

LA PANDEMIA CRÓNICA DE LA ADICCIÓN A LAS DROGAS

THE WALKING DRUNK

by Barri Wordswind

(I)

Un bien de primera necesidad

Como todos sabemos durante el Estado de Alarma sólo se mantuvieron abiertos los comercios a pie de calle considerados “esenciales”, y entre ellos estaban los estancos. De esta manera el tabaco figuraba entre esos artículos de primera necesidad que alguien podría adquirir bajando a la calle. Una droga que no sirve para tratar enfermedades sino que las crea figura como bien de primera necesidad en una crisis sanitaria global de primer orden.

Para cualquiera que haya dejado o esté dejando tan insano hábito, le será fácil imaginar las consecuencias que tendría para la población cortar el suministro de raíz. La ansiedad, la irascibilidad, el vacío interior y la depresión inherentes a los desagradables e intensos síntomas de la abstinencia al tabaco, se habrían sumado a los propios desencadenados por el confinamiento. Y según diversos estudios, por ejemplo uno de la “Encuesta de Tabaquismo” realizada por la “Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria” (SemFyc) en Mayo de 2019, se cifra en fumadora habitual al 23,3% de la población. Imaginemos a esos millones de personas desquiciadas por la abstinencia confinadas en sus domicilios.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), alrededor de 1.300 millones de personas fuman en el mundo, y más de 8 millones mueren al año a causa del tabaco.

Un bien cultural

En el episodio 6 de la 1ª temporada de *The Walking Dead*, cuando el grupo de supervivientes encuentran refugio en el “Centro de Control de Enfermedades” (CDC), se regalan merecido asueto celebrando una cena donde el vino tinto corre a raudales. En un momento determinado, y ya estando gratamente achispados por los vapores etílicos, Dale de 65 años le ofrece con énfasis vino a Carl (el niño de 12 años hijo de Rick), arguyendo que “Os juro que en Italia los niños

toman un poco de vino con la comida... y también en Francia”. Yo esperaba que además dijera España, pero no lo hizo. Lori, su madre, se niega a que el niño beba, pero su padre Rick considera que “No va a hacerle daño, vamos, un poco...”, todos se ríen y a Carl le sirven un vaso, bebe y lo repele “UUUooooaaahhh... bburrrfff... ¡ es asqueroso !”.

Yo era más pequeño que Carl cuando me ofrecieron vino en una comida familiar, tan pequeño como puedo recordar. También me resultó repulsivo, pero como los mayores parecían estar pasándolo tan bien y me prodigaban joviales toda la atención por mi proeza, me acabé el vaso y me sentí achispado yo también. Y mareado. Y todos se rieron, llenaron sus copas y brindaron por el primer trago de alcohol que había dado el chaval. Varios de ellos eran alcohólicos que bebían hasta caer desplomados.

Y de vez en cuando también un tío mío que era un crápula me daba un sorbo de cubata de whisky, mientras se pasaba la tarde en el bar lleno de humo de puros y cigarrillos bebiendo y jugando a las máquinas tragaperras. Yo pasaba la tarde con él, daba a los botones, echaba y recogía monedas y daba sorbitos a la copa. Mi primera gran borrachera llegó a los trece años. Otra personita empezaba su carrera drogadicta.

El alcohol, según la OMS, mata a más de 3 millones de personas al año, y estima que “En el mundo hay 237 millones de hombres y 46 millones de mujeres que padecen trastornos por consumo de alcohol”. Es causante directo de varios tipos de cáncer (colon, esófago, hígado...), enfermedades cardiovasculares, muerte por intoxicación etílica, trastornos mentales y otros estragos, además de estar involucrado en un alto porcentaje de accidentes de tráfico, accidentes y violencia doméstica, suicidios, homicidios, sexo de riesgo... Sin duda alguna la sustancia ideal para compartir en la mesa con los niños.

Es una de las adicciones más destructivas y difíciles de dejar, y tras el tabaco la droga que más mata, sumiendo a sus víctimas en una vida miserable llena de sufrimiento para ellos y sus seres queridos.

Un problema existencial

Así que aproximadamente sólo por alcohol y tabaco fenecen más de 11 millones de personas al año, ¡ 11 millones ! Según los mismos estudios de la OMS, por el resto de las drogas mueren unas 500.000 personas al año, siendo en un 70% debido a opioides (tanto ilegales como la heroína, o legales como las pastillas con receta médica que bajo

diversos compuestos y marcas comerciales, suelen usarse para el tratamiento paliativo del dolor en enfermedades crónicas). Sumemos estas cifras año tras año, la cantidad de recursos y vidas desperdiciadas... el resultado es desolador.

Como vemos, los seres humanos que mueren por el consumo de drogas legales es abrumadoramente superior al que lo hacen por las ilegales. Y quien consume cualquier droga ilegal, por norma general suele acompañarla con los maestros de ceremonias alcohol y tabaco, potenciando los efectos adversos de unos y otros mediante su estupefaciente sinergia. Pero eso de legal o ilegal es una farsa. Una tragicomedia. Sólo hay droga, y el ansia humana por consumirla.

El concepto de “drogas ilegales” es un chivo expiatorio, una burda excusa moral para presentar otras drogas como si no lo fueran, y así se nos vende el alcohol (suele decirse “El alcohol y las drogas” cuando en realidad es “El alcohol y otras drogas”). Y la caja registradora rebosa frenética, por más que echo cuentas no puedo imaginarme las exorbitantes cantidades de dinero que los hábitos autodestructivos humanos generan. Y mientras tanto, como siempre hay quien está dispuesto a sacar tajada de las miserias ajenas y las propias, la publicidad de tales sustancias rebuscan con ahínco en nuestra psique para hacer que caigamos en la trampa, y de paso forrarse con la decadencia humana. Una trampa que impone el mundo mercantilista en el que vivimos, donde las personas nos hemos convertido en bienes de consumo que nos consumimos a nosotros mismos y nos consumimos entre sí.

¿ Qué nos pasa ? ¿ Consumiríamos tanta ponzoña que nos mata y vuelve locos si, de verdad, estuviéramos satisfechos con nosotros mismos y la vida que llevamos? Lo dudo. Y esa es la cuestión. Legalizar o ilegalizar una droga no resuelve el problema, y ya vemos las atrocidades que conlleva el narcotráfico, el tenebroso mundo que genera el mercado negro de la droga que se suma al dolor de consumirla.

