

El totem

October 7, 2012 By [Juan Carlos](#)

Un totem es un objeto personal e intransferible usado por algunos miembros del Equipo para saber si están en su propia realidad, (sea un sueño o despierto) o en el sueño de otra persona. Cualquier objeto común con alguna característica especial que solo su dueño conozca puede servir como totem. The Inception Movie

“Construir un sueño desde tus recuerdos es la forma más fácil de perder la noción de qué es real y qué es un sueño.”. The Inception Movie

Me encanta el cine, claro uds. ya lo saben en especial películas de la vida real o ciencia ficción que de alguna forma te dejen preguntas o lecciones que puedas aplicar a la vida real, y a veces.... diferenciar como la realidad y la ficción se cruzan.

Se acuerdan de la película inception/origen?. Fue un bombazo, me acuerdo que la fui a ver con mi mejor amigo y su pareja, de hecho... fue un reencuentro con mi mejor amigo del colegio a quien no veía hace mucho y con quien no había casi contacto, le invité a salir y fuimos a ver la película los tres. Durante toda la película fue genial estar juntos conversamos, reíamos, compartíamos ideas... era como si estuviéramos aún en el colegio, fue genial. Meses después por cosas del destino encontré un objeto similar a un amuleto mencionado en la película, un totem.

Según la película hay quienes pueden entrar en sueños de otros y robar ideas, plantarlas o interactuar, también puedes ser llevado al sueño de alguien más, uno es el soñador (el arquitecto) que crea el escenario y el otro es el sujeto (que es llevado al sueño y lo puebla con su imágenes del subconsciente). Esto podría ser usado de muchas formas ya que en los sueños todos somos más vulnerables y tenemos poco control, pero de igual forma implica algunos riesgos.... quedar atrapado en un sueño para siempre o peor aún, perder la capacidad de distinguir un sueño de la realidad. 

Los arquitectos de sueños normalmente deben ser muy inteligentes y hábiles para que el sujeto no descubra o determine que está en un sueño, obviamente el sueño tiene límites... el arquitecto debe poder ser capaz de cambiarlos de forma poco perceptible para que el sujeto no se altere y se resista sabiendo que no está en la realidad. Una norma es que el arquitecto nunca debe construir un sueño en base a sus recuerdos, porque estos hacen que él corra el riesgo de no poder distinguir la realidad del sueño con el tiempo.... cuando pasas mucho tiempo en los sueños tuyos o de los demás, también corres ese riesgo.... por eso se necesita: un Totem.

 Un totem es un objeto x que sea especial para el usuario, el cual debe tener una o varias características que sean especiales para su usuario, su textura, su peso, etc. deben ayudarlo a distinguir si está soñando o está despierto. En la película aparecen varios totem... un dado

cargado, que cae siempre del mismo lado en la vida real pero en lados diferentes en los sueños, un alfil de ajedrez cuyo peso y centro de gravedad fueron alterados en la vida real y es diferente en un sueño, una ficha de casino escrita con faltas ortográficas en la vida real, y si aparece correctamente escrita estás en un sueño. Y el más popular de todos.... el trompo. El trompo gira y no para de girar en un sueño, y se detiene si estás en la realidad.

Obviamente la película me pareció genial, así que tiempo después cuando me encontré un trompo... pensé que sería chevere quedarme con el como un recuerdo de la película. No es que se parezca mucho al que sale en las imágenes pero me trae recuerdos..... quién diría que mi totem.... me daría ahora palmaditas de realidad en la cara.



Cuando surgió el asunto de los arv, era un lío para mí pensar en su transportación, como demonios me voy a llevar esas pastillas en un lugar que no se humedezca, que sea cerrado, no puedo llevarlos en los frascos de las pastillas sería muy evidente y no tengo estuches de lentes de contacto como me sugirieron, y tampoco podía esperar, como todo fue rápido al momento de comenzar el tratamiento un día me puse a buscar una cosita en la que pudieran caber 2 pastillas....y usé el trompo, en realidad se transformó en mi totem porque muy en el fondo... cuando lo miro ahora... me hace acuerdo del compromiso que adquirí conmigo, acepté comenzar un tratamiento de por vida... 3 pastillas por día, por toda la vida.... claro... a veces son más como la pastilla de la candidiasis (que también la llevo en el totem) y Dios mediante alguna que otra pastilla más que haya que aumentar en el camino (cosa que ojalá Dios no quiera). Pero ha sido bueno, en cierto sentido... cuando a veces mi mente está volando... miro al totem y aterrizo.

