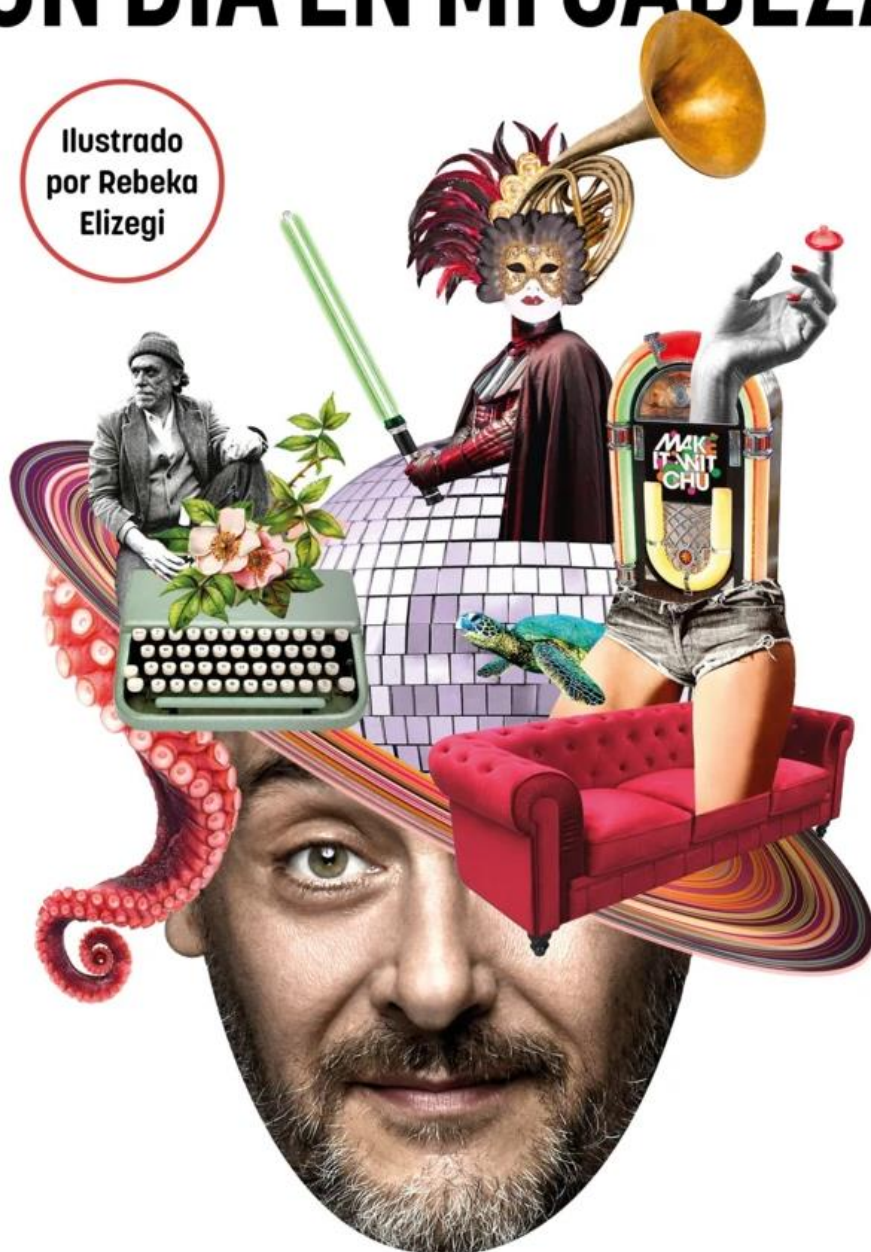


Santi Balmes

UN DÍA EN MI CABEZA

Ilustrado
por Rebeka
Elizegi



Canciones para gente **(no)** muy normal

LUNWERG
EDITORES





Santi Balmes

UN DÍA EN MI CABEZA

Canciones para gente **(no)** muy normal

Ilustrado por Rebeka Elizegi

Un día en la cabeza de Santi Balmes, una de las voces más personales y brillantes de su generación, líder de *Love of Lesbian*, en un libro musical de imaginación desbordante

El mundo interior de **Santi Balmes** es un **torrente de imaginación, ideas atrevidas y pensamientos disparatados**. Posee una voz interior que oscila entre situaciones marcianas y momentos de íntima vulnerabilidad cuando escucha una canción que le parte en dos.