Aparte de que el ser humano sea un ser curioso a quien le guste experimentar, y que siempre lo haya hecho con diversos tipos de sustancias alteradoras de la consciencia (*phármakon*) a lo largo y ancho de la Historia (en ocasiones como algo puntual y especial , un “método de conocimiento” y/o “sanación” en el marco de ciertos rituales esotérico-espirituales trascendentales como puede ser el Chamanismo,

amén de la aplicación puntual de determinados venenos en su dosis justa para tratar enfermedades), en nuestra sociedad actual el consumo de drogas se ha banalizado y convertido en una costumbre global autodestructiva, y hay mucha presión gregaria y comercial para drogarse. El que se droga y/o vende quiere que te drogues tú también. Se nos ha metido en la cabeza que para festejarnos tenemos que consumir estas sustancias sí o sí, si estamos mal anímicamente también como “vía de escape” (aunque en realidad no te evades de tus problemas sino que te hundes más en su fango, y luego la aflicción vuelve con redobladas fuerzas), y si no estamos ni bien ni mal para estarlo de alguna manera.

No vivimos en tiempos de pandemia, sino que la pandemia es endémica en nosotros. Desde hace mucho, mucho tiempo. Un virus, una bacteria, cualquier pequeñito microorganismo con malas intenciones podría acabar con nosotros, siempre han estado ahí. Y parece que seguirán estando. Aún no se sabe de dónde ni cómo ha salido esto que llaman coronavirus, pero de igual manera que alguien en su sano juicio no iría a beber de un manantial infectado por él, ¿por qué si lo hace de unas sustancias que pueden arruinar su vida, convirtiéndola en un infierno que se autoimpone ? ¿sabiendo de antemano a lo que se expone ? pero... ¿ es que aún no lo sabe ? lo dicen las cajetillas del tabaco, y aún así enciendes el pitillo. Y aún así habría que poner las mismas advertencias en las botellas de alcohol.

Hay un virus llamado adicción, hay quien habla de predisposición genética, de enfermedad, pero sea lo que sea esto sí que lo cojemos por... ¿ voluntad propia ? Y lo consumimos frenéticamente, como obsesos autómatas. Y nos mata a lo bestia. Y el mundo no se para por ello, sino que gira y se destruye aún más deprisa.

LA PANDEMIA DE LA ADICCIÓN A LAS DROGAS (II)

Encontrándose mal

Estás triste, decaída y no tienes ganas de nada. Por momentos el mundo se te cae encima. Todo son preocupaciones: un trabajo

estresante y desmotivador que no te gusta donde no pagan acorde a la carestía de la vida, te acabas de separar de tu pareja y tienes que dejar la casa porque no puedes afrontar tú sola el alquiler, los recibos sin pagar empiezan a acumularse y no sabes qué hacer... Para colmo a tu padre le han diagnosticado un cáncer. Lloras mucho y una angustia irrefrenable te embarga. Por las noches no consigues dormir por el ruido de los problemas que retumban en tu cabeza. Por las mañanas te cuesta levantarte porque estás agotada y no tienes energía para afrontar la batalla del día a día. Quisieras quedarte en la cama y no hacer nada, que el mundo siga su inexorable marcha y que te deje en paz.

Tú también estás triste y el otro día caminando por la calle te dio un ataque de ansiedad. Alguna vez has sido presa de los nervios, del estrés, pero esta vez fue diferente. Nunca habías experimentado algo así: creías que de un momento a otro alguien saltaría sobre ti y te mataría, te palpitaba el corazón con vehemencia y te costaba respirar. Todo se tornó borroso, te mareaste y estuviste a punto de darte de bruces contra el suelo. Te sentaste desconcertado, buscando respuestas. A ti la vida se supone que te va bien: tienes un trabajo que te gusta, eres un soltero alegre y ligón con un montón de amigos y una familia encantadora que te quiere... ¿Por qué ese repentino ataque de pánico y paranoia? ¿De dónde vienen la desidia y la congoja que últimamente te acompañan? ¿Será que te estás pasando con el alcohol, el éxtasis y la farlopa? ¿O serán los ecos de los abusos que sufriste de niño?

Los dos váis al médico de cabecera, y en la sala de espera hay más personas como vosotros con diversos problemas que han desencadenado los mismos síntomas. Todos tenéis esperanza en que él sabrá escucharos y ayudaros, pero el médico tiene la agenda muy apretada y tiene que darse cera en despachar a los pacientes. Quisieras contarle toda tu vida y cómo no te mereces las cosas que te pasan y sentirte tan mal, pero para eso tendrás que ir al psicólogo o al psiquiatra. Pero no te preocupes, que mientras tanto él te recetará unas pastillas que te ayudarán.

Cuando el remedio es peor que la enfermedad

Te ha tocado tomarte unas drogas llamadas benzodicepinas, concretamente “alprazolam”, 1 pastilla tres veces al día. Lees el

prospecto y te sorprendes de que el médico no te haya dicho absolutamente nada sobre cosas tan importantes como: *“Las benzodiazepinas pueden ocasionar una pérdida de memoria y reacciones tales como: intranquilidad, agitación, irritabilidad, agresividad, delirios, ataques de ira, pesadillas, alucinaciones, psicosis, comportamiento inadecuado y otros efectos adversos sobre la conducta”, “Al cesar el tratamiento con alprazolam, pueden aparecer síntomas parecidos a los que le llevaron a comenzar el tratamiento con alprazolam (efecto rebote)”, “El uso de benzodiazepinas puede conducir a una dependencia” o “Efectos adversos muy frecuentes (pueden afectar a más de 1 de cada 10 personas): Depresión, Sedación, Somnolencia, Trastorno de la coordinación (ataxia), Alteración de la memoria, Dificultad para articular palabras (disartria), Mareo, Dolor de cabeza, Estreñimiento, Boca seca, Fatiga, Irritabilidad.”* Uuffff, no parece el medicamento más idóneo para tratar un estado de ansiedad y tristeza depresiva.

Tienes la sensación de que no deberías tomarlas, y aparte del riesgo de engancharte, parece que los posibles efectos adversos pueden empeorar tu estado de ansiedad e incluso desembocar en algún tipo de psicosis y/o depresión profunda. Pero si te las ha recetado el médico por algo será, él sabrá lo que te conviene en tu estado. Y como no puedes soportar más la angustia y la tristeza te las tomas.