Todos tenemos muchas formas de sobrellevar el virus, y he conocido gente con muchas formas que yo no comparto... sin embargo respeto... para algunos simplemente prefieren ignorarlo, con el viejo discurso de si no hablas de él, no está ahí. Si no piensas en él, es que no ha sucedido.... pero si sucedió... y te sucedió a ti y te sucede ahora y te sucedió ese día que te enteraste y te sucederá todo el resto de tu vida. Yo respeto o intento respetar, pero al menos a mí no me funciona mucho esa manera de actuar y en eso agradezco a mi psicóloga que fue la persona que primero me orientó cuando me enteré de mi estado de salud, nunca olvidaré sus palabras.... "Yo sé que la gente te dice que no pasa nada.... pero sí pasa algo, sí te pasó algo.... y debes asimilarlo y vivirlo intensamente para que luego esos fantasmas de tristeza no sigan en tu camino y te afecten en el futuro, porque si no los vives y no los quemas ahora y no los dejas ir... no te dejarán avanzar". Tal vez ella era mi totem en ese momento pero le agradezco ese baño de realidad porque en mucho creo que fue el que me permitió seguir vivo.... aún recuerdo los momentos en los que creía que era mentira.... y veo a muchos que cuando se enteran del diagnóstico se aferran a eso.... es normal, los respeto... es una defensa de la mente. Pensar que todo es mentira que hubo un error en las muestras de sangre, pensar que el laboratorio se equivocó y van a muchas partes para encontrarse muchas veces con la misma respuesta como si fuera un cuchillo que te clavarán en el alma muchas veces. Otros simplemente se olvidan.... por completo.... hasta que el cuerpo se afecta, se deteriora y te recuerda que "ah cierto.... tenía una enfermedad potencialmente mortal a la que no le he estado prestando atención". Otros se acuerdan cuando están en la cita del doctor, pero luego son incapaces de volver a pensar en ello nunca más.... hasta la siguiente cita.... evitan el tema, evitan el pensamiento, evitan analizar lo que sienten al pensar y sentir que tienen un

virus en su cuerpo.... simplemente te dicen "NO quiero hablar de ello". Todo ello es respetable, no se si todo irá a dar al mismo camino ni si todo ello traerá buenos resultados pero quién soy yo para determinar que está bien o no para otros.... solo me encargo de determinar que está bien para mí, y sé que esas estrategias o formas de lidiar con esto no me hubieran servido. Me hubiera perdido en el camino.... soñando despierto que no tenía un peligro de muerte dentro mío. Por eso ahora que tomo las pastillas el tener mi totem es algo gracioso, simbólico y especial.

Si algún día me canso, me rindo de tanta realidad.... y me aferro a la fantasía de no querer saber que me está sucediendo... háganme acuerdo del totem... porque en muchas formas eso podría volverme al camino y salvarme el pellejo. Al igual que en la película, no dejo que nadie lo toque... es mi totem... lo pueden desequilibrar (además votar las pastillas que son caríiiiisimas).

Y hablando de los sueños.... tampoco creo que todos los sueños sean malos, en tanto y en cuanto no pongan en riesgo tu vida. No puedes soñar a ser superman y saltar de un edificio.... ¿me entienden?. Pero a veces por momento puedes soñar que eres algo o alguien diferente y distraerte de la realidad cuando es muy dura. De cualquier forma, me alegro de tener mi totem personal para mantenerme siempre tocando tierra.