En su **primer libro de no ficción**, el autor indaga en esa idea mezclando **música y emociones**, y fantasea con la idea de cómo sería pasar un día en su cabeza, esto es: capítulo a capítulo, desde que se levanta hasta que se acuesta, asociando cada momento de ese día imaginario (o no) con sus canciones favoritas, explicando su selección, en qué momento las escucha, para qué sirven.

Fantasía, melomanía y también un poco de **musicoterapia** en una lectura que **entusiasmara a cualquier buen aficionado a la música**.

Música, emociones, fantasía, chismorreo musical y sesiones de musicoterapia para disfrutar antes de que todo vuelva a cambiar o explote en mil pedazos



Se abre el telón y se ve al líder de *Love of Lesbian* caminando por la vida con su propia banda sonora, desde que se levanta hasta que se acuesta. Y a menudo esa pasión por las canciones es lo único constante en el caos aparente de sus vivencias, datos absurdos y recuerdos: **clásicos inolvidables, standards del rock, hits alternativos, pequeños himnos indies, etéreas piezas islandesas, navajazos punk, lo más sexy del soul, el ruidismo del britpop, los ritmos latinos, distorsiones, sonidos electrónicos, voces y texturas, o el penúltimo placer culpable (o quizás no tanto) que acabará convertido en one hit wonder.**

UN DÍA EN MI CABEZA no podía ser un libro normal. En sus páginas **seguimos al protagonista a lo largo de un día cualquiera en el que ocurre lo previsible** (la visita al fisio, conducir hasta la radio o pasear al perro) y lo inesperado (como que se te aparezca **Bukowski** de copiloto, recordar esa vez que coincidió con **Jarvis Cocker** en un tren o conocer la historia de **Roy Sullivan**, el hombre que fue alcanzado siete veces por un rayo).

Y cada detalle asociado a las canciones, que hablan de «**la época en la que impactaron en tu corazón**». Santi Balmes, en opinión de muchos, el vocalista más genial de su generación y dueño de una voz interior e imaginación desbordantes, nos regala **el libro musical que cualquiera de nosotros hubiese querido escribir**. Eso sí, no hay que confiarse:

«Si este libro lo hubiese escrito un día después o un día antes, su contenido sería radicalmente distinto, y ahí es donde creo que reside la gracia del asunto. Somos seres mutantes, y lo único constante es el cambio».

¿DE DÓNDE NACE ESTE LIBRO? Explicado por el autor

Este libro es el compendio de pensamientos que me vino a la cabeza durante las horas de vigilia de un día concreto de 2023, convenientemente ordenado y editado en una semana. Las canciones que aparecen en cada capítulo sirven como nexo de unión entre ese día y el programa de radio *El Món* de Rac1, presentado por Jordi Basté, con el que colaboro desde hace unos cuantos años mediante una sección diaria de un minuto de duración y en el cual relaciono noticias de índole estrambótica con una canción cuyo título o significado complementa dicha noticia.

«Soy fan confeso de la anécdota por encima del hecho histórico, de lo no determinante por encima de lo trascendente. Sin querer, he elaborado un texto en el que se parte de una realidad personal y la sucede una anécdota, que a su vez lleva a otro tipo de reflexiones»

LO ÚNICO CONSTANTE: EL CAMBIO

(...) Somos seres mutantes, y lo único constante es el cambio. Pensar que uno puede llegar a conocerme a través de estas páginas o, dicho de otro modo, sacar conclusiones tales como «está como una cabra», sería coger la parte por el todo.

**Si pensáis que estoy loco, me estáis subestimando.
Se os quiere.**

“AMIGO, TU FORMA DE CONSUMIR CULTURA ESTÁ EN LAS ÚLTIMAS DE FILIPINAS”



Puede que aparezcan **bandas repetidas** en las próximas páginas. Es lo que tienen las grandes bandas. Pueden tocar emociones variadas y tocarte justo ahí. **Pertenezco a una generación que devoraba la discografía de sus bandas preferidas.** Leía acerca de la vida de sus miembros. Buscaba en ellas actos legendarios, trifulcas.