Al principio parecen funcionar y hasta sientes una leve euforia. La ansiedad, la tristeza, los pensamientos negativos casi han remitido, pero te sientes muy somnoliento y asténico a lo largo del día y te cuesta poner en orden tu mente. No sientes gran cosa, y los problemas siguen ahí. Han pasado un par de meses desde que empezaste a tomar las pastillas y crees que ya es hora de dejarlas, no aguantas más esa somnolencia y abulia crónica producto de su consumo. Quizá hayan funcionado y la ansiedad y esa horrible aflicción no vuelvan a aparecer. Pero en cuanto tu cuerpo nota la abstinencia de la droga, claro que aparecen, esta vez con una intensidad devastadora acompañada de taquicardias, incluso temes por tu vida. Vas como una exhalación a por la tableta y te tragas una pastilla con las manos temblorosas.

El médico te dice que no puedes dejarlas de tomar repentinamente, que tienes que ir reduciendo la dosis. Pero en cuanto reduces la dosis

la ansiedad y oscuros pensamientos aparecen, porque el medicamento crea tolerancia y tienes que consumir más. Ya estás enganchado, eres otro adicto más a una droga, pero no te preocupes que gozas de cierto privilegio: el médico te ha puesto en la nómina de los enfermos crónicos y disfrutas de barra libre de pastillas a un módico precio. Ni siquiera tienes que ir ya a la consulta para las recetas, en el sistema informático de cualquier farmacia figuran tus credenciales de drogadicto institucionalizado con acceso libre a la droga.

Han pasado los años y eres un esperpento de todo lo que una vez pudiste llegar a ser. Tus problemas no se solucionaron sino que empeoraron al no estar capacitado para afrontarlos en tu estado de sedación narcótica. Además de benzodiacepinas llevas tiempo tomando antidepresivos y neurolépticos, has sido internado en varios ocasiones en el psiquiátrico debido a brotes psicóticos e intentos de suicidio. También le das a los estimulantes, fumas muchísimo y cuando bebes alcohol te agarras unas curdas espantosas y colapsas. Parece un milagro que sigas vivo. No tienes trabajo ni nada que te apasione, estás hecho una piltrafa y te pasas el día catatónico viendo la tele. Todo el mundo te ha dado de lado. Pero tienes mucha suerte de que te hayan concedido una paga y un piso de acogida. Y todo empezó con unas emociones mal gestionadas y unas pastillitas que te recetaron.

El botiquín de la abuela

Según datos del Informe de la “Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes” (JIFE) del 2020, España es el país del mundo donde más se consumen benzodiacepinas por cada 1000 habitantes, estimando que se despachan al día más de 2.350.000 dosis de estas peligrosas ponzoñas (a las que habría que sumar otra ingente cantidad de otras drogas hipnóticas y sedantes). Somos unos campeones en la manera de tratar nuestras ansiedades y depresiones, supongo que también por la cantidad de psicólogos clínicos que tenemos en el Sistema Nacional de Salud (SNS): 6 por cada 100.000 habitantes (según datos del Ministerio de Sanidad del 2018), tres veces menor que la media europea. Por supuesto el consumo ha subido durante la coronavírica pandemia, y lo sigue haciendo.

En un artículo publicado en el *New England Journal of Medicine* titulado “Our Other Prescription Drug Problem” (“Nuestro otro problema de drogas de prescripción”), los investigadores afirman que el número de muertes por sobredosis vinculadas a las benzodiazepinas en EEUU se han multiplicado casi por nueve entre 1999 y 2015, pasando de 1.135 a 8.791. Pero también “*Las benzodiazepinas figuran con frecuencia en los informes sobre casos de sobredosis letales causadas por opioides como la metadona*”, según Informe mundial sobre Drogas de Naciones Unidas del 2018. Así que habida cuenta de la crisis de sobredosis por opiáceos que atraviesan EEUU y Canadá, con miles de muertes anuales, asimismo cabe esperar el protagonismo de las benzodiazepinas en el fatal desenlace. Y, además, dicho informe también asegura que: “*El consumo con fines no médicos de sedantes hipnóticos comunes como las benzodiazepinas y otras sustancias similares constituye hoy en día uno de los principales problemas de consumo de drogas en unos 60 países*”.

Los ansiolíticos, tranquilizantes, sedantes, barbitúricos, antidepresivos y compañía se están convirtiendo en integrantes fijos de nuestros botiquines, junto con analgésicos, antiinflamatorios y somníferos. Son drogas que sólo deberían usarse en casos muy puntuales, y bajo un estricto control, para tratar los síntomas en cuadros extremos de ansiedad, o tratar el terrible y letal *delirium tremens* alcohólico, por ejemplo (claro que, irónicamente, un síndrome abstinencial de adicción severa a las benzos, puede desembocar en síntomas parecidos al *delirium*). Pero en ningún caso recetarlas como si fueran caramelos, a mansalva, que es lo que sucede. Pues lejos de ayudar a curar a los enfermos de estas modernas parcas llamadas ansiedad y depresión producto de nuestro desquiciante estilo de vida, los abisman más en sus garras al zombificarlos y anular sus recursos interiores, mentales y espirituales, para ayudarse a sí mismos. Es una especie de camisa de fuerza invisible que te aliena.

Esta vida no es fácil, en cualquier momento puede surgir una tragedia, una pérdida, un dolor físico y/o emocional, cualquier cosa que nos nuble la razón y el sentido, que nos abata en la desesperación. Pero el mundo tampoco se parará por ello a ayudarte, sino que te dará de sus delirantes drogas para que te las apañes tú solito.

LA PANDEMIA DE LA ADICCIÓN A LAS DROGAS (III)

Fui a ver a un colega al psiquiátrico. Llevaba una semana ingresado y la china que había metido escondida se le había acabado. Necesitaba fumar, y me dijo que por favor le llevara algo. Yo me negué: “¿ Pero tú estás loco o qué ? Estás en este jodido sitio precisamente por brotes que te suelen dar cuando te pasas con la hierba o el hash, ¿ y me pides que te lleve algo ? Ni de coña tío”. Pero por lo visto el cannabis no era el causante de sus recurrentes visitas al centro, sino sus traumas de la infancia y la adolescencia. Según él el cannabis le ayudaba a lidiar con ellos, aunque era evidente que lo único que hacía era empeorarlos, o directamente los desencadenaba. Todos a su alrededor lo veíamos, menos él.

