

Traducciones

1. *Mi vida con Hepatitis C*

Tenía 12 años cuando notó algo raro por primera vez. Estaba muy cansada, pero no era un cansancio normal, el que se siente tras una actividad intensa. Era más bien una insoportable falta de energía. A su alrededor empezaron a pensar que era una niña perezosa. Ella trataba de que no se notara y pasaba horas en el colegio estudiando. Tenía miedo de convertirse, como escuchaba decir, en una persona poco activa. Nadie entendía lo que le pasaba. Es más, nadie creía que le pasara nada. Han pasado 54 años desde entonces. María José Gandasegui tiene ahora 66, y una larga vida detrás. Ha estudiado dos carreras, trabajado como secretaria judicial en varios tribunales, acabado una tesis doctoral y criado tres hijos. Pero esa falta de energía que empezó a sentir a los 12 años siempre la ha acompañado. A los 48 pudo al fin ponerle nombre: hepatitis C, un virus que ha ido consumiendo poco a poco su hígado hasta acabar con él.

No sabe cuándo se contagió. Puede que en un dentista, puede que con la inyección de algún practicante. Es probable que ocurriese de niña, pero no fue diagnosticada hasta 1996. Tenía hepatitis C crónica y activa, le dijeron los médicos. Ese año se enteró de que había varios afectados en la familia: su hermana tenía los anticuerpos y su madre, como ella, el virus activo. Se acordaron entonces de que su abuela materna había padecido en 1952 una hepatitis sin apellido —el virus de la C no se identificó hasta 1989.

Recuerda bien el pico de cansancio de los 12 años. Después, con 25, la operaron de apendicitis y no se recuperó con normalidad. Semanas después, le costaba incluso mantenerse en pie. Fue entonces cuando le diagnosticaron por primera vez una “insuficiencia hepática”, sin mayor precisión. En ese momento solo le dijeron que tuviera cuidado con las grasas. “Volví a hacer vida normal, pero no tenía fuerzas para nada”.

Así ha pasado la vida. Muy cansada en algunos momentos, mejor en otros. Los embarazos y lactancias fueron épocas difíciles. También los otoños. “No sé por qué, pero me sentía peor”, indica. “Hay algo que he hablado con otros enfermos, y que es curioso, porque les pasa a muchos: yo solía tardar media hora en salir del coche tras aparcar. El virus te hace sentir que no puedes con tu alma, y actividades normales para cualquiera se convierten en un mundo”.

2. *El Camino de Santiago*

Durante el largo recorrido del Camino de Santiago las noches claras son un verdadero privilegio para el peregrino. El cielo le muestra una curiosa y densa estela de estrellas que señala la dirección correcta a su destino. La Vía Láctea es el recurso más antiguo que usaron los primeros peregrinos para llegar hasta Santiago de Compostela. Su nombre resalta de nuevo la inspiración astronómica: Compostela no es más que el “campo de las estrellas” (en latín, *campus stellae*). Desde luego, no fueron las estrellas las impulsoras de esta singular ruta. A diferencia de otros caminos, no se trata de un itinerario motivado por el comercio o por una expansión territorial. El verdadero motor del Camino era, y sigue siendo, la fe.

Todo comenzó con el descubrimiento del sepulcro del apóstol Santiago en el Siglo IX. Galicia estaba por aquel entonces en el fin de la Tierra y la Edad Media fue testigo de cómo el final de la vieja Europa se transformó en el destino de incontables peregrinos. Aquel descubrimiento aportó la prueba necesaria para reavivar la fe cristiana. El Camino resultó ser un instrumento político importante. Por aquel entonces los reinos cristianos vivían con agonía la invasión musulmana: gracias al interés que suscitó el hallazgo, el norte de España logró sobrevivir al invasor. Los peregrinos más nobles ofrecieron protección y financiación para el Camino, mientras que los más humildes se encargaron de extender por todo el continente la gran noticia. El Camino pronto se convirtió en eje vertebrador de Europa y fue un perfecto vínculo de unión, ya que por él penetraban corrientes artísticas, mercancías y población. La definitiva promoción del Camino se da en 1120 cuando el papa Calixto II decide conceder la indulgencia plena a los peregrinos que realicen el Camino durante los Años Santos Compostelanos. El Año Santo se produce cuando el día del patrón, el 25 de julio, es domingo.

Hoy en día, el Camino sigue siendo una ruta de gran importancia. El Camino de Santiago sitúa a Galicia en el mapa del mundo, equiparándose a destinos religiosos como Roma o Jerusalén. Peregrinos de todas partes del mundo acuden en masa a visitar el Santo Sepulcro. Los motivos por los que se realizaba el viaje eran tan diversos como el origen de los caminantes: había peregrinos de buena fe, pero también aquellos que tenían que cumplir una penitencia. Hoy en día, la motivación religiosa convive con la deportiva, cultural o simplemente social.

