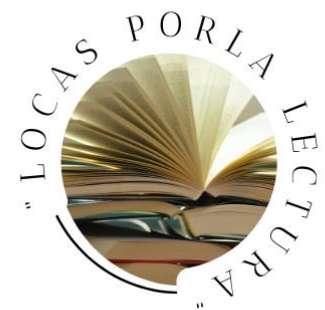


Almudena Grandes
EL CORAZÓN HELADO

colección andanzas



TERTULIA 25 DE SEPTIEMBRE 2024

18:00 horas en el

“CENTRO INTERGENERACIONAL”

PLAZA TIRSO DE MOLINA S/N.

ÍNDICE.

ÍNDICE.....	1
1.BIOGRAFÍA.....	3
Almudena Grandes	3
Almudena Grandes y su historia de amor con Madrid, más allá de la calle Larra.....	7
La escritora, fallecida 27 de noviembre, tenía Madrid, "una ciudad hermosa, pero no lo sabe", como fuente de inspiración. Nunca quiso moverse del barrio de Malasaña, donde vivía	7
"Divertido y ruidoso"	7
El éxito que le importaba	8
Algunos de sus amigos ya han salido a criticar esa decisión. Ella misma se reía a veces, con esa alegría que intentaba mantener siempre, de no haber tenido un homenaje. En un encuentro digital con lectores, una persona de Alicante, enamorada de Madrid por sus libros, le comentó: "¿No cree que el Ayuntamiento de Madrid debería pagarle como embajadora de esa tierra?". A lo que ella, directa y bromista, respondió: "Pues no solo no me paga, sino que me cobra impuestos. De todas formas, me alegro de saber que mis libros te han hecho amar Madrid, porque eso quiere decir.....	8
Un pregón recordado	10
Refugio en el mar	10
2. SOBRE EL LIBRO.....	12
3.ENTREVISTAS	16
HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=GQX0AH_FAQC	16
HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=GYNPFWKZRQ8	16
HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=FHQBTYF_RP0	16

1.BIOGRAFÍA.

Almudena Grandes

(Madrid, 1960-2021) Escritora española, una de las más relevantes de las últimas generaciones, con títulos tan significativos como *Las edades de Lulú* y *Malena es un nombre de tango*.

Nacida en Madrid, ciudad a la que siempre se sintió estrechamente vinculada, Almudena Grandes estudió geografía e historia en la Universidad Complutense y comenzó a trabajar en el mundo editorial como escritora de encargo. Cuenta la autora que se dedicó a la escritura gracias al fútbol y porque no sabía dibujar: “Cuando íbamos a visitar a mi abuelo, mi padre y él veían el fútbol y no se podía hablar. A los niños nos daban lápices de colores, pero como a mí no me gustaba dibujar, me aburría. Y me dijeron que escribiera algo. Aún conservo algunos cuentecitos de regalo de los que obtuve rentabilidad económica. Fue mi primer trabajo profesional”.



Entre sus trabajos como redactora y alguna incursión en el cine (en 1982 tuvo un pequeño papel en el filme de Oscar Ladoire *A contratiempo*), Almudena Grandes obtuvo el reconocimiento del público con su ópera prima, *Las edades de Lulú* (1989). La novela, una insólita historia de iniciación y aprendizaje, obtuvo el XI premio

“EL CORAZÓN HELADO”. ALMUDENA GRANDES

La Sonrisa Vertical de narrativa erótica, convocado por la editorial Tusquets, y supuso el mayor éxito en la historia de este premio: en apenas dos décadas vendió más de un millón de ejemplares y fue traducida a veintiún idiomas.

“*Las edades de Lulú*” rebasó el ámbito estrictamente literario de la mano del director de cine Bigas Luna, quien la adaptó para la gran pantalla en 1990. La película, protagonizada por Francesca Neri y un entonces prácticamente desconocido [Javier Bardem](#), fue uno de los éxitos de la temporada y acrecentó la flamante popularidad de la escritora.