Cuando fumaba perdía el control de sus emociones, una explosiva tormenta cerebral se apoderaba de él. Su mirada se volvía errante y amenazadora, te miraba como desde otro mundo y un torrente de pensamientos megalomaniacos hacían imposible el diálogo. Todo era él y sus peregrinas paranoias hasta que caía rendido en un narcótico letargo, como si se hubiese metido un potente opiáceo. Al rato podía despertar, coger el porro, fumárselo con ansia y volver a algún tipo de convulsiva actividad como si estuviese poseído del baile de san Vito.

Uno detrás de otro, mañana tarde y noche, hasta que un ataque de nervios y la paranoia esquizoide le hacían sucumbir. En esa ocasión estaba convencido de que él, mediante su potente energía espiritual mal canalizada, había sido el causante del terremoto y tsunami que golpeó Japón en el 2011, entre otras apocalipsis divinas. Se sentía culpable de la devastación causada, y necesitaba fumarse un porrillo para que nada parecido volviera a ocurrir.

Me insistió hasta el llanto, él no podía aguantar el internamiento psiquiátrico y la cantidad de medicación que le metían si no se fumaba algún canuto. Como sabía que de una manera u otra lo iba a conseguir, doblé y le prometí que al día siguiente en la hora de visitas le llevaría algo. Me fui a casa entristecido. Efectivamente él era causante de terremotos, tsunamis e incendios: los que él se había proporcionado a sí mismo desde que empezó a consumir drogas, especialmente THC, que era su talón de aquiles. Cuando no consumía era una persona cabal

que podía mantener sus devaneos mentales a raya, y allí estaba yo pillándole algo para que siguiera con su calvario. Porque si éramos amigos tenía que llevarle eso que tanto necesitaba.

El día siguiente salió con un compañero también internado en psiquiatría que se había echado, parecido a él. Un tío sensible y buena gente con pasiones artísticas que había sucumbido a la droga. Como sabía que le iba a llevar algo de hash a mi colega, le había dicho a su madre que ese día no fuera a verle pues tenía terapia y no iba a salir. Y la terapia llegó. Fuimos a la última planta del hospital, a un repecho oculto en las escaleras de emergencia. Les di la bolsita, y con los ojos como platos se liaron un grueso canuto que fumaron con fruición. Los efectos no se hicieron esperar, se pusieron a vociferar una extraña canción con una especie de jerga que habían inventado, asegurándome que era una lengua muerta que ellos habían descubierto en sus extáticas revelaciones de la que ningún filólogo había tenido noticia jamás. Yo también fumé y me abstraí en esa dimensión surrealista. Una mujer apareció de repente y se dio media vuelta asustada ante aquellos personajes en bata y sus estentóreos cánticos.

Hace poco al hijo de 14 años de un conocido lo tuvieron que ingresar tras una especie de ataque epiléptico-neurótico tras consumir marihuana, y también a otro chaval de 16 años de una conocida por un brote psicótico-paranoide por igual consumo de yerba. En ambos casos, los padres, tras algunos episodios en que sus hijos habían llegado malamente fumados a casa, hablaron con ellos para disuadirles de su pernicioso consumo. Pero podía más la influencia de los colegas en el parque, y el atractivo de la falsa y bastarda cultura creada en torno al porro. He conocido más casos como los de mi colega y el de estos adolescentes.

Cada vez son más los chavales (y los no chavales) que visitan los servicios psiquiátricos por desvaríos producidos por su consumo, y lamentablemente demasiados acaban desarrollando la terrorífica esquizofrenia. Hay muchos estudios que sitúan el consumo de cannabis en adolescentes como disparador de enfermedades como la esquizofrenia, y diversos trastornos psicóticos. Lo asegura la propia *“International Association for Cannabinoid Medicines”* (“Asociación Internacional para el Cannabis como Medicamento”). Cualquiera que pueda tener una predisposición genética o de cualquier índole hacia

este tipo de serios estragos mentales crónicos, verá dramáticamente incrementadas las posibilidades de un brote psicótico por fumar canutos, así de simple. Uno sólo es suficiente. Yo estoy harto de verlo a lo largo de los años, y he tenido mucha suerte de salvarme.

El cannabis es la droga no legal más consumida en el mundo con fines “recreativos”, con diferencia, y la principal junto a alcohol y tabaco en la que se inician las juventudes. Teniendo en cuenta que el consumo aumenta, y acorde a datos del ya referenciado “Informe Mundial sobre Drogas 2018” de Naciones Unidas: unos 192 millones de personas consumieron cannabis en el 2016, de los cuales *“Según las estimaciones iniciales, 13,8 millones de jóvenes de 15 y 16 años consumieron cannabis en el año anterior en todo el mundo”*.

Sobra decir que el cerebro, la psique, las emociones, la mente, el espíritu, el cuerpo entero, de una persona de 15 ó 16 años no está lo suficientemente desarrollado como para asimilar un colocón de yerba y/o haschisch, ni de alcohol ni de ninguna otra droga. Y hay niños que con 12 años ya empiezan a fumar yerba y beber, incluso más jóvenes en zonas depauperadas por la pobreza. De esos millones de chavales drogotas muchos acabarán enfermos mentales, y a su vez entrarán a ser consumidores crónicos de pastillas ansiolíticas, neurolépticas, antidepresivas y compañía. El efecto mariposa y sus ondas de círculos viciosos haciendo de las suyas.

Pero la percepción de esta planta milenaria como sustancia estupefaciente no suele ser la de una peligrosa droga, sino la de un juego entretenido que reporta risas, buen rollo, imaginativas ocurrencias, aumento de la sensibilidad visual y auditiva, relax, inspiración artística u otras placenteras sensaciones. A veces así es. Quien tenga suerte y cierto equilibrio fisicoquímico podrá disfrutar de tales efectos. Una, dos, tres, cuatro veces... hasta que la tolerancia y la dependencia empiecen a hacer mella y la oscuridad de la adicción lo nuble todo. Y es una droga muy adictiva y difícil de dejar. A algunos les cuesta mil porros perder la cabeza y el control de su vida, a otros cien y, como hemos visto antes, a otros sólo un par. En la ruleta rusa de las drogas nunca se sabe cuándo puede salir la bala ni si hay más de una en el tambor.

