

La repetición

October 5, 2009 By [Juan Carlos](#)

¿Por qué nos vemos forzados a la repetición? Freud no cesó ni un solo instante de plantearse esta cuestión. Lo que él llamaba la *Wiederholungszwang* (compulsión de repetición) funcionó como motor de sus reflexiones más audaces. [Diccionario del Psicoanálisis](#)

✖ Yo soy de los que creen que en la vida hay muchas reglas no escritas, algo así como las leyes del Universo que explican el porque de las cosas que estamos viviendo... y no se si arriba se olvidaron de enviarnos con una copia del manual cada vez que venimos al mundo o si algún menso se olvido de seguir imprimiendo el librito y repartirlo a los demás. Pero las leyes están ahí... y como no las sabemos, entonces lo que procedemos a hacer es elucubrar.... es decir a desarrollar teorías.

Freud, al cual todo el mundo conoce (o ha oído nombrar al menos en una canción de Ricardo Arjona), es el padre del psicoanálisis y un gran pensador que ha desarrollado algunas de las teorías que guían muchas ramas de la psicología hoy en día.

Básicamente una de las teorías de Freud dice que: "Se repite para no recordar".

Lo cual no es del todo ilógico, ya que mucha gente lleva una vida casi robótica haciendo lo mismo todos los días, las mismas quejas, las mismas actividades una y otra vez por el simple hecho de que no quieren recordar ni averiguar que sería hacer o vivir de una manera diferente. Por ello las personas "tropiezan de nuevo y con la misma piedra", porque por no recordar ni aprender de sus errores.... solo los repiten.

Yo encuentro que en la vida el poder de la repetición es importante, porque la repetición es uno de los mejores maestros que tenemos... y es un maestro concienzudo... si no aprendiste una lección... la repites y la repites y la repites hasta que la aprendas que si sigues haciendo lo mismo te traerá los mismos resultados. Muchas de las mejores lecciones que hemos recibido han sido por medio de repetición.... sino... ¿Quién no le tocaba hacer planas de las vocales una y otra vez? ¿palito y bolita para aprender a escribir? ¿Quién no tenía que repetir una y otra vez las tablas de la suma, la resta o la multiplicación para aprenderlas?. Muchas lecciones importantes llegan por medio de la repetición. Y la clave es que lo repites... hasta que lo aprendas... y si no lo has aprendido... indefectiblemente lo volverás a repetir porque la vida no dejará que avances sin haber sobre pasado esa lección.

Para mi en esta nueva etapa de mi vida, la repetición tiene mucho que ver con lo que me está pasando. La repetición y el cambio. Uno llega al cambio gracias a/o a pesar de... la repetición, porque tanto va el cantaro a la fuente hasta que se rompe... o tanto repites y repites algo hasta

que finalmente aprendes que eso no te va bien... y cambias. Evolucionas. Pero al mismo tiempo al terminar una repetición... te llevas contigo una lección aprendida... muchas veces muy duras.

La repetición de mi tío.

Uno de mis tíos... ha pasado por momentos muy duros ahora último... desde haber estado muy mal... hasta haber sido casi desahuciado... hasta haber pasado mucho tiempo en terapia intensiva. Para él ha sido una repetición interminable de sueros, inyecciones, doctores, exámenes, enfermeras, sesiones de rehabilitación. Todos esperábamos que al final todo iba a estar bien... pero no resultó tan así.

Hasta hace un par de semanas, se recuperó. Se despierta. Puede hablar. Pero no recuerda como se llama, ni como se llaman los hijos... ni los familiares. Si le preguntas te responde cosas incoherentes o nombres que quien sabe de donde los sacó. Yo no estube presente cuando despertó pero me cuentan que para mis primos fue muy duro verlo despertar y pensar que los había olvidado. Fruto de la repetición de días inconsciente, ha perdido la posibilidad de comer normalmente... cosa que yo no sabía que fuera posible... el asunto es que si ingiere comida de forma normal, existe el riesgo que esta se dirija a los pulmones porque no puede controlar los ductos que están en la garganta que separan el camino del aire a los pulmones y de la comida al estómago. Deberá usar una sonda para alimentarse por el resto de su vida. Fruto de tanta repetición de días dormido y de recaídas... ha perdido la habilidad de poder caminar y de controlar sus esfínteres. Pero esperamos que al menos la movilidad la pueda recuperar con el tiempo.

