

**D**avid Jiménez Torres, madrileño de 35 años, hace mucho que desconoce lo que es dormir ocho horas de un tirón, sobre todo ahora que tiene una niña de siete meses. Perito en eso de permanecer en vela, Jiménez ha publicado 'El mal dormir. Un ensayo sobre el sueño, la vigilia y el cansancio' (Libros del Asteroide). El escritor e investigador no tiene problemas en conciliar la alta y baja cultura, le chiflan los libros de historia y la buena literatura tanto como las películas de superhéroes y la comida basura. Da clases en la Facultad de Ciencias Políticas de la Universidad Complutense, un quehacer gratificante que le colmaría más aún si sus alumnos, de los que se deshace en elogios, no incurrieran de forma obstinada en faltas de ortografía.

#### Lunes

**7.30 horas.** Me levanto, aunque a veces la niña me despierta a las seis y media o a las siete y ya no consigo volver a dormir. Pongo la radio e intento desayunar rápido para largarme a la Universidad Complutense, a la Facultad de Ciencias Políticas, donde trabajo en el departamento de Historia gracias a una beca Juan de la Cierva.

**10.30 horas.** Aparte de las clases que imparto, investigo la evolución del papel del intelectual como creación cultural, desde finales del siglo XIX hasta ahora. Es curioso que se hable de la muerte del intelectual desde los años 70: es una de las defunciones más largas de la historia. Se dice que la influencia del intelectual ya no es tan potente como antes, pero tampoco el 'Yo acuso' de Zola, manifiesto a favor del capitán Albert Dreyfus, hizo caer al gobierno, pese a que ahora lo observamos como un icono. Nunca un gobierno ha caído a causa de un manifiesto, ni siquiera por el artículo que Ortega y Gasset escribió en 1930 titulado 'El error Berenguer'.

**14.30 horas.** Los días que como en la facultad lo suelo hacer en compañía de profesores, gente que sabe muchísimo y con quienes mantengo siempre conversaciones increíblemente estimulantes. En el mundo académico se organizan muchos congresos para intercambiar opiniones, pero a veces pienso que es mucho más enriquecedor dar un paseo con compañeros que te recomienden libros y sugieran ideas.

#### Martes

**18.00 horas.** Generalmente me encargo yo de las tareas de la casa: pongo la lavadora, limpio, friego y ordeno el lavavajillas. Mi mujer es la que da de comer a la niña, prepara los purés y esas cosas.

**20.00 horas.** Voy a casa de mis suegros, que nos ayudan a cuidar a la niña. Yo me encargo de tomar el relevo porque mi mujer trabaja hasta mucho más tarde que yo.

**23.00 horas.** Me pongo un antifaz y tapones en los oídos para conciliar el sueño. Doy un mordisquito a una pastilla de melatonina, porque no quiero depender de nin-



David Jiménez Torres es un insomne de larga trayectoria. Pese a la devastación de la vigilia, no quiere saber nada de somníferos.

VIRGINIA CARRASCO

## Los desvelos de un maldurmiente resignado

LA SEMANA DE **DAVID JIMÉNEZ TORRES**

**Profesor, investigador y escritor, este insomne contumaz encuentra en hacer las tareas de la casa una grata ocupación. Le enloquecen los partidos de la NBA y el rock clásico. Y se relame en el anonimato con la comida basura**

ANTONIO PANIAGUA



gún tipo de sustancia. Y es que tomar una dosis me deja embotado. No poder dormir es una especie de tortura que tu cuerpo se inflige a sí mismo. Los nazis y los soviéticos en la época de Stalin experimentaron con el mantenimiento de los prisioneros en vela. Mi insomnio no es especialmente grave, me cuesta conciliar el sueño y retenerlo, de modo que en ocasiones me despierto a las cinco de la mañana. En algunas personas el mal dormir es incapacitante, les impide vivir muchos aspectos de sus vidas durante el día. Me ajus-

to a lo que se llama cronotipo búho, pues mi etapa de mayor lucidez y creatividad está comprendida entre siete de la tarde y las dos o tres de la madrugada. No obstante, me voy a la cama a las once porque tengo que dar clase temprano.

#### Miércoles

**10.00 horas.** Llego al trabajo cansado y me cuesta arrancar, lo cual me crea cierta frustración e incluso inseguridad con el lenguaje; no acierto a redactar bien un correo. El maldurmiente da una imagen de cierta inmadurez. Quizás por

eso, cuando fui profesor de cultura e historia españolas en la Universidad de Manchester, me puse corbata, y eso que era el más joven, cosa que nadie hacía en el departamento de humanidades. Además procuraba ir bien vestido y

«Me pongo un antifaz y tapones en los oídos para conciliar el sueño. Doy un mordisquito a una pastilla de melatonina»

afeitado.

**12.00 horas.** Este año me ha tocado un grupo de alumnos excepcionalmente buenos. Son chavales de segundo de carrera y es una gozada darles clases. Les enseño historia política del mundo actual, desde 1945 hasta nuestros días, un periodo que para ellos es terreno virgen, en el que caben asuntos como la guerra de Argelia o la Unión Soviética y el bloque del Este. El otro día abordamos el trasfondo histórico de la invasión de Ucrania, que se parece bastante más a la ocupación de Hungría en 1956 que a la anexión de Polonia en 1939.

#### Jueves

**21.30 horas.** Si hemos tenido un mal día, mi mujer y yo nos ponemos un capítulo de 'Friends' o de 'The Office', sitcoms clásicas que son una receta estupenda con las que logramos desconectar. Nos sabemos los diálogos de memoria y las bromas de cada episodio, y los disfrutamos precisamente por eso. Cuando ceno solo, veo baloncesto de la NBA, que es como tomar una hamburguesa en un búrguer: no tiene ningún valor nutricional, pero reconforta mucho. Escucho 'podcasts' de la liga estadounidense de baloncesto. El periodismo deportivo americano es buenísimo, cuenta con gente muy inteligente y divertida. Me gusta escuchar los programas mientras tiendo la colada, doblo la ropa o cualquier otra actividad casera.

**22.00 horas.** Nunca me ha interesado la música latina, no siento ningún interés por el reguetón. Lo mío es el rock clásico, en eso no soy nada original. Que me despierten dentro de cinco años, cuando cambie la moda.

#### Viernes

**16.00 horas.** Leo 'El siglo soviético', de Karl Schlögel. Mi primera razón para leerlo es porque lo voy a comentar en clase. En mis lecturas no hago distinciones entre lo que es mi actividad profesional y mi tiempo de ocio. Lo disfruto igual. Veo películas que me van a ayudar en mi actividad docente o para escribir mi columna semanal en 'El Mundo'. Por ejemplo, acabo de ver 'Donbass', una cinta ucraniana de Sergei Loznitsa que me sirve para explicar la génesis del momento actual.

**21.00 horas.** La comida nunca ha sido importante para mí, no me interesa. De hecho, me gusta la comida basura: la pizza, los bocadillos de Subway, el kebab. Encuentro un secreto placer en comer en un búrguer bajo cierto anonimato, sin que nadie te juzgue.

**21.45 horas.** He visto todas las películas de la Marvel y las bendigo. Eso no quita para que me guste el buen cine. No sé cuantas veces habré visto 'Casablanca' y 'Desayuno con diamantes'.

**22.30 horas.** Antes de irme a dormir hago una hora de ejercicios de estiramiento para aliviar los dolores de espalda. Si no los practico luego tengo aún más dificultades de las habituales para dormir.