No hay duda de que la marihuana es una planta con un aspecto medicinal muy importante. Son conocidos los efectos paliativos de sus cannabinoides (THC y CBD) sobre los desagradables efectos secundarios de la quimioterapia, y el CBD está teniendo gran auge y efectividad como antiinflamatorio en diversas afecciones reumáticas, dolores musculares y tratamiento de pancreatitis, por ejemplo. Incluso hay estudios que tratan de relacionar la marihuana medicinal con la cura de algunos tipos de tumores, aunque este punto no está del todo claro.

Sin embargo, una cosa es el control de los cannabinoides específicos y sus cantidades sintetizadas en laboratorio, para aplicarlos en su dosis justa en determinadas dolencias, y otra muy distinta liarse los cogollos secos o el hash y fumárselo a saco con frivolidad hedonista, perdiendo el respeto a la planta. Y hay plantas muy potentes que pueden causar colicoes enteógenos muy difíciles de llevar, incluso aterradores, lejos de las risitas y el buen rollo que buscan sus consumidores. Su consumo crónico también está relacionado con enfermedades respiratorias y cáncer de pulmón.

El fumeta de turno para quien su vida ya sólo gira en torno al porro, y que mira con envidia a esos nuevos adeptos que tanto se ríen, charlan animadamente y se relajan, te negará que tenga un problema ni que sea un drogadicto. Precisamente te pegará la charleta sobre los extraordinarios beneficios de la planta, aunque no veremos en él nada de beneficioso ni mucho menos extraordinario. Salvo contadas excepciones, el fumeta inveterado vive en un estado de abulia crónica, amargura, atrofia mental, mareo, conformismo, oscuro narcisismo... arrastra sus pies con el petardo siempre colgando de los labios. Emanando ese empalagoso tufillo. Pero él se cree alguien muy rebelde, y es precisamente su rebeldía la que se ha fumado, pues sin sus queridos porros ya no es nadie.

Como dijo un antiguo colega fumeta en el club de fumadores, mientras veíamos el sobrecogedor documental “Tierra de Cárteles” de Matthew Heineman: “Quien se engancha a cualquier droga de esas lo hace porque no está agusto consigo mismo, necesita esas mierdas para sentirse alguien”. Este colega se pasaba el día entero apalancado en un sofá fumándose un petardo tras otro, sin descanso, borrando poco a

poco los contornos de su propio ser. Pero los oscuros drogadictos eran otros.

Desde pequeño es un tufo que también me ha acompañado, siempre había un primo, un hermano, un tío, los mayores del cole o el grupo de crápulas de la calle fumando petas, mientras Tierno Galván decía aquello de: “Rockeros: el que no esté colocado que se coloque... y al loro”. Parece que caló hondo, muy hondo, el mensaje... y no sólo entre los rockeros. A lo de “estar al loro” nadie ha hecho caso.

LA PANDEMIA DE LA ADICCIÓN A LAS DROGAS (IV)

“Érase una vez una nariz a un turulo pegada, un turulo superlativo, las doce tribus de farloperos era, érase un narigudo turulísimo, un turulo tan fiero como su nariz perversa”. Permítaseme parafrasear a Quevedo por la gloria de los pollinos que vienen hasta las trancas de farlopa además de con vino. Porque el tema es serio.

Se abate sobre las rayas esa nariz conectada a un proyecto de cerebro, esa excelsa y divina maquinaria cósmica que no sabe dónde está. Adopta un extraño gesto el careto entero cuando con ansia marrullera esnifa. Quiere sentirse Dios o al menos una persona de su confianza, permitidle aun a costa de su propio sufrimiento y el nuestro hundir el hocico en materia tan inmundada. Dejadle que se envenene hasta la médula de la ponzona definitiva signo de los tiempos modernos y las barbaries pasadas, presentes y futuras, y ya no habrá hierba donde descansar de los afanes del mundo.

Échase hacia atrás con espasmo la cabeza, con la nariz y el turulo hechos uña y carne. Inspira profundamente, con insolencia absorbe esos disparatados polvos. SSSsnnniiff SSSsnnniiff SSSsnnniiff. Como un cañonazo golpea la mente, el alma entera, ahora sí, alguien se siente alguien, de verdad. ¡Qué maravilloso es, cuántas cosas de las que orgullosear, que hostión de felicidad! Las palabras acertadas brotan por sí solas, todo se sabe y en todo se es el mejor, parece que el corazón quiere salirse del pecho de lo grande que uno se siente, y a veces hasta se sale de verdad.

Qué fácil hablar con los demás, qué momentazo compartir narices y turulos sobre la taza del váter, o que alguien te invite en el cuenco de la uña. Por supuesto cigarrito y trago para acompañar. Si es que somos lo más, los reyes del mundo. Pero este reinado dura apenas unos minutos, y hay que volver a rebozar los morros si se quiere seguir disfrutando de tan grandilocuente soberanía. Y luego si te he visto no me acuerdo. Cuando se acabe el festín, cuando hayas rebuscado y lamido hasta el último átomo de esa polvorienta ponzoña, la guillotina de la abstinencia se cernerá sobre ti y perderás la cabeza, si es que no la has perdido antes consumiendo.

La coca en polvo (clorhidrato de cocaína) también te la puedes chutar, o fumar en su formato basuco o crack, pero las narices mandan y esnifar es la opción preferida de la mayoría de los faloperos, que cada vez son más. Muchos tabiques nasales, neuronas y dentaduras van desapareciendo y con ellos sus propietarios, que se han carcomido hasta la médula. Es la segunda droga no legal más consumida en el mundo, tras el cannabis, y la edad media de inicio en España se situaba en el 2018 en los 15.2 años (según datos del Ministerio de Sanidad en su Informe 2020 “Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones”). Con 15 añitos y el turulo colgando acompañando al canuto.

En el último informe de la “Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito”(UNODC) de Junio de 2020, en el 2018 se cifraban en consumidores habituales de coca a unos 19 millones de personas, con una producción global de 1.723 toneladas con 100% de pureza, es decir: 1 millón y 723.000 kilos. Mil setecientos veintitrés mil millones de gramos. Luego pensemos en el corte para adulterar y saquemos muchos gramos más. Aparte de lo que las turulonarices ocasionales hocen en esa tremebunda montaña de corrupción y muerte, como vemos los cocainómanos necesitan enchufarse pero bien. Es tan fuerte el ansia que si la papela se cae al suelo y la merca se desparrama, pasará el narcótico comensal su nariz por el pavimento como si fuera una aspiradora.