Grandes publicó su segunda novela en 1991: “*Te llamaré Viernes*”. La obra se apartaba de la literatura erótica y tuvo escasa repercusión mediática. Fue realmente tres años más tarde cuando la escritora se consagraría definitivamente con un nuevo título: *Malena es un nombre de tango* (1994). Ambientada en la España de la transición, narra a lo largo de tres décadas la adolescencia y la madurez de Malena Fernández de Alcántara, una joven de la alta burguesía madrileña cuya trayectoria vital y sentimental estará marcada por la relación con su hermana melliza. *Malena es un nombre de tango* se convirtió en un fenómeno. Ampliamente elogiada por la crítica y traducida a varios idiomas, como ocurriera con *Las edades de Lulú*, no tardaría en ser llevada también al cine, en esta ocasión por Gerardo Herrero. El filme, protagonizado por Ariadna Gil, se estrenó en 1996 y lo vieron más de 300.000 espectadores, lo que acrecentó aún más la popularidad de la novelista. Herrero repetiría detrás de las cámaras en 2006 con otro título de Almudena, *Los aires difíciles* (2002), que había recibido el premio Arzobispo Juan de San Clemente).

Tras la estela de *Malena*, Almudena publicó varias novelas, todas ellas con el denominador común de estar protagonizadas por mujeres. En 1998 presentó *Atlas de geografía humana*, una obra en la que invirtió cuatro años y en la que demostró un absoluto control del lenguaje y de la estructura novelesca. En ella, cuatro mujeres cuentan en primera persona su propia historia en un tiempo de confusión ideológica y crisis generacional. Una vez más, la novela tendría su versión cinematográfica, en esta ocasión a cargo de la directora Azucena Rodríguez, gran amiga de la escritora. La película,

protagonizada por Cuca Escribano, Montse Germán, María Bouzas y Rosa Vila, se estrenó en marzo de 2007.

El año 2004 sería el de *Castillos de cartón*. Como sus novelas anteriores, transcurre en la España del último cuarto del siglo XX o principios del XXI, y muestra con gran realismo e introspección psicológica la vida cotidiana de personajes de esta época. Y a mediados de febrero de 2007 le tocaría el turno a *El corazón helado*, considerada por la propia autora como su novela más ambiciosa hasta la fecha. La obra consta de un total de 919 páginas en las que la escritora retrata con maestría una de las épocas más oscuras de nuestra historia; una novela monumental y compleja en la que la vida de dos familias españolas desde la posguerra hasta nuestros días le sirve para examinar la Guerra Civil y su influencia en el presente. Tras el éxito de *El corazón helado*, que en mayo de 2007 se había situado en el número uno de las listas de ventas, aseguró que ya tenía en la cabeza algunas ideas para su siguiente libro y que estaba preparando un guión para el cine.



Recibiendo el VII Premio Fundación Lara por *El corazón helado*

Además de sus novelas, Almudena Grandes había dado a la imprenta *Modelos de mujer* (1996), una recopilación de siete cuentos publicados anteriormente en varias revistas y periódicos, uno de los cuales, "El lenguaje de los balcones", inspirado en un poema de su marido Luis García Montero, sirvió de base para la película: "*¡Aunque tú no lo sepas*" (2000), de Juan Vicente Córdoba. En 2003, bajo el título de *Mercado de Barceló*, publicó una selección de las crónicas y relatos de la serie de artículos aparecidos en "El

"EL CORAZÓN HELADO". ALMUDENA GRANDES

País Semanal” entre 1999 y 2003, y en 2005 continuó su obra breve con *Estaciones de paso*, un nuevo libro de relatos en el que se recogen cinco historias cortas de adolescentes abocados a vivir circunstancias que les sobrepasan, pero que, sin sospecharlo, acabarán forjándoles como adultos.

En octubre de 1997 la autora recibió en Italia el prestigioso premio Rossone d’Oro. Este galardón, que se concede a personas que destacan en las letras, las artes y las ciencias, había recaído anteriormente en escritores como [Alberto Moravia](#) o [Ernesto Sábato](#), y Almudena Grandes fue la primera mujer en recibirlo, así como el primer autor español. En 2002 recibió, a su vez, el IV Premio Julián Besteiro de las Artes y las Letras, “por la gran calidad de su obra literaria y periodística, así como por su compromiso en la defensa y lucha por los derechos y valores de la libertad y solidaridad”. Un nuevo reconocimiento le llegó en 2006 cuando el Ayuntamiento de Azuqueca de Henares (Guadalajara) quiso bautizar la biblioteca municipal con el nombre de la escritora.

