí a veces me sobre vienen y a pesar de los medicamentos, depresiones en que no quiero ni salir del cuarto durante días excepto para mis necesidades y aceptar alguna vianda que mi mujer me mete en la boca

Pero voy mejorando y mucho.

Vemos programas divertidos en la tele, y tenemos una bici fija elíptica para ejercitar los músculos. No nos gusta salir mucho., aunque todos nos dicen que lo mejor es pasear. , pero todos estos pormenores se refieren a nosotros dos y a nadie más.

Ah, y nunca hago viajes, lo que yo denomino “geográficos”. ¿Se acuerdan? “People, places, and things”. Personas, lugares y cosas. Todos los que padecemos esta enfermedad hemos pensado que todo se solucionaría si conociera a alguien fabuloso/a, encontrara mi lugar perfecto, o tuviera mucho dinero, una vida tranquilita... Yo solía pensar, de veras, que al otro lado de ‘esa’ montaña en el horizonte, todo sería más lindo.

Notad que he dicho que los alcohólicos *padecemos* y no *padecemos*, por una razón obvia: puede admitir que “soy alcohólico” o tal vez “Alcohólico rehabilitado”. Pero si dice “Ex alcohólico” (el léxico de Grexales), lo que implicas es que no bebes y punto. Muchos de A.A. dicen, que son amigos de Bill Wilson, el principal redactor del Big Book.

¡Cuánto años he deseado poder tornar a beber tras unos años! No me cabía en la cabeza el ser abstemio hasta la muerte.

Ya no... ¡nunca más! Ahora prefiero morir antes de tomar un trago... volver a lo pasado. Palabra de Honor.

Me tomo mis medicamentos para el síndrome bipolar, diferentes los de la mañana a los de la noche, pues de día se pretende que no me deprima y tomo Fluoroxetina (Prozac) y por la noche los estabilizadores del ánimo y algún tranquilizante o ansiolítico, que tomo también cuando no puedo dormir y Depakine Crono (Ácido valpróico) un anti convulsivo que, junto a otros muchos, ha demostrado su eficacia, no sólo en las depresiones agudas, sino en conjunción con las BDZ o benzodiazepinas (ansiolíticos), y/o los antiopiáceos (bloqueadores de dopamina) en el síndrome de abstinencia, junto, así como contra las recaídas: Además, puesto que antes estaba más gordito, sufría de hipertensión y diabetes II, al igual le pasó que a mi hermano, pero mucho más benigno. Perdí 20 kilos, pues nunca tomo azúcar, o dulce alguno o grasa animal, ni exceso de cereales.

Suelo ayunar durante 24 horas al menos una vez por semana creo que esos peligros han quedado bajo control.

Y como dije: ¡Soy feliz!

Gozo ahora de cinco años de sobriedad en armonía y paz con el mundo —sobre todo con los que me rodean, que comparan al antiguo y nuevo Kirk y les cuesta creer— y todos, todos estamos de acuerdo: así es como tenía de ser.

Y cuanto más pueda ayudar en que cambie la triste situación de unos pocos de estos millones de enfermos, más feliz estaré. Gracias a todos. —os quiero.



## Capítulo 19: El futuro

Nuestro deseo es poder seguir adelante disfrutando de unos diez, acaso quince años más, de vida, aunque eso sí: en lucha contra los avatares de la vejez progresiva, que no perdonan. Pero, habiendo ganas, eso llevamos a nuestro favor.

Además, ambos padres de mi esposa Harley sobrepasaron los noventa, y mi abuelo también era nonagenario. En ambas familias parece darse la longevidad y ojalá que así sea... en sobriedad.



Hay algunos étimos del inglés que quisiera introducir: este primero, *booze* en realidad no tiene trascendencia. Simplemente es igual que ‘la priva’; ya les expliqué lo que quiere decir binge o beber por períodos, pero sin freno. Otro es *blackout*, lo que ocurre con nuestra memoria a la mañana siguiente: que no recuerdas nada así te pegan un tiro.

Los dos que siguen a continuación sí son imprescindibles pues, como muchos otros étimos, no tienen su correspondiente español, y son de capital importancia para el asunto que tenemos entre manos: *drive*, el *craving*.

*Drive* en sí no es bueno ni malo, los hay de todos tipos. Significa, aparte de *conducir*, ese impulso, empuje, la parte fundamental de nuestra personalidad o ser que nos arrastra hacia lo que queremos ser o conseguir afanosamente, lo que llamábamos en psicología ‘autorealización’. Beethoven anhelaba ser músico, y eso le impulsó a escoger el camino adecuado.

En su modo pasivo, *driven*, viene a significar ‘ser arrastrado a la fuerza’ Si el *craving* es directo y casi imparable, el *drive* por el contrario es más insidioso, puede implicar planear y hasta engañar para obtener tu fin.

Un médico, desde chico, querrá ayudar a las personas enfermas (o ser un “profesional rico” en EEUU); un arquitecto, construir edificios o bellos puentes. El artista, escritor, el científico, todos lo llevamos en mayor o menor grado.

Muchos impulsos, en especial los sanos, se van al garete por algún agente exterior o por indolencia innata o adquirida.

Luego está el *drive* hacia la bebida, el juego, la violación y/o la pederastia, incluso a ser un asesino en serie... llamemos a éstos impulsos enfermizos o patológicos. Este *drive* que tira tanto de la persona —del que solemos decir que está ‘*driven*’, usando el participio de *drive*— ¿de dónde nos puede venir? Y puesto que no se ve, oye huele, ni nada parecido, he de concluir que es

más “materia espiritual” aunque en algo debe influir la mente, más cercana al espíritu que el cuerpo. Lo digo, puesto que existen tratamientos tanto psicofarmacológicos como quirúrgicos (en la misma amígdala o sistema límbico, por tubos que te meten por la nariz o perforando algún agujerito en la parte occipital, que yo de eso ni idea), pero que han de ser los métodos vigentes si bien optativos para una supuesta “resolución” y eventual devolución a la sociedad, parecen casi tan aterradores como la famosa trepanación hecha a Jack Nicholson en *Alguien voló sobre el nido del cuco* (1975). Al violador y/o al pederasta le pueden (con su consentimiento, insisto) castrar; pero los tormentos del *drive* en su mente le perseguirán de por vida.