Un día antes de que lo dieran de alta... se despertó mientras yo estaba presente, me dió susto. Lo saludé y le pregunté como estaba... y me dijo con voz triste "Estoy enfermo" y yo me puse :(, no sé como no lloré. En todo este proceso de repetición que mi tío se ha visto envuelto, no ha sido su culpa... hay factores mucho más fuertes que le han afectado... solo menciono esto porque el que crea que la repetición no trae aprendizaje y consecuencias.... es un iluso.

Incluso mi repetición de irlo a ver a la clínica y hablarle, me hizo aprender a mi como podrían llegar a ser las cosas conmigo... porque recuerden, yo vivo con hiv. ¿Qué aprendí?. For God sake!! es bueno estar vivo y aunque no dure para siempre... maldita sea disfrútalo y aprovéchalo!!!!. Controla tu salud porque con los años te da sorpresas... las camas de los hospitales son incómodas y todo el ambiente es aburrido... y te pinchan a cada rato for God sake!! y yo que odio las agujas... mi tío se daba la vuelta cuando veía a las enfermeras.. y les decía con voz débil "ya no más! ya no más!!". Si algún día me toca repetir la estadía en un hospital tendré que aprender a ser tolerante y no perder la fé. Y por sobre todas las cosas.... no quiero caer en coma. Ah y no tienen internet en un hospital... que aburrido.

Los estragos de la repetición a veces se vuelven inesperados. A veces no eres tu el que repite... sino las enfermedades repiten en ti... una y otra vez. Mi tío fue dado de alta hace dos semanas... y hoy mi prima envió un email a mi hermana para contarnos que mi tío tuvo una recaída.. se le bajó el azúcar... pero lo lograron estabilizar... el problema ahora es que no tiene sangre. Nadie sabe que pasa con ello... casi no tiene sangre, dicen que no tiene ni para la prueba del azúcar que le hacen a diario por ser diabetico. Piensan que podría ser algún tipo de cancer. ¿Por qué Señor?. ¿Por qué tanta cosa?. Sobre toda las cosas las personas deberíamos poder partir en paz... o recuperarnos satisfactoriamente. Es complicado porque cuando las enfermedades se repiten y

cambian.... a veces no sabes ni que esperar.

Aparentemente encontraron células cancerígenas en partes de su cuerpo... y he ahí una lección más de la repetición.... no importa cuantas enfermedades aparezcan sobre la vida de un ser amado como una pareja o un padre... nunca dejes de repetir el esfuerzo diario por salvar su vida... nunca te detengas ni te des por vencido, porque si hay alguna lucha que merezca ser peleada con uñas y dientes... es la lucha por la vida de las personas.

La repetición de mi trabajo

La repetición se ve en muchas partes, y mi trabajo no es la excepción... de tanto repetirle a mi jefe que necesito un aumento.... durante varios meses, parece que me lo van a dar finalmente... pero como claro está... un feudal no da nada gratis, así que junto al aumento viene un incremento de obligaciones (como si tuvieran más que darme siendo que yo soy casi todólogo allá). Me encargaré de manejar cierta información importante de la empresa y dar un reporte mensual que es MUY extenso. El trabajo que hacia una persona adicional me lo van a dar a mi y mi aumento es de la mitad de lo que esta persona percibía... a veces da coraje no?. Pero por otro lado yo necesito el fucking aumento, y también me sirve el aumento de responsabilidades aunque no me guste... porque por lo menos sé ahora que no será tan sencillo que me vayan a despedir. La repetición nos muestra que cuando muchas cosas no tan positivas te caen encima... debes aprender a canalizarlas y encontrar lo bueno en ello. A como de lugar y que esto se convierta en un habito.

También creo que ya es hora de comenzar con este aumento a apuntalar fuentes alternas de ingreso, necesito ver que puedo hacer para generar más ingresos para mi... estube pensando en vender condones (no se rían es en serio... si las farmacias lo hacen porque yo no??) o sino algo más que me genere ganancias. Debo volver a la Universidad y terminarla... aunque la idea no me emocione, es necesario si quiero progresar. Me urge.

La repetición con el Hiv

Durante mucho tiempo no he mencionado mucho sobre mi vida con el Hiv. Uno diría que ya casi ni se siente... y a veces es verdad, pueden haber días, semanas o temporadas de gran tranquilidad y agradeces estar vivo... con un virus mortal dentro de ti pero que ni muestras de vida da... y entonces piensas "juguemos en el bosque que el virus no está aquí...." (para los que tuvimos niñez jejeje). Y todo está bien hasta que de repente... te recetan unas pastillas de ketokonazol para la dermatitis seborreica aguda que tienes... y de la nada te da ganas de vomitar.