Desde diciembre de 1996 estuvo casada con el poeta granadino Luis García Montero; el matrimonio tenía una hija en común, Elisa (1997), y otros dos de respectivas relaciones anteriores, Mauro e Irene. Por el trabajo de su esposo (profesor de literatura comparada en la Universidad de Granada) vivió a caballo entre Madrid y la ciudad andaluza; la pareja veraneaba a menudo en Rota (Cádiz), compartiendo sus momentos de ocio con los amigos de siempre: Benjamín Prado, [Ángel González](#), Javier Rioyo, Javier Ruibal y [Joaquín Sabina](#).

Fernández, Tomás y Tamaro, Elena. «Biografía de Almudena Grandes». En *Biografías y Vidas. La enciclopedia biográfica en línea* [Internet]. Barcelona, España, 2004. Disponible en <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/g/grandes.htm> [fecha de acceso: 27 de agosto de 2024].

Almudena Grandes y su historia de amor con Madrid, más allá de la calle Larra

La escritora, fallecida 27 de noviembre, tenía Madrid, "una ciudad hermosa, pero no lo sabe", como fuente de inspiración. Nunca quiso moverse del barrio de Malasaña, donde vivía

Llevaba Madrid grabado hasta en su identidad: Almudena, un nombre que algunos no entienden fuera de las fronteras castizas. Almudena, patrona de Madrid, **Almudena Grandes, una escritora madrileña** que amaba su ciudad y empapaba con ella su obra. "Si marcara en un plano de la ciudad todas **las casas en las que he vivido**, el resultado sería un círculo casi perfecto".

Lo contaba la **recientemente fallecida autora** hace años en 'Esta es mi tierra', un programa de TVE de principios de la década de los 2000 en el que escritores de lengua española paseaban por las calles de su vida, desde la **infancia hasta la madurez**.

Grandes, con la exalcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, en su pregón de San Isidro 2018. (EFE)

La relación de amor de Grandes con su ciudad ha servido para que sus lectores, muchos alejados de la capital, conozcan sus rincones más castizos y su alma más auténtica. "Madrid es una ciudad hermosa, pero no lo sabe. Su belleza es arisca, secreta, tumultuosa, agitada. **Ciudad difícil con vocación populachera**. Los madrileños andamos deprisa, hablamos deprisa, lo hacemos todo deprisa, y no nos queremos mucho, eso nunca, a nosotros mismos", decía.

"Divertido y ruidoso"

La escritora vivió hasta los 10 años en el barrio de Malasaña, entonces llamado Maravillas, hasta que sus padres decidieron mudarse a las afueras, a un lugar que ella describía como "desolado". No le gustó el cambio y **su obsesión fue volver a 'casa'**, al centro de Madrid, a esas calles que rodean la preciosa Glorieta de Bilbao. "Yo vivo en la calle de Larra, en el mismo barrio en el que se instaló mi abuelo al llegar a Madrid. Su barrio y el

mío, **Maravillas siempre, Malasaña ahora**, es como un modelo a escala de la propia ciudad, divertido y ruidoso, intenso y cambiante, muy antiguo y modernísimo a la vez”.

El **piso de la calle Larra** es una de las propiedades que Grandes adquirió a lo largo de su vida. Lo compró con **su marido, el poeta Luis García Montero**, en 1997. Una casa de algo más de 200 metros cuadrados, amplio y lleno (abarroado) de libros, que era el lugar desde donde estudiaba el mundo que después reflejaba en sus novelas. Adoraba las calles de Malasaña, pasear por ellas y por su mercado. El relojero, el cerrajero, el zapatero -“sigue oliendo a mi infancia”-.

Estos pequeños comercios le recordaban “otras épocas, otros modos de vida”. Como la **“tienda de bombillas de la calle Hortaleza”**, decía Grandes, “que me fascina desde que tengo memoria”. Y el mercado, los mercados, eran para Grandes **una fuente de inspiración**. “Un **paseo por los alrededores del mercado** sirve para meditar sobre algunos aspectos paradójicos de la idea de progreso, un concepto que aquí, más que identificarse, llega a confundirse con el de consumo, nada ha cambiado, pero **todo ha cambiado**, porque ha cambiado el valor de las cosas”.