Me atrevo a conjeturar que son muchas más las toneladas y los consumidores, porque se coloca hasta el apuntador. Es abrumador la cantidad de gente que se pone de perico, quien menos te lo esperas. No conozco bar del barrio, a cualquier hora, donde no haya alguien empolvándose la nariz. Qué decir del ocio nocturno, la nieve junto con

otras drogas corre a raudales, siempre hay alguien con alguna bolsita con algo dentro. Tiendas y almacenes, hay alguien agachando el hocico. En cualquier lugar de trabajo, como un acicate para pasar la jornada. En cualquier reunión social, siempre se oirá algún petulante sssnniiiiffff en la sombra o a la vista de todos cuando el desmadre sea general.

Recuerdo unas noticias que salieron en el periódico *El mundo* hace años y que se me quedaron grabadas en el subconsciente: “*Encuentran restos de cocaína en casi todos los aseos del Parlamento alemán*” (2-11-2000), “*El 94% de los billetes que circulan en España contienen restos de cocaína*” (26-12-2006) y, refiriéndose a España en una entretenida entrevista a un mediático psiquiatra, “*En los baños del Congreso se daba positivo en cocaína*” (5-9-2015). En el 2019 el “Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías” situaba a España como el país de la UE líder en este aberrante consumo, junto con el cannabis. Parece que nos va el mambo autodestructivo.

Pero como hacen falta más estimulantes para una sociedad apática e indolente que no anhela más que placer inmediato e ilusorias vacaciones de la funesta monotonía de su vida, según el antes referenciado informe de la UNODC, en el 2018: “*27 millones de personas consumieron estimulantes de tipo anfetamínico*”, de los que la metanfetamina es la jefa. Las anfetaminas, y en especial las metanfetetas, son unos estimulantes ultrapotentes y devastadores que convierten a sus víctimas literalmente en zombis psicóticos en tiempo récord. La magnífica serie “*Breaking Bad*” tiene certeras escenas al respecto.

Tampoco la juventud percibe estas sustancias como algo análogo a esa estampa del yonqui con la chuta colgando del brazo que se ha grabado en el inconsciente colectivo como paradigma del drogadicto irredento. Sólo los que han caído presa de tan terrible adicción, o sus seres queridos que sufren los daños colaterales, saben el auténtico infierno insondable que acarrea tomarse a la ligera el consumo de tales venenos. Una muerte lenta y agónica, la pérdida de toda dignidad, la esclavitud que uno mismo va hilándose. Una vida plena de pena y sin gloria.

Todos los efectos enfermizos de las demás drogas se aplican a estas, especialmente los estragos mentales y psicológicos en muchos casos irreversibles, siendo las psicosis y esquizofrenia desenlace habitual

para el consumidor. Como un perro rabioso e infernal el poseso de estimulantes cocaínicos y anfetamínicos hoza en el fango buscando a todas horas su dosis de locura. Nada más le importa. Espantosas alucinaciones, paranoias, delirios persecutorios amenazan tras cada tiro. A veces uno sólo es suficiente para quien, como en el caso del cannabis, tenga algún tipo de predisposición a las enfermedades mentales.

Ansiedad, depresión, fatiga, enfermedades cardiovasculares y respiratorias, enfermedades hepáticas y otras perturbaciones son también el premio para los usuarios crónicos de tales espurios mejunjes. Y, cómo no, siempre llevan en el bolsillo las tabletas de pastillas ansiolíticas y antidepresivas para cuando sientan que la cabeza les va a estallar y el corazón explotar. O no puedan dormir, pues el perico y las anfetamidas son enemigas acérrimas de un buen y reparador sueño.

Desde diversas fuentes se señala a la cocaína como la droga no legal que más urgencias hospitalarias causa, y también a las anfetaminas y las metanfetaminas. Hay que tener en cuenta que mucha de la cocaína se corta con anfetaminas en primera instancia, al ser estas más baratas y de efectos similares. Aparte de otras sustancias adulterantes como cafeína, fenacetina, anestésicos, levamisol, talco... e incluso estricnina que es un pesticida. Y las muertes por sobredosis ya sea por ella sólo o combinada con otras drogas (especialmente opioides, pues suelen usarse conjuntamente para contrarrestar los efectos negativos de uno y otro, en un desquiciado círculo vicioso), ha crecido exponencialmente en los últimos años.

Cocaína y metanfetamina son de las drogas más asquerosas y repulsivas que hay, adictivas y destructivas. Un yonqui de estas luctuosas químicas esnifará a su propia madre y sus propios hijos si es necesario, esnifará su casa y te esnifará a ti también, cualquier cosa para mantener su adicción, ese vanidoso paroxismo narcisista en el que vive. Pero esa euforia que tanto anhela mantener en todo momento vendiendo su alma al diablo, no es más que un falso y artificial decorado de cartón piedra. Un decorado que más tarde o más temprano se tornará fiera monstruosa que le fagocitará, como al personaje de Ellen Burstyn en la obra maestra de Aronofski *“Réquiem por un sueño”*.

Despiertan lo más oscuro del ser humano, todo lo que las rodea es dolor, corrupción, decadencia y muerte. Desde la plantación de la hoja de coca y la elaboración de los funestos polvos, y especialmente en su tráfico, el reguero de muerte y destrucción que genera esta droga es terrorífico. La historia del narcotráfico y los cárteles de la droga es la macabra historia del propio infierno en la tierra. Esclavitud, violación, tortura, sadismo extremo, muerte agónica, descuartizamiento, matanza, canibalismo, terrorismo... no hay crimen lo suficientemente horrendo que el trasiego de esta droga no genere. Eso es lo que te estás metiendo con cada maldita raya.

Pero hay que seguir acelerando, que no pare el estruendo. Los laboratorios rebosan frenéticos de nuevas drogas de diseño. PCP, GHB, Éxtasis, 2CB, Fentanilo, Oxycodona, Ketamina... el mundo sigue su inexorable marcha tendiéndote trampas a ver si caes bajo su rueda, y te hace puré. Érase una vez un humano a una adicción esclavizado.