Con respecto a los fármacos, hay siempre, incluso en tratamientos ambulatorios, una regla absoluta: La automedicación, al igual que la voluntaria supresión o incremento de la ingesta de los fármacos prescritos, puede llevar a consecuencias extremadamente indeseables, la menor de las cuales acaso sea recaer, que es precisamente lo que se pretende evitar: un alivio lo más plácido posible durante la transición del *síndrome de abstinencia*, seguido de un período prolongado de abstinencia de beber, con el menor craving y drive (a beber). Sólo así podrá el alcohólico decirle adiós al alcohol. También requerirá de visitas de control así como asistencia semanal (como mínimo) a terapia de grupo, el cual podría incluir —no veo por qué no— diversas adicciones. Sirva de ejemplo Narcóticos Anónimos, a falta de una reunión cercana y conveniente de N.A. puede igualmente acudir a A.A. y viceversa, siendo acogido con los brazos abiertos. Yo, por cierto, en Berkeley entré por error en una reunión y vi las enormes tazas de styrofoam o poli estireno que servían para el café. Me di cuenta de que se trataba de una reunión de *Overeaters Anonymous* (para su adicción a la comida). Me dije ¡Oh oh! y como yo no quería ser intrusivo ni enterarme de sus problemas o que les pudiera dar reparos... me salí. Pero eso es un caso extremo.

La otra palabra imprescindible, y que todos los profesionales de las enfermedades mentales conocen, pero no los legos en general, ni siquiera muchos drogadictos instituidos en la problemática es: *Craving*. ¡Terrible sentimiento!

- El bebé que berrea por quién sabe qué. (Algo imperativo será... no para pasarlo bomba).
- El joven que se queda mirando al escaparate de los dulces y se desvive por tener ese caramelo grande y redondo, con su palo y tantos colores en espiral.
- El amor sea acaso un *craving*. No lo sabría decir.
- Levantarse —o antes, cuando tu mano ya está buscando el cigarro— y luego, al rato, servirse o que te sirvan una copa, y rápido... eso es *craving* “Un ansia imperiosa e imparable de tener o, más frecuentemente, ingerir algo.
- El ludópata lo sufre, la bulímica, el trabajador compulsivo... todos lo sufren, pues es eso: una compulsión.
- Las recaídas dependen en un 80% como mínimo del *craving*, y por estar *driven* hacia el trago; que si consiguieras quitártelo de la cabeza esperando 15 minutos, o llamando a un amigo, posiblemente te salvaría incluso la vida.

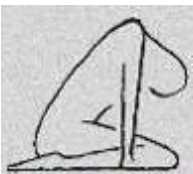


## Craving

El *craving* es la pieza central tanto en negarse a aceptar el retiro o control de abstinencia, ese paso típicamente que, ‘a palo seco’ (*cold turkey* en inglés) resulta poco menos que imposible de soportar para el alcohólico avanzado. Necesita hospitalización o al menos cuidados farmacológicos controlados, pues si no, incluso morir por sobremedicarse, o por exclusión de remedios adecuados. Ya conocéis los síntomas, que son extremadamente dolorosos tanto físicos —temblores, sudor frío, vómitos continuos, mareo, imposibilidad de conciliar el sueño— como psíquicos —depresión aguda, ganas, si no de morir, de ocultarse bajo un mueble, acurrucado, o algo así y pasar desaparecido a solas... desesperado, luego te puede llegar el *Delirium Tremens* ¡horribles alucinaciones de bichejos, víboras etc! — y a ver quién es el guapo que diga lo contrario. ¿Se acuerdan de esa película con Ray Milland y dirigida por Billy Wilder: *Días sin huella* (1945)? Pues es tan real como la vida misma, si no tenemos en cuenta el final.

Curiosamente, yo me ponía del lado del protagonista, como cuando encuentra la sombra de la botella en la lámpara del techo, y en otras muchas escenas, pues conocía su situación de primera mano. Algo similar ocurre en esas series en que la protagonista tiene poderes o sueños de hablar con los muertos... suspensión de la incredulidad, se llama: tiende uno a ponerse de parte del protagonista, si no es una mala bestia. Acaba la película de marras, con final feliz y matrimonio, claro está. Hollywood.

Luego, tanto el *craving* como el *drive* van a ser los que cuando menos te lo esperes, un buen día, te hagan agarrar tu bebida de preferencia y tragártelo de un golpe, acaso dos. Sólo basta un recuerdo oculto en un rincón de tu mente, un chispazo que brota desde dentro, un “*déjà vu*”, algo que has visto, (oh, ese bendito bar), un paquete vacío de tu tabaco preferido tirado por las acera. Y ¡zas! Necesitas despertar ese tigre dormido, lo ansías más que nada en el mundo. Te arrepentirás después... pero ya es tarde. ¡Ésta cae! Te dices.



A la mañana siguiente despiertas temprano y tu cuerpo te pide alcohol sobre todo y tabaco (pues compraste una cajetilla y te la fumaste entera). Te toca decidir: seguir o no. Pero la recaída es lo más normal del mundo. Por mucho esfuerzo que te cueste... ¡Para!

Por eso he mencionado tanto el tabaquismo en mi libro. Siempre me había ocurrido igual:

había dejado de beber pero no de fumar; no, eso aún seguiría hasta que temiera seriamente otra recaída para “darle el gusto completo al paladar”, o lo dejaba, cosa que nunca he encontrado tan difícil como lo pintan. Una vez iba en el autobús y me dije: ¡Ya no fumo más! Cuando me apeé en mi parada, arrojé la cajetilla sin más miramientos ni dudas a la papelera; el encendedor lo dejaría en la cocina. 2 días de *craving* tremendos, pero yo tozudo. Al tercer día ya pasaba ratos largos (al igual que pasa por la noche) sin acordarme... y al 4º día ya tenía la batalla ganada. También guardo un frasco lleno de colillas y cenizas en un jarro de cristal por si las moscas; he oído que en muchas sesiones anti tabaquismo se coloca una jarra inmensa de esa por quería en medio de la mesa. Pero nunca he necesitado ver ni oler su feo contenido. Y me siento como un millón de dólares. Ah, y que sepan que ese negro alquitrán que te recubre los alvéolos va eliminándose paso a paso, hasta dejarte los pulmones rosáceos como si fueras un niño.

Pero resulta que, aunque no fumara, yo, cada vez que recaía en mi copita de coñac, ya me había comprado un paquete o dos, pues sabía que los iba a necesitar.

