

**Ensayo** David Jiménez Torres propone una lúcida meditación acerca del trastorno del insomnio, la mente agitada y la búsqueda del descanso

# Maldurmientes del mundo

**EVA MUÑOZ**

Cuando tuve noticia de la existencia de un ensayo acerca del mal dormir, me lancé en picado. Yo también podría suscribir el brillante y lacónico arranque del libro: “Siempre he dormido mal. Este es uno de los hechos fundamentales de mi vida”. *El mal dormir*, un ensayo sobre el sueño, la vigilia y el cansancio, del escritor, columnista e hispanista David Jiménez Torres (Madrid, 1986), se alzó en enero del 2021 con el I Premio de No Ficción Libros del Asteroide (que el pasado 8 de febrero ha fallado su segunda edición). Un año más tarde llega su publicación, y es que es el único premio de este género que se otorga en España no a obra finalizada sino a proyecto.

“Creíamos que podía haber muchos proyectos interesantes cuyos autores tal vez no se atrevían a poner en marcha sin apoyo”, explica Luis Solado, editor de Libros del Asteroide, quien cree que a la hora de valorar proyectos y no obras acabadas “resulta más fácil hacerlo con una obra de no ficción”. Esta iniciativa parece responder también a una determinada manera de en-

**Jergones infectos, sin intimidación y con hambre, o la hiperconexión actual no ayudan al buen dormir**

tender el oficio de editor. El importe del premio (7.000 euros) es una manera de financiar el trabajo creativo del autor, de modo que la editorial corre al menos con una parte de la inversión. Pero no se trata solo de apoyo económico, el editor se implica asimismo en el desarrollo del proyecto, asesorando al autor en la toma de decisiones para que no se encuentre “con el pro-

yecto únicamente en su cabeza”.

Desconozco cuántos desvelos le ahorró o le supuso a David Jiménez el premio y el compromiso derivado, aunque a tenor de lo que explica en un libro que alterna la historia y la reflexión general sobre el mal dormir con la particular, es posible que no supusiera un cambio sustancial. Y es que una de las conclusiones que arroja el ensayo es que, más allá de lecturas contextuales que indicarían que dormir en jergones infectos, sin intimidación y con hambre (circunstancia ampliamente compartida por la humanidad hasta hace cuatro días), o la hiperconexión actual no contribuirían a un buen dormir, parece haber un sustrato entre la biología y la biografía del durmiente que explicaría que desde la aurora de los tiempos ha habido individuos con dificultades para conciliar o mantener el sueño. Una dificultad que dotaría a las noches y los días de unas vivencias específicas en el caso del maldurmiente, particularmente a las noches, momento de la jornada en que el insomne se separa de la norma y, con ello, del grupo, y experimenta una ansiedad y una soledad radicales.

El autor alterna la memoria personal con referencias históricas, literarias, sociales o médicas. Todo ello en un tono de sano escepticismo, sin esperanza de resolver su situación pero sin hondas lamentaciones, ofreciendo el tenue consuelo de la experiencia compartida a sus compañeros de desvelo y lanzando una llamada a todos ellos, con mucho humor y no poca ligereza que a veces deja espacio a alguna reflexión de tono más lírico, revelándose, en fin, como uno de los más anglosajones de nuestros autores contemporáneos. |

**David Jiménez Torres**

**El mal dormir**

LIBROS DEL ASTEROIDE. 160 PÁGINAS. 16,95 EUROS

**El periodista cultural y escritor Albert Lladó publica su nuevo libro de narrativa, 'Malpais'**

XAVIER CERVERA

**Biología y biografía del durmiente intervienen en el proceso de conciliar el sueño**

LARS STENMAN/GETTY