Nota del escritor: El texto original del post tuve que alterarlo porque quería mucho postear lo del totem.... y no tenía tiempo de escribir la otra parte de los sueños que se me ocurrió contar.... porque era muy personal, porque es muy íntima. Pero un par de días después en realidad no tengo nada que hacer ahorita mientras se lava mi ropa así que decidí terminar de contar el cuento.... total.... si estoy o estamos locos es mejor que sea así.

Yo dije en una de mis últimas frases que no todos los sueños son malos, unos se pueden volver reales y llevarte muy alto y muy lejos, otros pueden en un momento de dolor ser una valvula de escape. Lo único que no es realmente bueno es vivir de ellos, un sueño debe tener principio y final, no puedes vivir en él eternamente... porque entonces estarías perdido.

Así como no puedes soñar ser súperman y saltar de un edificio hay muchas cosas que sí puedes soñar en momentos cuando la realidad es muy dura y abrumadora. Y necesitas un break y un descanso. Yo no sé si todos lo hagan.... desearía pensar que sí (sino digamos que estoy medio loco sólo yo) pero yo sí tengo un mundo de sueños al cual acudo cuando necesito, desde niño.

Por mil y un circunstancias mi niñez no siempre fue fácil de llevar para mí, talvez había cosas que no entendía o no comprendía de la vida como todo niño... y siendo que era destinado a un camino algo... ajetreado... creo que Dios se encargó de ponerme en una escuela que me hiciera un poco duro. Aunque por dentro siempre he sido más bien de chocolate derretido. Lloraba hasta cuando veía un indigente pedir dinero en la calle... sin conocerlos. En medio de todas las cosas difíciles...solía acudir a mis sueños... y en ellos era feliz, tenía todo lo que me faltaba y estaba todo lo que yo deseaba ahí... hasta podía hablar con Dios.... luego con el tiempo descubrí que a veces si te castigan... duele menos si piensas que no estás ahí... si piensas en otra cosa... si te dicen que eres inútil un animal inservible.... hiere menos pensar que estás en otro lado donde te aprecian y donde lo que sea que hagas puede ser apreciado y si te equivocas puede ser arreglado. Y descubrí el uso de soñar despierto... y comencé a usarlo. Es verdad como conté arriba que durante mi niñez a veces no distinguía la verdad del sueño.... me pasó un par de veces, pero el tiempo se encarga

de mostrarte qué es cierto... aunque duela... sin embargo por eso prefiero ahora mi totem jajajajaja.

Aún así, mientras crecía.... había muchas cosas que quería hacer y no se podía.... quería estudiar pintura.... no se podía, estudiar arte, danza, no se podía.... quería ser astronauta.... nunca fui un excelente estudiante... me revelé desde joven a que me catalogaran por números. En fin así que en mi mente comencé a hacer muchas cosas que no era y poco a poco era feliz cuando estaba sólo, o cuando tenía problemas... o cuando me sentía frustrado porque no podía alcanzar todo lo que quería... soñaba despierto y voluntariamente muchas cosas....con el tiempo me fui quedando con mis versiones preferidas de los sueños y perfeccionandolas. Y me traían alegría y tranquilidad cuando no me sentía así.

Cuando era adolescente, y no había mucha comida.... o había pero no lo que yo quería... soñaba que era un cheff, el más rápido del mundo (odio esperar para comer) y que tenía un restaurante muy famoso y que podía ir todos los días y comer lo que yo quisiera y que eramos especialistas en toda comida... además... también había helado :) y podía comer todo lo que yo quería. No se porque con el tiempo dejé de soñar en eso, creo que cuando comencé a trabajar comencé a comer todo lo que se me antojaba entonces ese sueño ya no era tan útil jijijiji.

A veces cuando estoy aburrido, soñaba que era espía, que había sido escogido y entrenado asi tipo james bond y que monitoreaban por satélite para mantenerme seguro, porque era muy importante en mi misión y que además sabía todos los tipos de artes marciales que hay, y era excelente disparando aún en movimiento... ese es divertido cuando estás aburrido sin nada que hacer en el bus y te imaginas que te envían a atrapar a alguien malo o a salvar a alguien en una operación muy riesgosa.