\* \* \* \* \*

Ahora, amigo sumido en el problema, vienen la “buenas nuevas” prometidas, que iremos viendo convertirse en realidad en un futuro no muy lejano. Hoy por hoy España, en plena crisis económica, de ningún modo podría afrontar los varios gastos, que realmente no serían tan ingentes. Acaso algo parecido a la drástica transición de recogida de bolsas de basura en las puertas de todas y cada una de las casas —un gran montón de ellas en las comunidades vecinales, e ir colocando contenedores de 4 tipos por toda la geografía peninsular. El ejemplo casi viene que ni calzado. Y yo diría que los beneficios al país y al planeta, como nuestros ojos, serían aún superiores. ¡Muchos menos borrachos tirados por ahí... y esos guetos!

Quizás el problema de base es que el ámbito de la medicina, tanto en la medicina socializada o (Europa en general) como en la atención por estar abonando y tiene un seguro médico en toda regla, se ha considerado—quienquiera que ese “se” pueda ser, han excluido a los alcohólicos como sujetos dignos merecedores de atención por la bajísima tasa de rehabilitación, sin prestar atención a que ese hombre o mujer es un ser humano enfermo y tiene posibilidades —si acaso remotas— de sanación.

Puede que tenga que ver con lo que está haciendo la economía con la medicina: *Quality of life* calidad de vida versus costes. Gastar, sí, pero ahí donde hayan esperanzas de obtener una mayor calidad de vida. Ahorrándose tolo lo demás. Esto puede ser económicamente aceptable pero totalmente injusto deontológicamente.

Mi proposición es que se han venido aplicando medidas muy anticuadas e inapropiadas en el tratamiento... y se encuentran en un callejón sin salida. Yo repito lo que pienso sobre el Colme: te prohíbe beber (tanto como estar encarcelado) pero no hace nada con tus ansias de hacerlo. Dejar atrás la bebida es un acto en el que definitivamente haste participar tú; si no, es una sentencia a muerte.

En EEUU esto no se implementará en lo que queda de siglo, con su “economía de goteo”, falta de seguridad social alguna, y el imperio de A.A., que pregona que el alcohólico sobrio que no asiste a sus reuniones lo hace “con los nudillos apretados” (aguantando las ganas). Yo lo veo al revés... literalmente. Sólo los potentados e hijitos/as de papá disfrutarán de estos asombrosos avances psicotrópicos.

Pero en Alemania, Francia Inglaterra y probablemente en Italia ya se están poniendo en marcha los engranajes.

Me topé con un librito en formato electrónico llamado MonografíaFARE.pdf, de la Federación

española de alcohólicos rehabilitados.

Mi consejo es que se lo descarguen y acaso impriman, pero sin pensárselo dos veces. Es un documento incomparable en su detalladísimo tratamiento de todos los aspectos tratados en mi libro.

Aunque yo ya lleve algunos años sin beber, si me hubiese topado con un documento remotamente parecido hace 20 años... ¡Ay! ¿Qué os diría? Pero ojo: que no es para seguir a solas.

Desde luego todo el estamento médico, con su juramento hipocrático, y en especial los dedicados a los trastornos mentales tienen la obligación moral, en opinión de este que escribe, de obtener, re tener y estudiar de cerca la miríada de prescripciones o actuaciones en él contenidas. ¿Cuándo abrirán los ojos a la vista de este simple compendio? Así abre, sin preámbulos:

### **Aproximación al tratamiento integral del alcoholismo**

Imagino que es una agrupación parcialmente privada, como Grexales en Granada. Pero ahícesan las similitudes.

Y aunque la Seguridad Social no siga sus directrices, la magistral panorámica inicial presentada en el libro, sobre la situación actual en España, está firmada ni más ni menos que por:

Francisco de Asís Babín Vich, Delegado del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.

Es mi firme convicción que esta obra debe de ser de obligada lectura, y referencia y modelo para todos los miembros del establecimiento médico del país.

Durante todo el siglo XX y entrados en el presente, no había recibido yo de ningún programa para alcohólicos un solo fármaco, a excepción de una ayudita a la desintoxicación en Urgencias: un tranquilizante y suero fisiológico para la deshidratación. Ninguna menos una: El departamento de drogodependencia de la Seguridad Social española. Ahí me prescribieron Colme, el cual, junto al Antabuse estadounidense yo odiaba a berrear. Es ponerle barrotes a alguien que ya los tiene, meter al prisionero en la celda de castigo. Cierto: habrá algunos a quien haya ayudado. Pero verás lo que pasará tras dos o tres años y lo deje de tomar (ojo, nada de alcohol durante los primeros 7 días). Según tengo entendido, se descubrió accidentalmente utilizando una mezcla de fertilizantes y herbicidas, con lo cual la determinación de su inocuidad en el cuerpo humano a largo plazo queda lejos de de mostrar. Igualmente el disulfuran o Antabuse se descubrió en un pueblo danés por la compañía Medicinalco, de lo que extraían de una mina. Su propósito era crear un vermicida, pero en cuanto iban al bar... ya se imaginarán. Igual que yo me imagino lo que pasaría de inmediato en ese pueblo, el cual probablemente ya ni existe, o han trasladado su fábrica a un país más acomodador, pues la estampida sería sonada. No son nada los daneses, en cuanto no pueden tomar ni dos sorbos de cerveza.

También he leído que existe en España una tal “Estrategia Nacional sobre Drogas 20092016” que no sé si será un plan, una cábala o un documento en formato papel o digital. Ya nos enteraremos, con un poquito de suerte.

He de admitir que acabo de encontrar ese documento (que dudo que pase de ser eso: un mero documento, en pdf., legible y descargable, en la Red). En realidad no pasaron de ser unas “Jornadas sobre alcohol y drogodependencias”, si bien al final una vez redactado el plan, el Consejo de Ministros del Gobierno la aprobó. Un posterior “Plan Nacional sobre Drogas 20132016 España” tiene intención de reafirmar el de 200916, dentro del contexto de la Unión Europea. Desconozco hasta qué punto tiene fuerza legal, si sigue vigente, o si hay alguien que le haga caso. La Estrategia quiere ser la de todos los españoles, a los problemas que plantea el



consumo de sustancias psicoactivas”. Empezamos bien. Todos los españoles, ni más ni menos. Su composición es como sigue:

1. Introducción.
2. Estado de situación.
3. Principios rectores y objetivos generales.
4. Coordinación.
5. Ámbitos de actuación:
  - 5.1 Reducción de la demanda.
    - 5.1.1 Prevención.
    - 5.1.2 Disminución del riesgo y reducción del daño.
    - 5.1.3 Asistencia e integración social.
  - 5.2 Reducción de la oferta.
  - 5.3 Mejora del conocimiento científico básico y aplicado.
  - 5.4 Formación.
  - 5.5 Cooperación internacional
6. Evaluación de la Estrategia Nacional sobre drogas 2009-2016.