LA PANDEMIA DE LA ADICCIÓN A LAS DROGAS (V)

El ser humano es un ser curioso que ha experimentado con sustancias estupefacientes a lo largo y ancho de la historia. Uno de los testimonios gráficos más antiguos que se conocen relacionado con el consumo de psicotrópicos, es el de las pinturas rupestres del Neolítico en la meseta de Tassili-n-Ajjer, en el desierto del Sáhara, sur de Argelia. Entre ellas se encuentra la del famoso hombre-hongo que es una figura antropomórfica con una especie de cabeza de insecto, ribeteada por todo su contorno con un montón de hongos. Y otra que muestra unas figuras en movimiento con cabezas fúngicas sosteniendo en sus manos un hongo, comunicándose éste con sus testas mediante una estela. Datan del 7000 – 5000 a. C. aproximadamente.

También los hongos psicoactivos parece que tentaron a Adán y Eva en el Jardín del Edén, en concreto la *Amanita Muscaria*, o al menos así lo sugiere un fresco de la capilla románica de Plaincourault en Francia del siglo XII. En la pintura, el “Árbol del Conocimiento” se representa mediante un ramillete de estas setas enteógenas, con la serpiente

enroscada ofreciéndole la perdición a Eva no sabemos si en forma de manzana o algún otro fruto psikedélico. Se pueden encontrar más hongos de esta guisa en otras catedrales cristianas. Furias vikingas, chamanes siberianos, renos... asimismo se han despachado a gusto en el uso de la *Amanita* como vehículo para alterar su consciencia en el marco de rituales místicos.

De América Central (Guatemala, México y El Salvador) son las pequeñas esculturas piedras-hongo correspondientes a diversas etapas de la cultura Maya, que se especula fueron talladas entre el 1500 a. C. y el 900 d. C., según las fuentes. Este tipo de hongos, los *psilocybe*, fueron muy popularizados en los años sesenta del siglo XX gracias a las ilustres visitas que tuvo la chamán-curandera mazateca María Sabina, que vivió 91 años. Científicos, escritores, intelectuales, artistas, psicólogos, aventureros de postal, todo tipo de personalidades querían viajar con la chamana a otras dimensiones y recrearse abriendo las puertas de su mente-espíritu, y/o sanarse de diversas dolencias del alma. Pero como no sólo de hongos viven los chamanes y los psiconautas, el cactus peyote también ha sido profusamente utilizado en este tipo de ceremonias, siendo el preferido por los nativos americanos. Por supuesto unos cuantos canutos de maría acompañan.

Ayahwasca en otras partes de Sudamérica e *iboga* en África han sido y son utilizadas de igual manera por el chamanismo autóctono. En la India el misterioso *Soma* de los milenarios “*Vedas*” ha cumplido idénticas funciones y, aunque no se sabe a ciencia cierta la composición del brebaje, algunos estudios recientes creen que podría incluir algún tipo de hongo y/o seta enteógena. Los sapos también son amigos de nuestros anhelos de trascendencia y conocimiento cósmico, al menos ciertas variedades de *sapos bufos* que contienen en sus glándulas psicofármacos visionarios como la *bufotenina* y el *5-MeO-DMT* (mezclados, eso sí, con venenos fulminantes). Aunque existen algunas polémicas respecto del uso milenario y místico-ritual de los lisérgicos batracios, hay eminentes autoridades en materias psicotrópicas que apuntan a ciertas tradiciones chinas antiguas que hacen referencia a “sapos que conjuran visiones de esquisitez inaudita” (A. Escohotado en “*Historia General de las Drogas*”). Igualmente se le relaciona con el chamanismo americano y mesoamericano, teniendo esta ancestral

cultura muchas representaciones de batracios en sus templos y esculturas.

En Grecia, alrededor del 1500 a. C. se cree que comenzaron los Misterios de Eleusis, uno de los cultos más importantes de la Grecia antigua que se prolongaron durante siglos. En ellos, en los “misterios mayores de otoño”, los asistentes consumían una pócima llamada *kykéon*, que aunque tampoco se sabe a ciencia cierta su composición (aparte de que era un bebedizo que contenía agua, harina y menta), hay quien especula que podría contener *ergot*, el cornezuelo de centeno. Este hongo parasitario de las gramíneas, según las zonas, puede tener gran índice de alcaloides letales (En Castilla, por ejemplo), pero en la zona eleusina era más rico en alcaloides visionarios poco tóxicos como la “amida del ácido lisérgico” (precursor del *LSD-25*, descubierto por el químico e intelectual suizo Albert Hoffmann en 1943, que vivió 102 años). Sobra decir que le daban también a la marihuana, el vino y el opio, cuyo uso estaba muy extendido, tanto en el marco de este tipo de rituales como en usos recreativos y medicinales.

USO Y ABUSO

De la antigua Grecia nos llega precisamente el acertado concepto de “*phármakon*”, de donde proviene el moderno término “fármaco” (medicamento). El *phármakon* contiene en sí mismo los elementos contrapuestos de “remedio” y “veneno”, como propiedades indisolubles de una misma sustancia. De la naturaleza de cada sustancia dependerán en mayor o menor grado el equilibrio de componentes nocivos o sanadores, y de la pericia en la aplicación de la dosis justa un daño o un auxilio. De esta manera, por ejemplo, el opio de la adormidera (de donde se sintetiza la morfina y, por ende, la heroína), no es considerada “buena” o “mala” sino en la medida y la forma en que se consume . Obviamente hay materias más venenosas que otras, y desde siempre ha sido labor de chamanes, hierofantes y hechiceros varios (que son los primeros médicos que existieron), desentrañar los misterios de las propiedades beneficiosas o perjudiciales de la ancestral farmacopea vegetal. Todo un arte, sin duda. Luego llegaron los laboratorios y sus síntesis químicas.

Es muy fácil caer en la tentación de idealizar románticamente todo esto, y creerse que por consumir este tipo de sustancias enteógenas, psiquedélicas y visionarias, uno va a ser iluminado por conocimientos místicos innacesibles de otra manera. O que va a tener viajes astrales a otras dimensiones que le reportarán un crecimiento personal inaudito, un cósmico bienestar, comunicación con lo telúrico y/o lo divino. Verdad es que nada tienen que ver este tipo de drogas con otras como el alcohol, el tabaco, la cocaína o la metanfetamina. De hecho, en algunas terapias contra la adicción a esas drogas (y a cualquiera en general), y en el tratamiento de diversas enfermedades mentales, bajo escrupuloso control se ha experimentado con la psilocibina, el LSD o la ayahuasca, por ejemplo, de manera exitosa. Según el usuario claro, pues a nefandos personajes como Charles Manson y su séquito de asesinos sectarios parece que no les sentaron muy bien tantos enteógenos. La tropa de atronados lisérgicos excede en mucho a los afortunados pacientes curados o a los amorosos y filosóficos psiconautas. Yo mismo he visto gente quedarse colgada aparentemente sin remisión por consumir sin orden ni concierto este tipo de psicofármacos, como los típicos “tripis” (cartoncitos impregnados de LSD), por los cuales siempre había alguien en el barrio que se había quedado en la parra.

