

Introducción



Si bien mi edad de introducción al cánnabis puede poner los pelos de punta a cualquier legislador que sopesa los beneficios y desventajas de la legalización del cánnabis, el estigma asociado a su uso por parte de los jóvenes es una de las razones por las que siento que necesito compartir mi experiencia. Probé el cánnabis por primera vez con catorce años, durante un descanso cuando me ocupaba de la venta de merchandising en un concierto local de punk en mi ciudad natal. Sentía curiosidad por la extraña hierba que mis padres me habían aconsejado evitar. Pero cuando mis amigos más mayores dijeron que les ayudaba a sentirse relajados, llegué a la conclusión de que mis padres se equivocaban y, al igual que hacen muchos adolescentes, decidí que debía averiguar por mí misma si realmente el cánnabis iba a «freírme las células del cerebro». Sentada encima de una mesa de pícnic con dos amigas, me di un buen gustazo con una pipa, lo que desencadenó un ataque de risa momentáneo y poco más. Tras ese primer encuentro, usé el cánnabis de manera ocasional en reuniones sociales con amigos, pero no fue hasta la universidad cuando empecé a descubrir cómo su uso me reportaba beneficios directos e indirectos en otros ámbitos de mi vida.

Durante mi segundo año en la universidad, recuerdo ir por primera vez a casa de un amigo y ver ahí unas pinzas encima de una mesa. (Para los legos, estas se usan para sostener un porro cuando se acorta demasiado para poder fumarlo aguantándolo con los dedos.) Y recuerdo que pensé: «Vaya, este asunto de la hierba puede volverse bastante esotérico». No voy a mentir; estaba haciendo un juicio de valor, pero luego me coloqué. A partir de ese momento, todo cambió.

No tardé mucho en empezar a valorar el cánnabis por su capacidad de avivar la conversación en reuniones sociales y para calmarme

tras una semana acostándome tarde para cumplir con plazos de entrega muy ajustados. Solía pasar las noches del viernes y sábado envuelta en burbujas de pensamiento inteligente y nubes de humo de cánnabis mientras mis amigos y yo nos entusiasmábamos hablando de nuestros estudios, los acontecimientos recientes y la cultura pop mientras solíamos primar los porros sobre la bebida a fin de evitar la resaca del día siguiente. Pronto llegó el momento en que, cuando las tareas empezaban a amontonarse, mis horarios de trabajo a tiempo parcial se comían mi tiempo libre, y las discusiones con mi madre (lo siento, mami) me llevaban al límite, y el cánnabis me llevaba a un lugar en el que las aparentemente imposibles obligaciones del día podían ser gestionadas con una calada y un sencillo cambio de perspectiva.

Y pronto descubriría también que, incluso cuando estaba sumida en un ataque de ansiedad que se me iba de las manos o sufría un error de juicio causado por un arrebato inducido por el estrés, la planta a la que se oponían con tanta vehemencia mis padres, maestros y autoridades era capaz de proporcionarme algo más que simple relajación; me daba serenidad.

Más tarde, mientras escribía este libro, me diagnosticaron TEPT (trastorno por estrés postraumático), un trastorno de ansiedad generalizado y depresión. Los síntomas de mi estado casi me llevan a un ataque de nervios, pero me dije a mí misma que podía gestionarlo y que no disponía de tiempo en mi apretada agenda para buscar ayuda. Decidí mantener esa lucha en mi interior hasta que entrevisté al doctor Zach Walsh en relación al TEPT mientras experimentaba los mismos síntomas que enumeraba. Ese fue el momento en el que me di cuenta de que debía priorizar mi salud. (Afortunadamente, mis editores fueron increíblemente comprensivos al respecto.) Todo volvió a cambiar, pero de una manera muy distinta, cuando empecé a usar cánnabis para un nuevo fin: aliviar los flashbacks, los ataques de pánico y el «gatillo delicado», asuntos sobre los que leerás en el capítulo 3. Y, si bien el cánnabis ha estado sin duda ahí para ayudarme a mejorar mi humor, aliviar la ansiedad y calmar mis erráticos nervios, también lo usé a menudo durante la escritura de este libro para que me ayudara a azuzar el pensamiento creativo.