Total, 95 páginas en que se trata el alcoholismo como enfermedad.

El apartado 5 es, naturalmente, el que más nos interesa.

Me saltaré el 5.1, así como la 5.2, Reducción de la oferta, por el recuerdo histórico de 1919 (La Ley Seca de EEUU), Hoy, todos los estados dictan que la mínima edad es de 21 años. Saben que es droga dura y pura, con grado altísimo de adictividad. Excepciones: Puerto Rico y las Islas Vírgenes, que tienen categoría de “libre asociado” y “Commonwealth” respectivamente. ¿Dónde quedó — digo yo— eso de que el vino es ‘regalo de los dioses’?

Este apartado, 5.1, tiene tres subapartados dos de los cuales considero que he abordado ya al principio del libro. Además, La intención primordial de esta obra no es la de prevenir, sino de ayudar al que necesita salir de ese profundo hoyo en que la víctima acaba metido.

Pero veamos el 5.1.3, que considero legítimo, totalmente apropiado y muy necesario:

Copio directamente:

#### 5.1.3. Asistencia e integración social:

El análisis y la revisión de las políticas de drogas en los últimos años en España permiten observar el cambio producido en la percepción social del fenómeno del consumo de drogas y de las drogas dependencias. Quizás el más significativo reside en la concepción de las adicciones como una enfermedad más y, por tanto, en el reconocimiento de que los afectados por las mismas tienen derecho a la correspondiente atención sanitaria y social.

La atención sanitaria y social de las personas con problemas relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas debe estar adaptada a las nuevas necesidades, siendo necesario que se garantice, atienda, facilite, coordine e incremente la misma, desde la máxima de que cualquier programa está en función de las necesidades del individuo.

Las características de la atención sanitaria al drogodependiente deben contemplar, como principios básicos, la individualización del tratamiento, la atención normalizada desde los diferentes recursos sanitarios de la red asistencial pública, la integralidad y coordinación de los recursos implicados, así como la posibilidad de presentar una cartera de programas diversificados y flexibles adaptados a la realidad del usuario, a la hora de establecer el plan

terapéutico.

El contexto asistencial en el que se desarrolla la desintoxicación y la deshabituación de la conducta adictiva es de relevante importancia, y cada vez está más extendida la conclusión de que existe una relación directamente proporcional entre las actuaciones sanitarias y sociales en el marco natural del entorno del paciente y el éxito terapéutico.

Por otro lado, al alto grado de calidad ya alcanzado por las redes asistenciales en el conjunto del Estado en la actualidad, se trata de añadir la máxima precocidad posible en las intervenciones (detección de factores de riesgo y cribaje, derivación, diagnóstico de la adicción, inicio de la deshabituación, y estrategias de mantenimiento y consolidación de la abstinencia), así como de garantizar la calidad (efectividad, eficiencia, equidad) de las intervenciones diagnósticas y terapéuticas, para lo cual es imprescindible la coordinación entre los servicios sociales, el sistema judicial y los servicios sanitarios.

Las recaídas en el consumo de drogas, una vez iniciado el proceso de tratamiento, forman parte del mismo y como tal han de abordarse, tanto por los profesionales como por el propio paciente y el entorno familiar y social que le rodea.

Se debe tener en cuenta que, para muchas personas, el problema no es única y exclusivamente el abandonar el consumo de una determinada sustancia, sino otras circunstancias: policonsumos, enfermedad mental, precariedad económica, desarraigo social, laboral y/o familiar, y en general ruptura o inexistencia de vínculos sociales integradores.

[...].

Hagamos hincapié en 3 factores de primer orden: 1º La atención sanitaria y social son un derecho. 2º La atención ha de ser personalizada mirando a las necesidades de cada individuo. Y 3º, La asistencia sanitaria ha de ser continuada, comenzando por el diagnóstico de la adicción y el inicio de la deshabituación, y acabando con la aplicación de estrategias de mantenimiento y consolidación de la abstinencia, aun teniendo en cuenta posibles recaídas.

Así que ya sabéis: tenéis el derecho de exigirle a vuestro médico de cabecera que siga estas normas, refiriendo a especialistas cuando sea necesario (o sea: siempre).

Acabo aquí con este documento, sea legal y de implementación obligatoria o no.

Tengo que destacar una realidad palmatoria —por mucho que existan los escépticos recalcitrantes— y es que los programas de recuperación, todos, lo primero que te dicen es que “No tienes poder ante el alcohol” u otros programas, sin llegar a tales extremos te hablan de un poder que en realidad es un fantasma—a menos, claro, que te entregues en alma y espíritu a otro fantasma superior al que no has visto ni en el mapa. Eso sí: iglesias, las hay a montones. Ningún alcohólico puede salir sin ayuda: mucha y controlada ayuda. Controlada médicamente, quiero decir, pues son los que saben su materia.



O acaso tengamos que esperar a que las generaciones salientes se den plena cuenta.

Toda esta parte final y esperanzadora va dirigida en especial a los profesionales especialistas, de quienes sé, tan claro como cuando luce el sol es de día, serán los grandes salvadores de estos

pobres enfermos en un futuro no muy lejano. Al igual que me curaron a mí.

Tratamiento biopsicosocial (ante todo familiar), comprensivo y su reinserción en la sociedad.

Por tanto, lo primero es pedir a tu médico de cabecera, sin remilgos ni vergüenzas ocultas durante años, que te remita a un especialista. Es su obligación, pues eres paciente enfermo suyo:

Los pasos a seguir que normalmente deberás ver en tu progresión hacia la salud, si la tabla la llevas con absoluta sinceridad a cabo, son estas:

1. Primer contacto o Acogida.
2. Desintoxicación. (Ante todo disminuir los excesos psicofísicos derivados el *craving*)
3. Hospitalario.
4. Ambulatorio.
5. Deshabitación
6. Extinción de la conducta de beber (el *drive*).
7. Mantener la motivación a lo largo de todo el proceso (consultas regulares, terapia de grupo, y ayuda familiar, entre otros).
8. Reorganización de las actividades del paciente: alternativas.
9. Prevención de recaídas (que deberán basarse ante todo en la ingesta de medicamentos prescritos por su especialista —hablaré más luego sobre esto).
10. Tratamiento de la psicopatología asociada.