3. Consejos para dejar de procrastinar

La vida digital es una vida guardada para después. Las tareas están ahí, a lo lejos, franqueadas por barreras y barreras de distracciones, notificaciones, actualizaciones, cosas que responder y vuelta a empezar hasta el fin de los días. Si tus deslices con la responsabilidad dan para crear un monstruo de culpa en tu interior que te dice que ya está bien, que ponte a trabajar, que qué bien se siente uno cuando las cosas se hacen a su tiempo, es hora de hacer algo. Por tanto, aquí unos cuantos consejos para sacar la palabra “procrastinar” de tu vida.

1. Ponte plazos

Divide tu jornada laboral en diferentes plazos, o como lo llaman los expertos, “cronogramas”. Te ayudará saber qué tienes que hacer de 9 a 10:30, qué sigue hasta las dos de la tarde y cuántos mails tienes que dejar enviados antes de las 17:15. Cumplir con estas pequeñas expectativas te hará sentir eficaz, productivo, capacitado.

2. Guárdate recompensas para cuando hayas realizado tus tareas

Piensa, desde bien temprano por la mañana, qué es lo que más placer te proporcionará al llegar de noche y cansado a casa después de una dura jornada de admirable productividad. Si al final del día has resuelto todos los asuntos pendientes permítete ese pequeño deseo implantado en tu ánimo desde por la mañana: la cerveza de más que cambia de color la habitación, dos capítulos más de la serie a la que estés enganchado, un tipo de cena... Un vicio, si suena a premio, reconforta dos veces.

3. Piensa en refranes. Te harán sentirte menos culpable

Si tú solo no puedes, ayúdate de cientos de años de sabiduría popular, no eres el primero en procrastinar. En tu memoria habitan mil y un refranes, fruto de la tradición y ese deporte nacional nuestro de aconsejar al otro y ver la paja en el ojo ajeno. *No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy. Más vale un pájaro en mano que cientos volando. A quien madruga, Dios le ayuda...*

4. Haz el favor de esconder el móvil

Este es el más complicado de todos. Haz el favor de esconder el móvil en una caja de seguridad y cerciórate de que no tienes el código que la abre. Solo alejando de ti al demonio podrás dejar de procrastinar y darle a cada minuto y hora el valor que tienen.

4. Una mujer trata de suicidarse tras la ejecución de su hijo en Indiana (Estados Unidos)

Jeanne Bivins, 61 años, tuvo el privilegio de cocinar la última cena para su hijo, Gerald, horas antes de que le ejecutaran en una prisión de Indiana (Estados Unidos). La madre no pudo contener la amargura e intentó suicidarse poco después, con una sobredosis de barbitúricos, en la habitación del hotel. “Mi vida no tiene sentido después de perder de esta manera a mi hijo”, declaró en la cama del hospital donde fue ingresada de urgencia.

El suicidio frustrado ha servido al menos para que la ejecución de Gerald Bivins, la número 702 desde que fue reimplantada la pena de muerte en Estados Unidos, no pase inadvertida como tantas otras.

Bivins estaba condenado por el asesinato de un clérigo protestante, William Radcliffe, durante el atraco a mano armada en un centro comercial. Radcliffe, que dirigía un programa de rehabilitación para drogadictos en Indiana, reconoció a Bivins. Éste disparó para no dejar pistas.

Gerald Bivins, 41 años, aceptó su condena a muerte como “la única manera de escapar a una vida de abuso y frustración”. “Pasar el resto de los días en la cárcel sólo serviría para cargarme de ira”, dijo.

Como última voluntad, el preso pidió que permitieran cocinar su última cena a su madre. Los responsables de la prisión accedieron y le dejaron utilizar la cocina bajo estricta vigilancia. Jeanne le preparó a su hijo sus dos platos favoritos: raviolis de cerdo y vegetales y pollo con fideos. Madre e hijo cenaron juntos cuatro horas antes de la ejecución.

Gerald Bivins leyó antes de morir una breve nota pidiendo perdón a los familiares de la víctima. “También pido que les perdonen a ellos por esto que me van a hacer”, dijo minutos antes de recibir la inyección letal. De regreso en su hotel, su madre decidió combatir el dolor tragándose de golpe más de 30 pastillas. La descubrieron a tiempo y la llevaron a un hospital cercano, donde ayer permanecía convaleciente.

Los grupos abolicionistas de Indiana han aprovechado el caso para pedir al gobernador Frank O'Bannon que deje temporalmente en suspenso la pena de muerte. En Indiana, precisamente, tendrá lugar el próximo 16 de mayo la ejecución de Timothy McVeigh, autor del atentado de Oklahoma que causó 160 víctimas.