CIELO E INFIERNO

Como buen “*phármakon*”, estas drogas enteógeno-visionarias mal empleadas pueden desencadenar malos y aterradores viajes, accidentes y serios trastornos mentales. Ciertos estados de consciencia-inconsciencia y alucinaciones propias de estos compuestos, son inviables experimentarlos de una manera inmediata y festiva, sin una preparación previa, con compañías y en un entorno que no sean los adecuados. Mención aparte del delirio de percepción espacio temporal, extravagante motricidad o parálisis física que inducen. Y aunque no crean una adicción en el sentido más estricto del término, sí que hay personas que se enganchan a estos “viajes” y articulan su vida en torno a toda una parafernalia pseudomística de charlatanería barata que a la larga sale cara. Muchos acaban sin saber volver de esas otras “dimensiones”, y allí se quedan, con rostro desencajado y oración descompuesta.

Igualmente los poderes establecidos han hecho uso de este tipo de sustancias como medio de control mental (véase el infame “*Proyecto MK-Ultra*” desarrollado por la CIA en la década de 1950). Actualmente todas las drogas son un arma de control sociocultural, y ponzoñas como el alcohol están acabando con muchos nativos americanos con los que no acabaron las limpiezas étnicas coloniales y religiosas, en especial el sanguinario imperialismo católico y sus franquicias.

Supongo que los primeros colicoques que se agarró el prototipo humano fueron por accidente, buscando comida se echaría al gajate un hongo o una solanácea o lo que fuera y a fliparlo. De una forma u otra siempre hemos jugado a alterar nuestras mentes y cuerpos con sustancias exógenas, y crear toda una cultura estupefaciente que diera sentido a la vida. Es innegable y crucial la importancia histórica del chamanismo en la génesis y desarrollo de la medicina y la sanación espiritual, pero también es verdad que muchos chamanes y curanderos de esta guisa han sido de los primeros adictos existentes. Un tipo diferente de adicto desde luego, completamente integrado en una cultura mística y supersticiosa integrada en el puro pulso de la Naturaleza. Como un *phármakon* en sí mismo, ni bueno ni malo. Sencillamente una persona que sin su droga carece de una identidad, y no sabe comunicarse con la naturaleza o el dios o la diosa o el elemento trascendental de turno que sea. También una manera de ejercer cierto dominio e influencia en la comunidad.

Hay que salvaguardar y proteger el legado cultural del chamanismo y cualquier tribu indígena que haga uso de estas sustancias en el marco de sus ceremonias y sanaciones, eso por supuesto. Pero no caer en una vanidosa traducción a nuestros códigos hedonistas y frívolos de urbanitas humanos “modernos”, como hacen muchos apologetas intelectualoides del colicoque universal, de que en la vida es una parada necesaria en la historia de todo ser humano tener que drogarse y “viajar” para conocerse a uno mismo de una manera “superior”. Porque además puede que en realidad no haya nada más allá, en un sentido físico, intelectual y espiritual, de lo que la droga pueda ofrecer por sus simples e inherentes efectos y el marco cultural-supersticiones-fe en el que se consume. Lo que vivimos ahora es la grosera trivialización globalizada del consumo de estupefacientes, la total falta de respeto e ignorancia sobre lo que nos metemos en el cuerpo, la mente y el

espíritu. Donde la mayoría de la gente no sabe relacionarse socialmente si no se toma “algo”. Y cualquiera debería acercarse con respeto y temor reverencial ante cualquier sustancia alteradora de la mente y el cuerpo, ante un simple vaso de vino o cerveza, incluso más a estos visto los estragos que causa el alcohol.

EL PSICOTRÓPICO DEFINITIVO

Necesarios usos estrictamente medicinales y terapéuticos aparte: ¿Nos ha hecho mejor como especie, como individuos, como animales humanos, como lo que sea que seamos y podemos llegar a ser, el consumo de tantos fármacos y drogas? ¿Nos hemos conocido mejor a nosotros mismos? ¿Está la mente universal más iluminada? A tenor del panorama social mundial, es evidente que no. Sin embargo, hay una droga que parece que podría ayudarnos, una droga oculta en lo más profundo de nuestro interior, gratuita y siempre disponible: la sobriedad. En los erráticos tiempos de narcosis y estupefacción global en los que vivimos, donde las drogas ya no revelan nada más que el peso de sus cadenas y la miseria en la que viven sus víctimas, lo revolucionario es embriagarse de sobriedad. Esta droga casi no tiene efectos secundarios, salvo los de mirarse de verdad cara a cara a uno mismo y al resto del mundo. Y esto sí que es un auténtico viaje místico trascendental, porque lo telúrico, lo cósmico y lo divino ya residen en tu interior por sí solos, y no necesitan más que de una adecuada dieta y tu serena mirada para manifestarse.

Un niño juega, aprende, se ilusiona, crea y se divierte sin necesitar de ninguna sucia droga para hacerlo. Es la sociedad y sus estúpidos pasatiempos narcóticos quien le acabará engañando, para convertirle en un consumidor que consume su propia ruina, y enriquece a los oscuros comerciantes de la desdicha humana. Para convertirle en un esperpéntico títere conformista fácilmente manipulable, con la mente siempre obnubilada y atrofiada. Se nos ha metido hasta el tuétano que necesitamos de una u otra droga para poder vivir, lo cual es falso, y tenemos que sacarnos de la cabeza esa mendacidad. Tenemos que extirpar el mismo concepto de droga de nuestras mentes. No obstante, yo, personalmente, tengo que sentirme muy afortunado, pues he aprendido un montón de las drogas: que cuanto más lejos estés de ellas más sano, espiritual, creativo, íntegro, pletórico y feliz serás.

© *Barri Wordswind*