Lo que sigue a continuación, os anticipo, podéis saltároslo, pues es un bodrio —sobre fármacos— de toma y daca:

Los fármacos antialcohólicos son básicamente de 4 tipos. [Expongo esto esquemáticamente, pues es el especialista el encargado de de terminar clínicamente los productos que a cada paciente individual le va mejor]

A) Fármacos antidipsotrópicos o adversivos: Colme y Antabuse.

B) Fármacos anticraving: Empezaremos por las benzodiazepinas (BDZ). Son ansiolíticos y calmantes y los hay muy de muy amplia gama; yo conozco el Lorazepam, benzodiazepina de acción sistémica. Ansiolítico. Sedante e hipnótico, así como el Clorazepato dipotásico (Tranxilium). El más fuerte —algo diferente en cuanto a clasificación— que me han recetado sólo una vez, pero muy eficaz para poder soportar el síndrome de abstinencia, fue el Distraneurine (Clometiazol). Hay que poner énfasis, sin embargo, que estos medicamentos —sobre todo el último— deberán tomarse de corto a medio plazo, y ajustarse a la prescripción facultativa, pues pueden provocar adicción. Caso de que se dé un caso de craving, consulte a su doctor, para una ocasional ingesta de tranquilizantes.

Acción terapéutica: Ansiolítico, miorrelajante, anticonvulsivo.

Indicaciones. Trastornos por ansiedad. Ansiedad asociada con depresión mental. Síntomas de supresión alcohólica aguda. Insomnio por ansiedad o situaciones pasajeras de estrés.

C) Antipsicóticos, Antiepilépticos y Comiciales (tratamiento del dolor neuropático), todos éstos mayormente de 2ª generación. La gran revolución moderna. Puede llegar a ser la pieza clave en la abstinencia prolongada, sin sufrir efectos *craving* y de sentirte driven hacia la bebida. Su propósito inicial fue el tratamiento de la epilepsia, comenzando por el litium, pero demostró resultados espectaculares en muchas otras enfermedades. La lista de tales fármacos es larga. El más popular tal vez sea la Gabapentina (Neufront o Gabatur).

D) Fármacos que disminuyen la compulsión y el deseo y por la bebida (1): Antagonistas

opiáceos: Naltrexona y Acamprosato. A mediados de mayo apareció en la sección “noticias” de Google (en inglés, que es lo que usamos en casa) nada menos que 70 artículos o Urls anunciando estos dos fármacos, basándose en un estudio llevado a cabo en la University of North Carolina Chapel Hill. También, en la mayoría de los escritos se hace referencia al Topamax (Topiramato) como espasmódico perteneciente al mi grupo C., así como Nalmefene para controlar el dolor neurológico.

El enlace, siendo de carácter periodístico, desapareció, como es natural, pero conseguí descargar algunas Urls de las recomendadas, y por el hilo se saca el ovillo, si me entienden. Pero lo más interesante son algunos de los títulos de estos artículos:

—Only 10% of alcoholics get meds to treat addiction (Tan solo el 10% de los alcohólicos reciben medicamentos para tratar la adicción).

—Study finds doctors unlikely to prescribe medication to alcoholics (Un estudio revela que los médicos son reacios a prescribir medicamentos a los alcohólicos).

—Meds Can Help Problem Drinkers, But Many Doctors Don't Know That (Los Dres. Pueden ayudar a los bebedores problemáticos, pero mucho de ellos no lo saben).

—Alcoholism drugs work in study that may dispel physician doubts (los fármacos antialcoholismo funcionan, según un estudio que puede erradicar las dudas de los médicos).

E) Antidepresivos tricíclicos y tetracíclicos, pero que en muchos casos pueden resultar contra indicados.

F) Vitaminas y cofactores, como el intestino delgado (Deficiencia de Vitaminas) ShoshinBeriberi Tiamina (Vitamina B1) Ácido Fólico Vitamina B12, Piridoxina (Vitamina B6).

Así que no desprecien el poder beneficioso de unas buenas dosis a B1, B2 B6 y B12 en la desintoxicación.

Insisto que en todos los estudios realizados hasta el presente, la farmacología arriba descrita supera con creces a ambos adversivos: el Colme y Antabuse).

Otro documento de aplicación obligatoria es el siguiente:

Real Decreto 10/30/2006, de 15 de septiembre, por el que se establece la cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud y el procedimiento para su actualización.

NORMATIVA, 4.

Artículo 5. Criterios y requisitos.

El tratamiento del abuso del alcohol se halla incluido en:

6.2.1 Anamnesis y consejo sobre hábitos que comporten riesgos para la salud, como el uso de tabaco, alcohol y sustancias adictivas, incluyendo la prevención de los accidentes.

6.4.3

b) Atención al consumidor excesivo de alcohol. Incluye la detección y cuantificación del consumo y frecuencia de la ingesta, la valoración de la dependencia, el consejo de limitación o eliminación de consumo, la valoración de patologías provocadas por el consumo y la oferta de asistencia sanitaria para abandono en caso necesario.

6.4.4 Atención a personas con conductas de riesgo:

a) Atención a fumadores y apoyo a la deshabituación de tabaco. Incluye la valoración del fumador, la información sobre riesgos, el consejo de abandono y el apoyo sanitario y, en su caso, la intervención con ayuda conductual individualizada.

b) Atención al consumidor excesivo de alcohol. Incluye la detección y cuantificación del consumo y frecuencia de la ingesta, la valoración de la dependencia, el consejo de

limitación o eliminación de consumo, la valoración de patologías provocadas por el consumo y la oferta de asistencia sanitaria para abandono en caso necesario.

c) Atención a otras conductas adictivas. Incluye la detección, la oferta de apoyo sanitario especializado, si se precisa, para abandono de la dependencia y la prevención de enfermedades asociadas.

c) Atención a otras conductas adictivas. Incluye la detección, la oferta de apoyo sanitario especializado, si se precisa, para abandono de la dependencia y la prevención de enfermedades asociadas.

En el apartado:

#### REGRESO AL TRABAJO. UNA INTERVENCIÓN BIOPSICOJURÍDICASOCIAL ESTRATEGICA NECESARIA PARA LA RESOLUCIÓN DE LA INCAPACIDAD LABORAL TEMPORAL POR PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

4. Tampoco cabe olvidar la incidencia de otras circunstancias muy diversas, provenientes de la vida personal, (...) problemas con el alcohol o drogas.