Es lo que tiene que nos llegara poca información: la que uno tenía a mano, la devoraba. Para nuestro mal, éramos sectarios. Si te gustaban los **Pixies**, era raro que escuchases **The New Kids on the Block**. Lleva toda una vida dejar de ser un jodido sectario. La generación de mis hijas, con todos los medios a su alcance para conocer todo tipo de manifestaciones culturales, me ha enseñado que una lista de reproducción puede incluir desde Kendrick Lamar hasta Led Zeppelin.

Por el contrario, es casi imposible que profundicen en nada. Pertenecen a una **cultura de picoteo**. Se acabó eso del menú consistente en primer plato, segundo y postres. Navegan por la vida pillando todos los platitos que el camarero les ofrece. Cultura y entretenimiento se mezclan. Ven La isla de las tentaciones y al día siguiente ven la nueva película de Alex Garland. A mi edad, sospecho que he incorporado sin darme cuenta su manera de consumir la cultura.

Sin embargo, como es comprensible, cuando tiro de memoria para un libro que pretendo escribir partiendo de lo que sucede en mi mente en un día concreto, **sé que mis recuerdos seguirán anclados en una particular forma de concebir la música**. Muchas canciones se grabaron a fuego, repetidas en tu platina o casete en centenares de ocasiones. No tiene nada que ver con su calidad. Tiene que ver con la época en la que impactaron en tu corazón.

1. CANCIONES PARA LEVANTARTE DE BUEN HUMOR

AUN SABIENDO QUE EL RESTO DEL DÍA EL RESTO DEL MUNDO YA SE ENCARGARÁ DE QUE SEA CUESTA ABAJO

Ahora mismo suena *Sunday Morning*, de la **Velvet Underground**, aunque en realidad sea lunes. Que dicha canción sea la primera de mi playlist mañanera no es baladí. *Sunday Morning* es el **puente perfecto para salir del líquido amniótico del sueño y enfrentarse al frío aire matutino**, y hablo de frío como una sensación anímica que noto cada mañana aunque sea agosto. Parece que estoy sufriendo el **síndrome de la cama caliente**: dicen que a medida que envejeces, aunque hayas sido un noctámbulo recalcitrante, tus biorritmos cambian para sincronizarse con el ciclo solar. ¡Pues yo no encuentro manera de pillarle el gustillo a levantarse pronto! Al menos he dormido bien, y lo atribuyo a mi agnosticismo impenitente.

Cuando tengo que salir de la cama me lo planteo to-do, y me solidarizo con ese hombre de la India de veintisiete años que recientemente denunció a sus padres por llevarlo a la vida sin su consentimiento. Los acusa, el gachón, de tener que enfrentarse al sufrimiento de la existencia.



(...) Las cosas me habrían ido mejor en la vida si hubiese tenido como despertador *Grease*, cantada con **Frankie Valli**. Cuando con seis años vi la película por primera vez, me di cuenta de que el arranque de la sección de vientos y el groove del tema en general no solamente me avisaban de que la historia iba a ser interesante, sino que noté que la adrenalina me subía a límites poco recomendables para estar sentado en la butaca de un cine. Posteriormente, con siete años, tuve la oportunidad de debatir dicho inicio con **Randal Kleiser**, el director, y estuvo del todo de acuerdo con mis conclusiones: *Grease* podría ser la banda sonora de una erección matutina, del nacimiento, del primer pedaleo en bicicleta.

Al finalizar cada capítulo, el autor resume en una playlist los temas que ha ido mencionando. Podrás escucharlos todos a través de códigos QR facilitados en este mismo apartado.