Por estos motivos, por ser **embajadora de Madrid** desde sus obras y desde sus hechos, se habla estos días de cómo le devolverá la ciudad a ella todo lo que ella hizo por la ciudad. Lo primero que se ha aprobado es dedicarle una calle. También, según nos **informan desde el Ayuntamiento de Madrid**, se organizará un acto de homenaje que aún está por determinar.

El éxito que le importaba

Algunos de sus amigos ya han salido a criticar esa decisión. Ella misma se reía a veces, con esa alegría que intentaba mantener siempre, de no haber tenido un homenaje. En un encuentro digital con lectores, una persona de Alicante, enamorada de Madrid por sus libros, le comentó: “¿No cree que el Ayuntamiento de Madrid

debería pagarle como embajadora de esa tierra?”. A lo que ella, directa y bromista, respondió: **“Pues no solo no me paga, sino que me cobra impuestos.** De todas formas, me alegro de saber que mis libros te han hecho amar Madrid, porque eso quiere decir

que has podido ‘vivirlos’ y esa es la prueba del verdadero éxito, el único que a mí me interesa”.

Y ese éxito que a ella le gustaba, el de entrar en la vida de los lectores, es el que le dio, en parte, su Madrid: “Cuando era pequeña, lo que más me gustaba del mundo era venir de compras al centro. El centro era una parte muy concreta de Madrid, un cogollo que incluía la calle Arenal, la Puerta del Sol... Y había tiendas que eran lugares especiales donde había Navidad todo el año. Tiendas en las



que se podía encontrar de todo, en cualquier momento. **A mi madre no le gustaba nada** esta predilección que yo tenía por el centro porque **decía que tenía gustos de paleta**, que la Gran Vía solo gustaba a quienes venían de los pueblos. Lugares como estos son

una especie de túnel que conecta el lugar donde yo nací con el lugar en el que seguí viviendo todos estos años”.

Un pregón recordado

Sí tuvo un reconocimiento cuando en 2018, el Ayuntamiento de Madrid, **con Manuela Carmena de alcaldesa**, la nombró pregonera de las fiestas de San Isidro. Desde el balcón de la plaza de la Villa, la escritora lanzaba su mensaje de amor a la ciudad de sus amores: “Como un hada madrina populachera y generosa, Madrid hace a sus hijos dos regalos en el instante de su nacimiento. Uno es el agua, la incomparable delicia de beber directamente del grifo. El otro es el anonimato”.

Madrid tiene la capacidad de transportar al pasado a quien la pasea, como si siempre fuera Navidad y uno buscara a Chencho de ‘La gran familia’. Tiene Madrid la virtud de hacerle sentir a uno en casa desde que la pisa por primera vez, y eso es gracias a libros como los de Grandes. Y a sus palabras: “En esta villa plebeya, que se enorgullece de su condición tanto o más que otras de sus viejos y aristocráticos blasones, nadie es más que nadie. **A los madrileños nos traen sin cuidado los orígenes**, los apellidos y la distinción de nuestros conciudadanos”.

Refugio en el mar

Y de ese ruidoso y complejo Madrid, Grandes se escapaba de vez en cuando a Rota, su segunda casa, un lugar en el que **compartía veranos con muchos madrileños** que, como ella, buscaban en el mar y en el pueblo su refugio. En Rota tenía una propiedad, también comprada con su marido, esta vez en 2012. Además, juntos compraron en 2010 **una casa en Granada, donde nació el poeta**. El chalet de Rota es una propiedad muy cercana al mar, en Punta Candor, en una urbanización en la que coincidían con otros personajes de la cultura del país como Benjamín Prado, Miguel Ríos, Joaquín Sabina y Javier Ruibal, quienes **formaban el Club de Rota**.

El pueblo, del que ella se despidió al saber que tenía cáncer, le ha rendido un homenaje estos días, un acto al que asistieron autoridades de la zona. Porque, como dijo Esther García, delegada del Cultura del Ayuntamiento, Grandes era **“una roteña más** que andaba inadvertida por nuestras calles, una mujer que encontró en Rota su segundo hogar, su territorio para la felicidad”.

Si algo caracterizaba a Almudena Grandes, lo han dicho quienes la conocían, era su capacidad para ser feliz. Lo escribió ella misma muchas veces, como en su libro ‘Las tres bodas de Manolita’: “Con el tiempo comprendí que **la alegría es un arma superior al odio**, las sonrisas más útiles, más feroces que los gestos de rabia y desaliento”.