4.1. Singularidades de la personalidad:

4. (...) en especial si son personas con historiales de violencia, alcohólicos o drogadictos, sin techo, enfermos mentales o con otro perfil similar (...)

5.2. Violencia en el lugar de trabajo:

Otro trabajo capital:

ANÁLISIS DE LA REGULACIÓN JURÍDICOLABORAL DE LOS RIESGOS PSICO SOCIALES, María Luisa de la Flor Fernández, UNIVERSIDAD DE CÁDIZ. Investigación financiada mediante subvención recibida de acuerdo con lo previsto en la Orden TAS/1587/2006, de 17 de mayo (subvenciones para el Fomento de la Investigación de la Protección Social – FIPROS) La Seguridad Social no se identifica con el contenido y/o conclusiones de esta investigación, cuya total responsabilidad corresponde a sus autores.

Las palabras alcohol y alcoholismo aparecen por doquier en ese documento (225 páginas).

Digan lo que digan, todo lo aquí presento lo hallé buscando en la Web de la: **Secretaría de Estado de la Seguridad Social:**

[http://www.segsocial.es/Internet\\_1/Busquedas/index.htm](http://www.segsocial.es/Internet_1/Busquedas/index.htm) [“alcohol” aparece 59 veces; “alcoholismo” nos refiere al BOE núm. 222, de 16 de septiembre de 2006]

Y lo que yo digo es que ya va siendo hora de que la Seguridad Social sí se identifique con estos resultados tan contundentes.

Solamente he indagado por encima en las normativas de la SECRETARÍA DE ESTADO DE LA SEGURIDAD SOCIAL, y he visto que por ley tienen que aportar ayuda a cualquier afiliado que padezca esta enfermedad y pida asistencia.

Pero dejemos atrás todo este embrollo terapéutico, nada de lo cual creo yo que se esté llevando a cabo y preguntémonos simplemente:

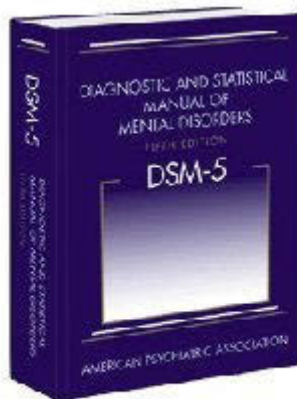
¿Por qué no? ¿Por qué el alcohólico es abandonado, arrojado fuera del ámbito del cuidado sanitario, o si acaso se le aplican, casi por exigencia, tratamientos en nada diferentes a los que se aplicaban hace 50 años? ¿Cómo incluir a estos desventurados enfermos dentro del moderno sistema terapéutico y farmacológico de nuestra década? ¿Qué es lo que falla? Pues simplemente, que incluso el médico que admite al 100 x 100 que el alcohólico es un enfermo ha de mirar primero la paupérrima prognosis del alcohólico avanzado. Si en EEUU en 1980 era 1 de 35 los que hallaban salida, eso no tiene por qué ser así hoy, en España, y con los nuevos adelantos, al igual que ocurre con tantas otras enfermedades. Sólo pido que esto sea seriamente considerado, y asimismo, al alcohólico que de veras está harto y enfermo de sufrir tanto, que lo piense también.

Si le recetan Colme, que lo acepte o lo rechace, pero que recuerde que es el profesional el que ha de llevar las riendas, pero él, como paciente, tiene el derecho de exigir o al menos indagar sobre medicamentos más apropiados a sus circunstancias particulares, a sus cravings y drives, y que nada hay imposible en esta vida. Por otro lado veo insistentemente avisos en la S.S. de que el paciente tiene el derecho de cambiar de médico, aunque desconozco el alcance de este “derecho”.

Otra concepto en uso hoy en día es el de “Calidad de vida” en el entorno asistencial; en realidad es un término económico, que viene a estipular que por el bien de todos y para que el sistema en su conjunto funcione, se hace necesario repartir las carteras (dinero) allá donde mayor calidad de vida pueda conseguirse. Así, a un enfermo con cardiopatía grave de 45 años se le pondrá delante de la lista de espera de uno con 65... y un jovencito de 15 deberá recibir prioridad sobre los dos anteriores (descuento todo factor secundario, naturalmente), pues el o la joven tiene posibilidad de gozar de una larga y fructífera vida, mientras a los otros si acaso se les está concediendo una quincena de años extra.

Después de esta complicada situación —o limbo— en que se encuentra encajonado el pobre borracho habitual, aún nos queda por determinar una última y fundamental cuestión: ¿Es el alcoholismo una enfermedad psiquiátrica, merecedora de ser atendida por un psiquiatra, o es simplemente un síndrome o mal mental y/o “de hábitos”, que apenas merece la atención de un psicólogo? No olvidemos que es frecuente en muchos alcohólicos o alcoholizados como en mi caso lo ha sido, enmascaraban un mal plenamente “psicológico”, el llamado “Maníaco depresivo” o bipolar. Necesitando medicina.

Acudimos al DSMV (2013), cuyo nombre íntegro es: "Manual para el Diagnóstico y eStatístico de los Desórdenes mentales".



DSM-5  
2013

Los dos apartados relevantes a nuestros propósitos son, A: la caracterización del desorden:

Las personas con alcoholismo conocido técnicamente como dependencia al alcohol han perdido el control fiable de su ingesta de alcohol. No importa qué clase de alcohol beba la persona, ni siquiera cuánto: las personas dependientes del alcohol a menudo son incapaces de detener su ingesta una vez que han comenzado. Se caracteriza su estado el incremento de la tolerancia (la necesidad de beber mayor cantidad para conseguir el mismo efecto deseado), y sufrir síntomas de retiro (abstinencia) si se corta de golpe la bebida; estos síntomas pueden incluir náuseas, sudoración, ansiedad, irritabilidad, temblores, alucinaciones, y convulsiones.

B: el tratamiento:

Muchos individuos con problemas de alcohol sufren de otras condiciones de la salud, tales

como ansiedad severa y depresión, juntamente con la ingesta. Los psicólogos pueden ser de mucha ayuda en el diagnóstico y tratamiento de estas "condiciones psicológicas concurrentes" en tanto en cuanto estas empiecen a constituir un impedimento. Asimismo el bebedor duda necesitar y beneficiarse de los servicios de múltiples profesionales sanitarios, y el psicólogo así desempeñará un papel importante en coordinar estos servicios.