5. La vida por delante

Los veo lentos y pacientes, en la cola muy larga, ocupando la acera de la calle donde está la comisaría, apoyándose en las fachadas o en los coches, sentados algunos en los escalones, aguardando no sé qué, casi todos con carpetas en las que deben de guardar los preciados documentos que se les exigen, las credenciales, los certificados, las identificaciones, las fotografías, conversando en grupos donde se escuchan lenguas y acentos de lugares muy lejanos, callados muchos de ellos, severos, solitarios, con la soledad tan grave del extranjero o del refugiado, con la desconfianza del que conoce la persecución.

Voy calle abajo, por la acera contraria, y al verlos me descubro de pronto en mi condición tan comfortable de ciudadano del país donde vivo, de portador de una cara y de una identidad en las que nunca pienso, pero que constituyen un privilegio al que esos hombres y esas mujeres aspiran, muchos de ellos inalcanzablemente, porque cuando la cola avance por fin y les llegue su turno y enseñen todos los papeles que llevan no se sabe cuánto tiempo atesorando, habrá alguien que los mire moviendo negativamente la cabeza y los condene de nuevo a ser lo que son ahora mismo, extranjeros o apátridas, gente que aguarda desde antes del amanecer junto a las puertas de la comisaría, en una calle que para mí es diaria y conocida y para ellos tiene toda la hostilidad de lo definitivamente extraño, acaso la misma que tuvo para mí, hace muchos años, la primera estación del otro lado de la frontera en que me vi perdido a medianoche al bajar de un tren.

Pero no, no puedo comparar, entonces yo era un estudiante con mi pasaporte en regla, aunque con mis bolsillos vacíos, tenía un país, una casa y una vida a las que volver; esta gente a la que veo en la cola, desde la otra acera, desde el otro lado de la realidad, procede de países muy lejanos, de otros climas, de otras lenguas que no se parecen nada a la mía, igual que no se me parecen los rasgos de sus caras, ni tampoco su color de piel: asiáticos, africanos, mujeres indias con pequeños sombreros ladeados sobre el pelo liso, mujeres de África con túnicas recogidas a la cintura, marroquíes, esclavos de caras y ojos translúcidos, cada uno con su pasado y su vida, cada una aguardando en la cola con la esperanza o el deseo de otra vida por delante.

6. El agente Dale Cooper regresará a Twin Peaks

El actor Kyle MacLachlan recuperará su personaje en los nuevos capítulos de la serie

La nueva temporada de *Twin Peaks* empieza a tomar forma. Después de 25 años, en 2016 el

universo creado por David Lynch y Mark Frost volverá a la pequeña pantalla en la cadena estadounidense Showtime. Hasta que llegue el momento del regreso, los seguidores de una de las series que revolucionaron el panorama televisivo están pendientes de cada noticia sobre la vuelta, de la que ya se van conociendo algunos detalles, como el regreso de su protagonista.

El actor Kyle MacLachlan irrumpió por sorpresa en el discurso que el presidente de Showtime, David Nevins, estaba haciendo ante la TCA (Television Critics Association). De esta forma, y con un *tuit* enviado por David Lynch que extendió la noticia por toda la red, se hizo oficial el regreso de MacLachlan a la serie para volver a interpretar al agente Dale Cooper. “Estoy muy emocionado por el regreso a ese extraño y maravilloso mundo de *Twin Peaks*”, dice el actor, cuyo regreso daban casi por seguro sus fans pero que hasta esta noche no se ha hecho oficial. El presidente de la cadena también confirmó a los periodistas que más miembros del reparto original regresarán para los nuevos capítulos, aunque aún no se han dado más nombres.

En los nuevos capítulos, los creadores de la serie, David Lynch y Mark Frost, ejercerán como guionistas y productores. El propio Lynch se encargará de la dirección de los nueve episodios, que estarán situados en el tiempo presente. La producción de esta temporada reducida empezará este mismo año con la idea de que se estrene en 2016, cuando se cumpla el 25º aniversario del final de su anterior despedida. Para David Nevins, el regreso de *Twin Peaks* será “el punto culminante” de la historia de Showtime, aunque no han adelantado todavía ningún aspecto de la trama de los nuevos episodios de la serie. Sin embargo, asegura que “David Lynch ha prometido que habrá un cierre”.

7. Hollywood se indigna ante la cancelación de La entrevista

Las principales exhibidoras de EE UU se negaron a estrenar la parodia sobre Corea del Norte ante las amenazas de otro 11 de septiembre

“Un triste día para la expresión artística”. Así resumió este miércoles el actor y humorista Steve Carell una jornada que pasará a los anales de Hollywood. El día en el que Sony Pictures Entertainment, uno de los mayores estudios de cine del mundo, canceló el estreno de la película *La Entrevista*, una comedia sobre un intento de asesinato del líder de Corea del Norte, Kim Jong-un. Fue una decisión sin precedentes en respuesta a las amenazas de un grupo de hackers, supuestamente ligados a Pyongyang, que advirtió de consecuencias a los cines que proyectaran la película que dirige y protagoniza el actor Seth Rogen.