2. SOBRE EL LIBRO.

Julio Carrión muere en Madrid en 2005 a los ochenta y tres años. Era un rico empresario y deja atrás viuda, cinco hijos y un prestigio unánime de hombre excepcional. Su hijo Álvaro descubre entonces un aspecto menos ejemplar de la vida de su padre, y a eso siguen otras revelaciones que hacen tambalear una fama que parecía inatacable. El catalizador de la historia es Raquel, descendiente de exiliados españoles en Francia durante el franquismo. Hay una cuenta pendiente entre sus ascendientes y Julio Carrión y ella tiene un plan para cobrarla. Lo malo es que no contaba con enamorarse de Álvaro.

Álvaro quiere agotar la verdad, aunque le asusta el precio que tiene conocerla. Lo que va sabiendo de su padre y su historia de amor con Raquel están sacando a la luz rasgos de su propia personalidad que no conocía, a la vez que redefinen sus relaciones con su mujer, su madre y cada uno de sus hermanos.

Grandes ha firmado una historia bien construida con elementos poco nuevos: odios, secretos, traiciones y venganzas incubados en la guerra civil española. Dos narradores alternos van desgranando retrospectivamente los detalles de la historia de las dos familias. Todos los ambientes están descritos con verismo: la defensa miliciana de Madrid, la vida en el exilio, episodios en Rusia de la División Azul, etc. La autora ha planificado bien cada capítulo y entrega en dosis justas los nuevos datos que hacen avanzar la historia, tiene bien controlados los hilos y se mueve con soltura adelante y atrás en el tiempo, como narradora veterana que ya es.

La escritora madrileña sigue fiel a su credo literario: provocadora reivindicación de la mujer (esta vez, con una carga más atenuada de liberación sexual), exaltación de la izquierda (esto sí, sin titubeos) y calidad narrativa (historias bien trazadas, profundización en los personajes, estilo cuidado). No es una escritora de genio, pero sí de talento y trabajo. La factura básica de la novela es típicamente galdosiana pero también se sirve de técnicas más modernas para dar a conocer los pensamientos de los personajes.

Hay un exceso femenino de descripción y un cierto lastre discursivo que frena bastantes de los diálogos. Si no se presta atención es fácil perderse en la red de primos, tíos, bisabuelos y personajes secundarios. Los principios de la mayoría de ellos incluyen fumar canutos, divorciarse, tener amantes y, naturalmente, despreciar la religión. Al menos, esta vez Grandes no carga la mano en la descripción de la actividad sexual de sus personajes, quizás evitando todo lo que distraiga la carga ideológica de la historia. En conjunto resulta una novela interesante pero dura. Algunas cosas que ha hecho Julio Carrión son despreciables, pero no menos aceptable es no querer saber, o saber y no hacer nada (el cinismo de un corazón helado), o saber y no perdonar.

Javier Cercas Rueda. 18 de abril de 2007

El Corazón Helado editada por Tusquets en febrero de 2007, con más de 900 páginas, es una estupenda obra, en la que los distintos episodios que uno tras otro, van apareciendo desde el principio de la narrativa, con muchos personajes y situaciones sin mayor sentido aparente, luego progresivamente se van articulando armoniosamente hasta que encajan perfectamente al final.

La vida de estos personajes se desarrolla principalmente en Madrid y sus alrededores, así como en el sur de Francia, París, y la frontera con Rusia, dentro de la época de la guerra civil española de 1936-1939, la segunda guerra mundial de 1939-1945, la muerte de Franco en 1975 y la actualidad.

Entre los personajes cabe destacar en un grupo, a Julio Carrión González y al penúltimo de sus hijos, Álvaro Carrión Otero. En otro grupo destacan por un lado Ignacio Fernández Muñoz y su nieta Raquel Hernández Perea; y por el otro, Mariana Fernández, prima hermana de Ignacio, y madre de Angélica Otero Fernández, quien casa con Julio Carrión González.