Considero que al DSM le queda mucho por recorrer y que con el tiempo la coordinación psicología / cuidado médicosanitario se hará tan imprescindible como la creación de centros de estancia continuada en sobriedad y grupos de terapia, cualquiera que sea la orientación que estos tomen, que no han de seguir por necesidad la norma única y exclusiva de Alcohólicos Anónimos, pero que no hay que descartar su enorme potencial e índice de rehabilitación. Repito asimismo que han de implementarse enfoques de nuestro decenio y seguir atentamente los progresos futuros, especialmente en farmacología y terapia directa personalizada.

Recomiendo al lector acceder a la página Wikipedia: Alcoholismo. Tiene muchos puntos buenos, concienzudamente documentados.

Pero una vez dicho todo esto, la realidad última y determinante está en las manos del enfermo: que salga de su cascarón protector y admita que está seriamente enfermo, pues mientras el alcohólico no ponga todo lo que tiene y más en cambiar esta condición de marginado asistencial, todo seguirá como de costumbre.

Finalmente he de insistir en una cosa: en ningún punto de este libro he hablado de "cura", pues es una enfermedad por definición incurable. Yo prefiero llamarme rehabilitado; otros alcohólico a secas (y realmente "a secas" o en seco, quiero decir), pero nunca exalcohólico, por muy bonito que suene.

Reitero una máxima absoluta que ya anticipé: Si no estás dispuesto a dejar atrás para siempre la cosa que más quieres y deseas en la vida, que es el alcohol, nada de lo que aquí se contiene te servirá de nada. La decisión es tuya exclusivamente, pero por favor: piensa aunque sea por un momento en los tuyos, los que te rodean, esos que aún no te han abandonado... ¿no se merecen acaso un nuevo y resplandeciente... [Como te llames]? ¡Venga hombre o mujer, no te mueras antes de tiempo, dile que sí a la vida! El sol volverá a relucir y eso te lo garantizo yo, un alcohólico rehabilitado de entre tan tos.



**FIN**

## Notas y bibliografía

A continuación expongo unas pocas páginas Web o sus enlaces, sobre asistencia médica al enfermo alcohólico, las cuales añadidas a las obras fundamentales arriba descritas y una serie de documentos en formato pdf dan una visión global muy ilustrativa y altamente útil en la terapia médica del trastorno alcohólico. Cuanto más se ahonde en el tema mayor consenso se hallará, en especial cuanto más nos acerquemos a los documentos de mayor actualidad.

Muchos de estos enlaces y archivos Acrobat incluyen una amplia bibliografía dirigida a los especialistas en la materia.

Estas reseñas se las presento de la forma más abreviada y escueta. Una vez dentro hallará todos los detalles que le puedan ser útiles. Además voy a esforzarme al máximo para que la lista, con ser comprehensiva, sea a la vez lo más corta posible.

<http://www.pnsd.msc.es/fr/Categoria2/publica/pdf/alcohol.pdf#page=6> Adicciones: Monografía Alcohol. Muy completo.

<http://www.aa.org/lang/sp/subpage.cfm?page=359> Alcohólicos Anónimos o el “Libro Grande. 1939. La “biblia” de los USA. Curación por fe y un Despertar espiritual. En enveros de la moneda de todo lo demás que aquí expongo. Pero si a alguien le puede ayudar, ahí lo tienen, completo y en castellano.

<http://www.monografias.com/trabajos19/farmacologiaalcoholismo/farmacologiaalcoholismo.shtml> Alcoholismo. Una revisión integral sobre el tratamiento farmacológico y de urgencias

[http://med.javeriana.edu.co/publi/vniversitas/serial/v47n2/1\\_Fisiopatolog%EDa.pdf](http://med.javeriana.edu.co/publi/vniversitas/serial/v47n2/1_Fisiopatolog%EDa.pdf) ARTÍCULO ORIGINAL: Fisiopatología y tratamiento del síndrome de abstinencia de alcohol. Muy interesante; incluye amplia bibliografía.

<http://neurowikia.es/content/anticomiciales>

Anticomiciales. Para el dolor psicopático. 1. Anticomiciales de primera generación. 2. Anticomiciales de segunda generación.

<http://es.wikihow.com/dejardebeberalcoholusandomedicamentoscontraaansiedad...> Es un artículo muy interesante para ser leído por todo presunto alcohólico.

<http://zl.elsevier.es/es/revista/atencionprimaria27/deshabituacionalcoholicaatencionprimaria13074800formacioncontinuada2005>. Este enlace de Elsevier lo coloco 1º por haberlo utilizado en el apartado Prevención del alcoholismo, Capítulo 1; 2º

Por incluir una extensa bibliografía.

[http://www.alcoholinformate.org.mx/inv\\_est.cfm?id=439](http://www.alcoholinformate.org.mx/inv_est.cfm?id=439) *El alcohol altera la neurotransmisión cerebral* Muy interesante. Con Bibliografía.

<http://www.adicciones.es/files/gual.30.pdf> Farmacoterapia de la deshabituación alcohólica. Nuevos fármacos, nuevos conceptos

<http://ebookbrowse.net/ret411pdfd53098514> Farmacoterapia, farmacogenómicas y el futuro del tratamiento de la dependencia del alcohol.

[http://gpc.minsalud.gov.co/Documents/GuiasPDF/Recursos/OH/GPC\\_Completa\\_OH.pdf](http://gpc.minsalud.gov.co/Documents/GuiasPDF/Recursos/OH/GPC_Completa_OH.pdf) Guía de práctica clínica para la detección temprana, diagnóstico y tratamiento de la fase aguda de intoxicación de pacientes con abuso o dependencia del alcohol – 2013. Fundamental para la evaluación relativa de las guías de práctica clínica. Bibliografía distribuida por sectores.

<http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/publica/pdf/alcohol.pdf> Adicciones: Monografía Alcohol. Muy completo.

<http://www.aa.org/lang/sp/subpage.cfm?page=359> Alcohólicos Anónimos o el “Libro Grande.



1939.

La “biblia” de los USA. Curación por fe y un Despertar espiritual. En enveros de la moneda de todo lo demás que aquí expongo. Pero si a alguien le puede ayudar, ahí lo tienen, completo y en castellano.