Dicho esto, escribir un libro sobre el cánnabis no era algo que considerara seriamente hasta que surgió de la nada. Si bien mi trabajo diario en un periódico me mantenía sumergida en los anuncios sobre la legislación del cánnabis, las noticias de fusiones empresariales y el flujo incesante de información en Twitter, la escritura de este libro me permitió lograr una comprensión más profunda sobre lo que hace exactamente el cánnabis cuando entra en el cuerpo, y cómo nosotros, en cuanto humanos, podemos utilizar sus propiedades curativas para tratar distintas dolencias, aliviar el estrés e incluso avivar nuestras vidas sexuales. (Confía en mí y ve al capítulo 6 si lo consideras necesario.) Mi aprecio por esta planta, que ha traído tanta mejora a mi vida, ha crecido, por así decirlo, como la propia hierba.

Pero cada vez que me entusiasmo con el cánnabis y su potencial, me acuerdo de que solo está verdaderamente disponible en unas pocas zonas del mundo. La guerra global contra las drogas, y contra el cánnabis en particular, ha resultado en la detención de cientos de miles de personas. Más de la mitad de las detenciones por drogas en Estados Unidos están relacionadas con el cánnabis. Entre el 2001 y el 2010, 8,2 millones de estadounidenses fueron detenidos por delitos relacionados con el cánnabis, y en el 88 por ciento de los casos se trataba de mera posesión. Estas detenciones causan un daño irreparable a familias y comunidades y se dan de manera desproporcionada entre la gente de color.¹ Lo mismo ocurre en Canadá,² donde en 2016 —un año después de que el primer ministro Justin Trudeau prometiera legalizar el cánnabis— se interpusieron 55.000 cargos relacionados con el cánnabis, de los que el 76 por ciento fueron meramente por posesión.³ Realmente me disgusta que una planta —que, se podría decir, Dios puso aquí en la Tierra— con estos increíbles beneficios medicinales haya sido denigrada, y me disgusta de corazón que las personas continúen siendo castigadas de forma injustificada por utilizarla.

Mi experiencia personal con la planta tan solo ofrece una perspectiva, pero cuando se combina con los testimonios de cientos de personas con las que me he encontrado, a las que he entrevistado y con las que he fumado hierba, además del conjunto de investigacio-

nes que los científicos han estado intentando desarrollar en las últimas décadas, los beneficios de su uso son demasiado grandes para poder ser obviados, al igual que los graves daños inherentes que van asociados a su prohibición. Cuando sumamos los usos históricos del cánnabis a todos los conocimientos actuales, la idea de que esta planta pueda ser ilegal en cualquier parte del mundo se vuelve absurda. En realidad, los últimos setenta y cinco o cien años son una aberración. El cánnabis es hoy la planta prohibida que conocemos porque en la década de 1930 un puñado de hombres poderosos armaron una propaganda astuta que fue aceptada como hecho. Históricamente, el cánnabis se utilizaba para tratar una variedad de afecciones desde hace por lo menos miles de años y, en una época tan reciente como mediados del siglo XIX, resultaba imprescindible en los botiquines de América del Norte.

Espero que aquellos que lean este libro traten el asunto con una mente abierta y, quizás, con disposición a desprenderse de los mensajes negativos que asumen sobre el cánnabis. Durante años, nos han alimentado con desinformación sobre una planta que, en muchos casos, simple y llanamente salva vidas. Espero que este pequeño acto de rebelión (pues, después de todo, se trata de un libro sobre una sustancia controvertida) abra tu mente a la idea de que el cánnabis es algo más que una hierba con una reputación inmerecida; es una planta que verdaderamente puede mejorar tu vida.