La novela no alude a las causas que originaron la guerra civil española. Solo menciona que el gobierno constituido en aquel entonces era republicano y Franco el insurgente. Lo que si muestra en carne viva a través de sus personajes es la guerra en sí, lo que

esto significa: una nación dividida de por mitad, el odio exacerbado de unos contra otros, la violencia en todas sus formas, la intolerancia, las delaciones, traiciones, el hambre, la miseria, el miedo, el aburrimiento en el frente, la incautación de propiedades, la ruina, el dolor; y junto a todo esto, de manera aislada y excepcional, la generosidad, solidaridad y lealtad de solo algunos, y en ambos bandos. No podía ser de otro modo pues se trataba en fin y al cabo de una confrontación entre dos tipos de totalitarismos.

Los Fernández eran una familia acomodada, de relevante fortuna, y de ideas republicanas que vivían en Madrid. Cuando estalla la guerra en julio de 1936, Ignacio deja sus estudios de derecho y se alista para combatir. Con el tiempo Ignacio, afiliado al partido comunista, asciende rápidamente hasta capitán, lo que de cierto modo desagrade a su hermano Mateo quien siendo también combatiente, advierte la tendencia predominante de los comunistas sobre los anarquistas y socialistas en el ejército. El mayor desencanto de Ignacio, después de que el gobierno republicano abandona Madrid para trasladarse a Valencia, es cuando en vísperas de la entrada de Franco a Madrid, los anarquistas detienen y encarcelan a los comunistas, entre ellos él. Se fuga, logra pasar a Francia, pero también aquí es apresado porque ya para entonces está en auge la segunda guerra mundial y Francia está dominada por los nazis. Después de muchas vicisitudes, logra al fin reunirse con parte de su familia ya exiliada y aunque ya sabía que su hermano Mateo había sido fusilado, aquí se entera que también habían fusilado a un cuñado por delación de una prima que con ellos vivía.

En Francia Ignacio casa con una humilde campesina aragonesa que había perdido a sus padres y hermanos, forma una nueva familia cuyos hijos crecen entre exiliados españoles pero en un ambiente de progresivo bienestar y libertad que se distancia cada vez más de lo que ellos oyen sobre la situación española. Estos hijos casan y también tienen otros hijos. Con la muerte de Franco en 1975 Ignacio y su familia regresan a España, pero en condiciones económicas muy distintas porque la fortuna que tenían sus padres antes de la guerra civil había desaparecido totalmente. Entre las nuevas

costumbres de Ignacio al volver a Madrid, resalta la de hablar y pasear con su nieta Raquel Fernández Perea de 8 años de edad.

Julio Carrión González, nacido en Torrelodones en 1922, era hijo de un modesto campesino de pocas luces y costumbres tradicionalistas, y de una joven maestra de ideas socialistas y vocación de liderazgo en su comunidad, que poco antes de estallar la guerra abandona a su marido, y se va del pueblo con su amante, otro maestro también socialista. Julio que contaba entonces 15 años se va con su padre a Madrid, donde en condiciones muy precarias sobrevive, trabaja en un taller y se afilia a la juventud socialista unificada, caracterizándose como persona simpática, cautivadora, seductora, y encantadora.

Al terminar la guerra civil, conoce casualmente a un joven falangista, y se alista en la División Azul para pelear al lado de los alemanes en la frontera rusa. Terminada la segunda guerra mundial no regresa de inmediato a España porque cree que los aliados vencedores de la guerra podrían ir contra Franco y opta por quedarse en París algún tiempo durante el cual entra en contacto con la familia Fernández. Cuando tiene la certeza de que nada pasará, regresa a España donde con el apoyo de sus amigos falangistas comienza a hacer negocios que lo convierten en un poderoso empresario, sobre todo después de la muerte de Franco, en la etapa de la transición. Casa con Angélica Otero Fernández, 14 años más joven y con ella tiene 5 hijos entre ellos Álvaro Carrión Otero.

Después de la muerte de Julio Carrión González y su entierro en Torrelodones en 2005, el azar hace que Álvaro Carrión y Raquel Fernández, se conozcan, se enamoren apasionadamente, recuerden el pasado de sus antecesores, plagado de secretos, y sus vidas serán distintas a las que tenían planificadas.

Dr. Julio Betancourt. Caracas 13 de julio de 2007

3.ENTREVISTAS

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=GQX0AH_FAQC](https://www.youtube.com/watch?v=GQX0AH_FAQC)

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=GYNPFWKZRQ8](https://www.youtube.com/watch?v=GYNPFWKZRQ8)

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=FHQBTYF_RP0](https://www.youtube.com/watch?v=FHQBTYF_RP0)