PLAYLIST

Sunday Morning, Velvet Underground
Grease, Frankie Valli
Our House, Madness
Babies, Pulp
Aviation, The Last Shadow Puppets
Kinky Afro, The Happy Mondays
We Got the Power, Gorillaz
Another Man's Woman, Supertramp
Rock de Casbah, The Clash
Instant Street, dEUS

2. CANCIONES DE DUCHA

ALGUNAS DE ELLAS, PLACERES CULPABLES

Mientras el agua caliente resbala por mi espalda, recuerdo una noticia que me dejó pensando. Unos científicos de la Universidad de Yale han hecho un descubrimiento interesante acerca del comportamiento humano. Según ellos, una ducha larga o un baño caliente pueden ser un indicador de la soledad. Por lo visto, **las personas que se sienten más solas o aisladas socialmente son las que más duchas o baños se dan**, y cuanto más caliente esté el agua, más tiempo permanecen bajo ella. Lo curioso es que el agua caliente actúa como un sustituto de compañía, y puede disipar los sentimientos de soledad.

(...) Recuerdo la época en que las duchas no significaban más que **un lugar ideal para masturbarte**; ahora, sin embargo, me ducho con la culpabilidad de quien conoce **el pírrico estado de los pantanos**.

Mearse en la ducha, darse placer en la ducha. **Todos los placeres ocultos que se guardan en los recovecos más sórdidos de la memoria son, quizá, los que mejor nos definen**. Como algunas canciones que, sin razón aparente, logran cautivar me. Ese joven alternativo que se pavonea con la adquisición de «**Doolittle**» de los **Pixies**, mientras suenan en la ducha, una y otra vez, **Self**





Control, versión Raf, de mis años mozos. Mientras me enjabono, recuerdo las veces que he bailado con esta canción, solo en el baño. Si lo examinamos objetivamente, es invencible, me refiero a esas canciones que cantas en coro.

Self Control pertenece a ese conjunto de **canciones sencillas pero endemoniadamente difíciles de componer**, como *Forever Young*, *Take On Me*, *West End Girl*, *La isla Bonita*, *Live is Life* —este último tema me dio una locura tan intensa como breve, exactamente una semana hasta que me llegó a aburrir—, o la reina de todas ellas: *Video Killed the Radio Star*. Son canciones que resultan verdaderas orgías melódicas de principio a fin.

4. CANCIONES DE CARRETERA

IDEALES PARA ESTRELLARTE

La primera canción que suena en mi playlist «*Canciones de carretera ideales para estrellarte*» es ni más ni menos que **Untitled #1**, de **Sigur Rós**, cuya melodía de piano me reconcilia con la humanidad, o al menos, inicia una fugaz tregua que dura lo mismo que la canción. *Untitled #1* me transporta a unas inolvidables vacaciones en Islandia con su música mejorando, ¡como si eso fuera posible!, un entorno de 360 grados cuya belleza te deja sin aliento. Pero ahora mismo estoy en Barcelona y tampoco se está tan mal, mientras me zambullo en la Diagonal. Creo que no soy el único que escucha cierto tipo de canciones preferiblemente en el coche.

(...) A continuación, mi lista de reproducción me lleva en volandas hacia **Venus As A Boy**, de la también islandesa **Björk**, y aunque parezca un tanto fuera de la norma, uno de mis mitos eróticos.

De repente, **Charles Bukowski** aparece a mi lado de copiloto:

—¿Sabes qué? Según unos estudios británicos, resulta que los hombres con pene chiquitín son más propensos a querer conducir un vehículo ostentoso y caro. Y no, no estoy bromeando. Ya había estudios que decían que los tipos tratan de impresionar a las chicas con sus coches y su estilo de vida lujoso, pero ahora parece que hay una conexión directa entre esto y el tamaño del paquete.



6. CANCIONES DE CELOS Y DESPECHO

IDEALES PARA PONER CARA DE MUÑECO EN UNA SESIÓN DE FOTOS



Como Love of Lesbian no escucha a Love of Lesbian —ningún dealer consume su producto—, opto por poner una lista de reproducción a la que llamo «*Canciones para tus momentos de despecho*». Empieza fuerte. **La bambola**, ni más ni menos, un tema que a cualquier ser nacido en el Mediterráneo le resulta mucho más familiar, en realidad, que cualquier canción del «**Kid A**» de **Radiohead**, por mucho que hayamos aprendido a adorarlos. Somos mediterráneos, maldita sea. Y si me apuran, medio árabes. ¿Qué chica de aquella época no se había sentido como una muñeca en manos de un chico inmaduro, si hoy en día sigue sucediendo?