También hubo una época en que soñaba que era actor, que me ganaba un oscar y otras cosas. Pero de todos, el sueño más elaborado y el que más me gusta y al que más acudo es el del canto. Sueño que soy cantante :) dentro de un grupo, es un grupo pop de 8 personas, hombres y mujeres y que somos número uno en el mundo y todo nos va de maravilla. Casi una mezcla de los salidos de american idol, factor x y etc. Y que nos llevamos muy bien como hermanos, y compartimos muchas cosas y nos divertimos cantando y viajando porque nuestra vida es la música. A veces cuando estoy en casa cierro las cortinas y me pongo a cantar... como si estuviéramos presentandonos en algún lado y a bailar.... somos expertos bailarines.... y en fin, a veces soñando así me escapo un poco de la soledad que acompaña mis días.

Talvez no haya mucho sentido en contarles mis sueños y fantasías, ya que habrá alguien que pensará que estoy loco.... pero por otro lado.... seré yo el único que sueña como una valvula de escape?... y acaso hacerlo no es saludable siempre y cuanto sea un punto controlado. Hay mil y un cosas que todos quisimos hacer y no lo conseguimos por que no teníamos las aptitudes, la suerte, el dinero, la oportunidad, porque fallamos... a veces el soñar que al final de cuenta si fuiste lo que querías ser, en el colegio aunque ya estés casado(a) ayuda a sentirse un poco mejor y menos frustrado por dentro. Yo sé que a estas alturas nunca me haré cantante, pero canté una vez y aunque duró poco no me dolió tanto cuando me sacaron del coro porque en realidad.... he cantado en escenarios toda mi vida... en mis sueños.... y lo sigo haciendo. Y canto lo que me da la gana jajajajajajaja. No se si Dios esté de acuerdo conmigo.... pero creo que soñar que eres feliz, es a veces mejor que pasar todo el día en una realidad deprimente y negativa. Obvio... hay cosas que

no debes hacer.... soñar con imposibles que te hagan daño.... si el sueño te daña en la vida real, entonces ya no es sano... como por ejemplo soñar que tienes a alguien que ya se ha ido (fallecido), soñar que eres feliz con alguien que no te ama, eso no es saludable para nadie. Soñar que eres algo que no es real y actuar así en el mundo real. Llega un momento en que a veces uno debe dejar de soñar ciertas cosas si sabes que no pueden o no van a ser... yo tuve un amigo que estudió en un buen colegio.... su sueño era ser jugador de futbol profesional.... no era malo, y de verdad quería lograrlo, tanto que hasta se cambió a un mal colegio contal de tener más tiempo para entrenar.... yo no estuve muy de acuerdo, recuerdo que él me dijo "eres mi mejor amigo, tú deberías apoyarme en mis sueños!". Pero ser jugador de futbol no es un sueño que se le cumpla a todo el mundo.... adicional a eso en un momento dejó una chica embarazada y tuvo que casarse casi al final del colegio... muchas cosas de sus sueños se vinieron abajo y terminó siendo cheff de un restaurante, bueno entró como ayudante de cocina y luego terminó siendo cheff principal y algunas cosas le salieron bien.... aunque está divorciado.

A eso me refiero a que a veces la vida da unas vueltas.... todos venimos a jugar a un tablero de ajedrez en el cual no estamos preparados....pero si a veces todo se pone muy duro... date un tiempo para soñar que las cosas pueden ser mejor, y así cuando abrás los ojos tendrás más fuerzas para seguir. A veces la realidad abruma... uds. saben porque lo digo... pero en los sueños algunos encontramos el modo de sobrevivir. Sólo recuerda que es un escape.... no un camino. Yo cuando me siento mal o cuando tengo miedo oro... e incluso sueño que me siento al lado de Dios... es más, sinceramente me siento en sus piernas y acurruco como un recién nacido y me pongo a llorar y sueño que Él me abraza y me dice que me quiere y que todo va a mejorar..... el visualizarlo así me hace sentirlo más cercano.

Powered by [Zoundry](#)