La repetición de las medicinas te hace acuerdo que todas tienen un efecto secundario... y te hacen recordar que si existe una diferencia entre estar vivo con un virus en tu cuerpo y estar sano. Y si puedo aconsejarle algo a alguien es... por la fucking shit... permanezcan sanos.

Y luego de la nada... comes algo y pum. Al baño. Una vez, otra vez y otra vez. Diarrea. Y la visitas seguidas de diarreas agudas al baño... la repetición de las mismas... te enseña y te recuerda... dos cosas:

1. No es divertido vivir con el Hiv. En absoluto.
2. No es inteligente pensar que el virus está simplemente dormido y no hace nada en ti... porque sí lo hace. Y tú también debes hacer algo... que el próximo ataque no te coja dormido.

Así que he vuelto a tomar multivitaminas en las mañanas, a cuidar mi comida en la noche y a re planificar mis días de forma que duerma un poco más porque estaba durmiendo solo 4 horas diarias. En teoría me recetarán otra vez mis exámenes de CD4 en un mes... y ahí veré si las multivitaminas han hecho algún efecto en mejora de mis números. Si no funciona entonces optaré por un refuerzo de complejo b adicional y volveré a comer hojas de dulcamara (así como las vaquitas comen pasto) que aunque saben a rayos y centellas dicen que me pueden ayudar.

También necesito una revisión total de mi dentadura, la he tenido descuidada. Me dijeron que no tengo que buscar un dr específico que sepa de mi salud para hacerme ver ya que si todos los doctores siguen las normas de bioseguridad normales nada malo debería pasar. Contacté a algunas personas Poz que conozco de mi ciudad y a otros doctores, Claudia, mi psicóloga me dijo:

"Tiene razón tu Dr. no hay motivos para revelar su estado serológico para un tratamiento dental, los equipos dentales son adecuadamente esterilizados (en las buenas clinicas), se llevan las medidas de higiene, etc. no hay riesgo. Además si tienes en cuenta que el virus del VIH fuera del cuerpo no es capaz de vivir, más razón para quedarte tranquilo. Eso tu lo sabes como teoría básica Juanca.

Sigo sumando para tu tranquilidad :) los médicos trabajan con guantes y mascarillas, y aunque no los usaran, el sangrado normal que podría producirse en los tratamientos no les implica riesgo alguno sobre la piel de sus manos sana, sino imagínate cuantas personas andan por el mundo sin saber que viven con VIH y van al dentista normalmente, si hubiera algún riesgo, habría VIH en la misma medida que hay caries ;) y eso no es así.

Solo el hecho de ir a consulta dental no es motivo para decirle al médico que alguien vive con VIH. Si por otras razones quisieras decirlo, eso es otro tema. pero por temor NO". Lo cual me parece genial. Espero que esta semana me puedan hacer una evaluación y ayudarme con una molestia que tengo en una muela. La repetición de las enfermedades te obliga a comprender en algún momento que es mejor prevenir... siempre es mejor prevenir.

La repetición en el amor

Después de tantas estrelladas... de tanta repetición de amores fallidos... well... eventualmente se aprende (aunque a mi me halla tomado 5 años.. pero se aprende) que uno debe aprender a escoger... y que a veces si la persona que te gusta no es para ti... for God sake... eso no vas a poder cambiarlo. Debes aprender que el amor debe crecer como crecen las ramas de los arboles... naturalmente. No puedes convencerlo, obligarlo o atarlo a tu voluntad, eso simplemente te traerá problemas y dolor.

Ahora último he conocido gente interesante, entre chicos Poz y no poz.... y descubrí algo importante en la repetición de conocer gente nueva... no había ninguno como para mí. Y talvez sea porque es mejor para mí estar solo hoy por hoy. Así que no me afano... realmente intento no afanarme. Han habido personas que a veces se muestran interesadas en mí pero luego cambian de actitud... y ya no me emproblemo... let it be es mi lema. Lo que deba de ser será... y he descubierto que dejando las cosas así el corazón sufre menos. También aprendiendo que no debes darle el corazón a nadie que no conozcas bien y que si conoces a alguien y ves indicios de que talvez no vaya a funcionar... es muy probable que no funcione y es mejor redirigir todo hacia una relación de amistad más sana y duradera.

También aprendí que no vale la pena herir a otros y sigo intentando ser muy sincero cuando siento que no hay feeling con alguien. Y en la repetición de mis días estando solo he aprendido o mejor dicho recordado que "es mejor solo que estar mal acompañado" y que "vale más un buen amigo, sea un borracho, sea un perdido que la más linda mujer!!". Salud!!.