En la playlist suena ahora **Coney Island**, de **Taylor Swift**, canción que relaciono con la mujer considerada como la más celosa del mundo, una chica llamada **Debbi Wood**, de Leicester, coronada como la «Reina de los Celos» por su trastorno delirante, el **síndrome de**

Otelo. Esta pobre mujer está obsesionada con la idea de que su esposo Steve Wood, a quien conoció a través de un amigo y las redes sociales, le está siendo infiel. Para el caso, la mujer tiene a bien pasar a su marido por el detector de mentiras cada vez que sale de su casa, aunque hayan sido quince minutos para comprar la leche y volver con las orejas gachas.

Vaya. Ahora suena **Jealous Guy**, preciosa canción de **Lennon** que me recuerda aquella leyenda urbana en la que **Yoko Ono**, sabiendo que la relación con su amado John no estaba pasando por su mejor momento, habló con su secretaria personal, una tal May Pang, y le insinuó que se convirtiera en su amante. ¡Eso sí que es aplicar una racionalidad absoluta a una crisis matrimonial: aceptar la entrada de una tercera persona, pero siendo seleccionada de antemano por la parte supuestamente engañada! Bra-vo. Si total, pensaría Yoko, más vale malo conocido que bueno por conocer.

ÍNDICE.

AVISO A LECTORES-NAVEGANTES. (instrucciones de uso)

PREÁMBULO.

1. Canciones para levantarte de buen humor
2. Canciones de ducha
3. Canciones para pensar en tus paranoias en el fisioterapeuta
4. Canciones de carretera

INTERMEDIO.

Canciones gloriosas, mitologías y noticias estúpidas mientras ando por la calle

5. Canciones en catalán
6. Canciones de celos y despecho

INTERMEDIO.

Canciones que aparecen en mi mente

7. Canciones para desconectar de una reunión por Zoom
8. Canciones para que te pasee el perro
9. Canciones que molan aún más cuando vas puesto de algo
10. Canciones para escribir lo primero que te salga de la cabeza
11. Canciones para sacatrá
12. Canciones para irte a dormir

EPÍLOGO.

ÍNDICE ONOMÁSTICO.



Ficha técnica del libro **UN DÍA EN MI CABEZA**

Santi Balmes

Lunwerg Editores, 2024

15 x 23 cm.

192 páginas

Cartoné

PVP c/IVA: 23,50 €

SANTI BALMES

Santi Balmes (1970) es compositor y cantante de la banda indie **Love of Lesbian**. Su discografía cuenta con títulos tan celebrados como *Maniobras de escapismo*, *Cuentos chinos para niños del Japón, 1999*, *La noche eterna / Los días no vividos*, *El poeta Halley o V.E.H.N.*, que -al igual que los tres anteriores-, se colocó en el número 1 de las listas de ventas al poco de su lanzamiento.

En su faceta literaria es autor del bestseller (o «celebrado cuento») infantil *Yo mataré monstruos por ti (ilustrado por Lyona)*, traducido al inglés, danés e italiano, de la novela de humor *¿Por qué me comprasteis un walkie-talkie si era hijo único?* (ilustrado por Ricardo Cavolo), del libro de relatos *La doble vida de las hadas* y el poemario *Canción de Bruma*.

Sus últimas novelas, *El hambre invisible* y *Bajaré de la luna en tirolina* continuaron con la senda de humor e historias alucinantes de sus primeros libros.

Un día en mi cabeza. Canciones para gente (no) muy normal es su primer libro de no ficción, dedicado a la música en el que comparte sus canciones favoritas mientras nos deja pasar 24 horas en su cabeza.

Santi Balmes, líder de Love of Lesbian, es uno de músicos más creativos, reconocidos y con más carisma del pop actual. Después del éxito de sus últimos libros de ficción (*El hambre invisible* y *Bajaré de la luna en tirolina*), vuelve con un libro en el que nos invita a un viaje de 24 horas por el interior su cabeza.





MÁS INFORMACIÓN A PRENSA, IMÁGENES Y ENTREVISTAS:

Lola Escudero - Directora de Comunicación de Lunwerg

Tel.: 619 212 722 - lescudero@planeta.es