El filme tenía previsto su estreno en EE UU para el próximo 25 de diciembre, una de las fechas de

mayor auge en las salas cinematográficas de este país. En las horas previas al anuncio de la cancelación del estreno, las tres principales cadenas de exhibición del país (Regal, AMC y Cinemark) habían anunciado su intención de no proyectar la película debido a estas amenazas y habían pedido a Sony que retrasara el estreno. “El mundo se llenará de miedo. Recuerden el 11 de septiembre de 2001”, decía el último mensaje del grupo “Guardianes de la paz”.

“A la vista de la decisión de la mayoría de nuestros exhibidores de no proyectar la película *La Entrevista*, hemos decidido no seguir adelante con el estreno en cines planeado para el 25 de diciembre”, dijo la compañía en un comunicado. “Sony Pictures ha sido víctima de un asalto criminal sin precedentes contra nuestros empleados, nuestros clientes y nuestros negocios. Estamos muy tristes con este descarado intento de suprimir la distribución de una película. Apoyamos a nuestros cineastas y su derecho a la libertad de expresión y estamos muy decepcionados con este resultado”, destacó.

Composiciones

1. Elegir uno de los siguientes temas (aprox. 180-200 palabras):

A) Tienes que redactar un texto para una página web, en la que das consejos para los viajeros que planean hacer una vacación en la playa en un lugar exótico.

B) Eres un periodista y tienes que escribir un breve artículo para una revista de cine en el que presentas una película clave de la historia del cine.

2. Elegir uno de los siguientes temas (aprox. 180-200 palabras):

A) Tienes que redactar un texto para un Consultorio psicológico *online*, en el que das consejos a las personas tímidas para ayudarles a superar la timidez.

B) Eres un periodista y tienes que escribir un breve artículo para una revista de viajes en el que presentas las principales atracciones turísticas y gastronómicas de Italia.

3. Elegir uno de los siguientes temas (aprox. 180-200 palabras):

A) Te has enterado por un anuncio de que una editorial muy conocida solicita traductores del

español al italiano. Es un trabajo que te interesa especialmente. Escribe un email ofreciendo tus servicios, presentando tus cualidades y tu experiencia personal (si la tienes) y pidiendo información sobre las condiciones laborales.

B) Ver una buena película en casa es mucho más cómodo que verla en el cine. ¿Estás de acuerdo? Explica las razones por las que estás de acuerdo o no con esta afirmación y habla de tu relación con el cine (afición, momento de socialización...)

4. Elegir uno de los siguientes temas (aprox. 180-200 palabras):

A) Redacta una serie de consejos para una vida sana, centrándote sobre los siguientes aspectos: alimentación, ejercicio y deporte, hábitos perjudiciales para la salud.

B) “El mundo es un libro y los que no viajan sólo leen algunas de sus páginas”. ¿Estás de acuerdo con esta afirmación? Explica por qué y habla de tu relación con el viaje.

5. Elegir uno de los siguientes temas (aprox. 180-200 palabras):

A) Anuncio publicado en www.tablondeanuncios.com: “El hotel ibicenco LA PLAYA necesita para la temporada veraniega animadores y organizadores de actividades de entretenimiento y diversión. Se requieren: personalidad abierta y comunicativa, formación artística (música, baile, mimo, teatro), dominio hablado de los idiomas español, inglés e italiano. Las condiciones económicas son francamente ventajosas.”

Escribe una carta de presentación al Sr. Rafael García Blanco, jefe de personal, ofreciéndote para el puesto. En la carta debes resumir tu currículum vitae indicando tus logros y cualidades personales, así como tu experiencia laboral, si la tienes.

B) Reflexiona sobre esta cita de la película *Crimen Ferpecto*: “Eres fea, Lourdes. Muy fea. Tú no tienes la culpa pero yo tampoco. Es este mundo en el que vivimos el que me hace odiarte. La gente, las revistas, la televisión. ¿Cuándo has visto alguien como tú presentando un concurso de esos de la tele? ¿Cuándo has visto una fea montada en una Ferrari?”

Vivimos en una sociedad obsesionada por la imagen. ¿Piensas que el aspecto físico – la belleza o, al contrario, la falta de belleza – puede llegar a ser un obstáculo en una relación amorosa o en la carrera profesional de una persona? ¿Qué valor atribuyes tú a lo exterior en la constitución de relaciones interpersonales (amor, amistades, trabajo)?