Realmente creo que los amigos de verdad son la mejor respuesta a la soledad, porque al menos ellos son personas que te quieren de verdad sin desear nada a cambio, solo que seas feliz. Son personas que si son amigos de verdad no van a herirte ni usarte. Y son muy probablemente los que siempre van a estar ahí cuando estes triste y la persona con la que salias en tu relación se vaya con alguien más. He desde hace un par de meses comenzado una campaña personal que la llamo "Get a good friend back!!!" (Consigue a un buen amigo de regreso!!!). Me ha ido mas o menos bien... ciertas decepciones que mencioné antes pero en general he recuperado amigos de cuando estaba en colegio... algunos saben ahora de mi salud y lo han logrado asimilar... otros lo sabrán luego. Esta semana ha sido especial porque recuperé a dos buenos amigos de colegio, que no veía hace mucho... el uno ahora clona bacterias en USA :) so cool no? no sabe de mi salud aún pero seguramente lo entenderá... digo.. ya que trata con bichos todos los días.. no le debe resultar nada del otro mundo jejeje.

Y mi otro amigo, es una persona especial... se llama G. Es uno de esos amigos que cuando aparecen tu no notas bien que tan especiales pueden llegar a ser... pero cuando quienes tu confiabas te fallan.. te das cuenta que amigos como G siempre están ahí y con el tiempo.. te das cuenta que tienen una capacidad especial... la capacidad de ver el ser humano que hay en ti y que está oculto a otros. Y eso fue lo que hizo que G y yo fuéramos amigos desde su primer año en colegio, yo le gano con un par de años más... pero éramos amigos inseparables y aunque ahora no hablemos tanto ni nos hayamos visto seguido en los últimos 12 o 15 años, el habernos vuelto a encontrar y haber conversado hoy diciendonos lo importante que es para los dos la amistad del otro ha hecho que esta noche sea especial. Hay piezas del rompecabezas de mi vida que no estaban cerca y ahora se han unido... y lucharé porque permanezcan así. G aún no sabe de mi salud, y si tengo temor que no lo vaya a tomar bien... pero por otro lado mi corazón anhela decírselo porque creo que es un amigo de verdad y lo va a tomar bien y damn.... me hacen falta amigos y en especial de los buenos como G.

Otra cosa que me causo risa fue como otro amigo de los del cole que he recuperado ahora último, H, me preguntó si tenía hiv. Le dije que sí y me dijo: "hasta cuando vivirás?" cuando le respondí que nadie sabía pero que gente había vivido hasta 20 años me dijo... "ay no es justo.... ya me decepcioné!!! Tanto drama para más de que sigas vivo Jajajajaja!!". Y sinceramente me causo mucha risa y le doy las gracias a H por saber manejar una noticia mala y sacarle una risotada a la situación. Realmente se siente bien contar con buenos amigos, que incluso me puedan hacer reír de mi propia situación.

Repetición...

Realmente, la repetición es una constante en mi vida y en la tuya.... una que se repite tantas veces que luego no la percibimos... pero una que tiene poderosas implicaciones y poderosas lecciones que debemos aprender.

Si hay una cosa por la que debo agradecer... es porque en la repetición de veces que escribo este

blog... he aprendido a re encontrarme a mi mismo repetidas veces y a aprender sobre todo lo que he vivido y sigo viviendo. En la repetición de posts de este blog he descubierto nuevos amigos con quienes me comunico mucho o poco a veces... pero cuyas palabras se repiten en mi mente de vez en cuando y eso me hace agradecer que pueda aún estar vivo para conocerles así sea a miles de millas de distancia.

Y en la repetición también además de cada lección aprendida viene la oportunidad de ver un hermoso amanecer... de volver a ser feliz.... de volver a comprender que la vida en si... sí tiene un sentido y que a pesar de todo podemos y debemos agradecer que estamos vivos. Porque cada mañana es la repetición de una nueva oportunidad... oportunidad de cambiar y de mejorar.. de ayudar a alguien más... de hacer y de vivir en un mundo más feliz... de luchar por nuestras vidas y la de los otros... la oportunidad de hacer feliz un corazón.. sea el propio o el de alguien más.... la oportunidad que nace del infinito y que no se acabará jamás... la oportunidad de ser feliz. Diganme si no vale la pena estar vivo??... CLARO QUE SÍ!!!. Dios los bendiga y que se repitan momentos como estos más seguido :)