<http://www.monografias.com/trabajos19/farmacologiaalcoholismo/farmacologiaalcoholismo.shtml> Alcoholismo. Una revisión integral sobre el tratamiento farmacológico y de urgencias

<http://med.javeriana.edu.co/publi/vniversitas/serial/v47n2/1%20Fisiopatolog%EDa.pdf>  
ARTÍCULOS ORIGINALES: Fisiopatología y tratamiento del síndrome de abstinencia de alcohol. Muy interesante; incluye amplia bibliografía.

<http://neurowikia.es/content/anticomiciales> Anticomiciales. Para el dolor psicopático.  
1. Anticomiciales de primera generación. 2. Anticomiciales de segunda generación.

<http://es.wikihow.com/dejardebeberalcoholusandomedicamentoscontraansiedad...> Cómo dejar de beber alcohol usando medicamentos contra la ansiedad. Es un artículo muy interesante para ser leído por todo presunto alcohólico.

<http://www.saludalia.com/vivirsano/tratamientodelalcoholismo> Saludalia » Vivir sano » Tratamiento del alcoholismo. Muy útil: y quiero expresar mi agradecimiento por el uso de una de sus imágenes.

<http://www.dipgra.es/inicio/contenidos/inex.php?area=192> Servicio Provincial de Drogodependencias \*

<http://www.linguee.es/espanolingles/traduccion/s%C3%ADndrome+de+abstinencia+alcohol%C3%B3lica.html> ...Síndrome de abstinencia alcohólica. Esto te puede proporcionar multitud de términos ingleses traducidos al español.

<http://www.tratamientoalcohol.com/>... Tratamientos de última generación contra el alcoholismo.

<http://www.elmundo.es/salud/2013/11/05/5278b7d40ab7405f578b4580.html>... Un antiepiléptico 'eficaz y seguro' contra el alcoholismo.

[http://www.catbarcelona.com/uploads/rets/RET11\\_1.pdf](http://www.catbarcelona.com/uploads/rets/RET11_1.pdf) Una revisión de tratamientos farmacológicos para el abuso de sustancias. Amplísima bibliografía.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Alcoholism> He puesto la página Wikipedia en lengua inglesa, pues la española está tan atrasada que ni los de Wikipedia la acepten tal y como aparece... En todas y cada una de las secciones dice ‘Editar’.

Ya es fácil usar algún traductor Google “en Red” muy eficaz.

Asistí, hará de estos unos 16 años, al Servicio Provincial de drogodependencias durante unos 6 meses, y probablemente sea el lugar habitual al que su médico de cabecera la dará el volante azul. He de confesar que cuando fui andaría el año 2000 y me resultó una experiencia cuasi traumática, comenzando por el director médico, que me trató peor que un borrego, siendo yo obviamente mayor que él. Todo el mundo, el drogadicto incluido, merece una mínima medida de respeto a su dignidad. Es muy posible que esos métodos de intimidación resulten efectivos para algunos... amilanarlos para que sepan bien claro quién dicta las normas y que aquí no se viene de pitorreo. Eso ocurre, sin duda, mas a mí me pateó cosa mala. La psicóloga —que no psiquiatra— no estuvo mal, pero lo primero que el centro me recetó fue Colme, nada recomendable hoy día en mi opinión ¡Hemos avanzado 14 años!

Por otro lado y dada la avalancha que se prevé: un influjo masivo de solicitantes en graves apuros de aquí a 5 años para lo cual se necesitará como mínimo triplicar el personal asistencial, no sea que pase como en Bezièrs durante la cruzada cántara: ‘¡Que los quemem a todos, que ya Diós sabá distinguir a los suyos a los suyos!’ Si alguno no siguiera su plan tal como se le pide, se le echa y basta—aunque no de la terapia de grupo— pues creo que todos tenemos esperanzas de reinserción.

Sin embargo tengo ganas sinceras de ponerme en contacto con su Psiquiatra Jefe para discutir nuevas tácticas que incluyan, además de medicamentos de nueva generación, la creación —como añadido a las consultas privadas y familiares— de la formación de un Grupo de Terapia activo, teniendo lugar al menos 2 veces por semana, en donde se permita fumar, pues es mi experiencia que la mayoría de los alcohólicos en recuperación aún fuman, lo cual puede dar lugar a problemas de ubicación, so pena de que la asistencia de alco, narco y pluridependientes lo rechacen de plano y acabe vacío o con 4 gatos despistados, aunque, como bien dice A.A., baste que se junten dos alcohólicos cuyo deseo es el de mantener la sobriedad y ya tienes un Grupo de A.A.

Finalmente, para cumplir las funciones de ‘moderador’ de los grupos, que los encaucen por los derroteros más adecuados y provechosos para todos, y los provea de una cierta estructuración, tendrá que buscarse un equipo dispuesto a hacerlo, previo un mínimo de adiestramiento. He pensado en los estudiantes avanzados que han de hacer prácticas.

## Apéndice

No tengo palabras para elogiar la gran obra que has escrito... pero he de decirte que el fin que pretendes de ayudar a ver el problema del ALCOHOLISMO e incluso a estar alerta para no padecerlo...

Como Médico conozco el problema y he visto de todo y tratado junto con el Servicio de Psiquiatría —teníamos sesiones en la Unidad Clínica una vez al mes— todo tipo de patologías de esta especialidad, cotejando casos individuales, etc., que me fueron de gran ayuda en beneficio del paciente.

He de decirte también que estás documentadísimo y al ser también una persona docta y reflexiva, amén de tu capacidad literaria e inteligencia hacen de tu libro un Tratado que será referente seguro en esta patología... digno de estar en la Biblioteca de la Fundación que lleva el nombre de tu abuelo Owen H. Wangenstein.

[Dr. J. M. Artero Núñez]



Vino la Marcha; vino el Botellón. ¡Oh días de vino y rosas!

Pero ya no eres joven y los años no perdonan.

Acaso te sientas a una mesa de algún bar y te tomas una caña, un chato, con la familia o los amigos: Eres libre, 'normal'.

O no.

Añoras la Edad Dorada, los amigotes, las risas estertóreas, los esporádicos amoríos, rezumando ambos a vodka o ron.

Nada de eso queda yo sino trozos inconexos, rotos.

Nada encaja.

¿Qué se hizo de esos tiempos? Humo son, polvo. Nada.

Bebes solo: Te encuentras arrastrado al remolino imparable del infierno en vida.

Si sólo... si sólo... si sólo...

Me aterra pensar en España, año 2020.

ISBN 978-1-291-57106-6 90000



9 781291 571066