

## LA RACIONALIDAD DE LOS SUEÑOS I

Por: Prof. J.C. Mondragón.

### **A manera de preámbulo:**

Cuando en las conversaciones cotidianas se habla del “sueño” y de “los sueños” en realidad se habla de cosas o significados totalmente diferentes, pero relacionados entre sí. Por ejemplo: es común escuchar ¡Qué sueño que tengo! O bien : “En las noches no puedo dormir” ; “se me quita el sueño”, haciendo alusión a la fase de descanso de nuestro cuerpo.

También se habla de sueño o sueños, para referirse a las aspiraciones, los deseos de lograr o alcanzar algo en el futuro, pero que aún no se posee. Este significado, lo dejaremos fuera de discusión.

Pero cuando se habla de: “tuve un mal sueño”, “esa pesadilla parecía real”, “ese sueño que tuve ayer se me cumplió”, etc. Se está aludiendo a una “realidad virtual” que ocurre también, en la fase en que nuestro cuerpo debería estar descansando.

Antes de todo, vale reconocer la existencia de “los sueños”, que todos/as han experimentado alguna vez en su vida y que recuerdan o recordaron al despertar, es decir reconocer la existencia real de los sueños; aunque a veces, se encuentre personas de diferente sexo y edad que afirman “no soñar” o no recordar nada de lo que soñaron.

No se va hablar aquí en este modesto artículo, de los sueños que predicen el futuro del/la durmiente, ya sea directamente, anunciando tal cual, lo que ocurrirá, ni de manera simbólica, haciendo uso de la “interpretación de los sueños” que se describen en los libros con acierto o no y que serán el asunto de otro artículo. Tampoco de aquéllos, que son fruto del inconsciente y que requieren la ayuda de Freud o del psicoanálisis. Porque:

*La idea de que los sueños son el cumplimiento de deseos reprimidos está superada desde hace mucho tiempo. Sin duda, algunos sueños exponen deseos o miedos cumplidos, pero hay muchos tipos más de sueños. Los sueños pueden ser verdades implacables, sentencias filosóficas, ilusiones, fantasías desenfrenadas, recuerdos, planes, anticipaciones, visiones telepáticas, experiencias irracionales y Dios sabe cuántas cosas más».*

*La aplicabilidad práctica del análisis de los sueños<sup>1</sup>*

Se tratará de explicar aquéllos sueños, más sencillos de interpretar, por la claridad del asunto al que aluden y por la facilidad, con que al despertar, se entienden como una respuesta clara a un asunto deseado, en el momento presente o que deseaste fuertemente con anterioridad; aquellos sueños “racionales o de razonamiento lógico” que ocurren mientras se duerme y que continúan de alguna manera, el trabajo que ocupaba la mente durante la fase de vigilia, aprovechando la paz del/la durmiente y con el uso de sus saberes previos, con asombrosa habilidad para solucionar problemas reales planteados, en su acontecer despierto.

### **Mi encuentro con el mundo de los sueños:**

No quiero parecer protagónico, pero prefiero partir con los sueños que me ayudaron a crecer, perdón (no mido más de 1,60 cm.), mejor a desarrollarme hasta el estado adulto, superando las angustias que originaban las carencias

económicas de mi familia, brindándome mientras dormía, la oportunidad de disfrutar aquellas cosas o situaciones de las cuales carecía en mi vida normal

Escenas de estos relatos, eran guardados en mi memoria y que al acostarme, antes de dormir, comenzaba a agregar a lo que había imaginado con anterioridad para proseguir con ello, hasta quedarme dormido y “soñar lindo” como solía decir. “A esa edad no entendía que había hecho de mis sueños, mis aliados”.

Como amigos, que eran mis sueños, prolongaban de alguna manera mis deseos conscientes de poseer algo. Debo aclarar, que en mi niñez, jamás me compraron (o me regalaron más de un juguete nuevo) sólo recuerdo una pelota verde de plástico, que un tío, nos trajo de la “costa” y que se reventó a los dos días de uso, pero que conservo en mi memoria, como el único juguete nuevo que usamos un día.

Cuando digo deseos conscientes, me estoy refiriendo a aquellas cosas que se que quiero sé con plena razón. Por ejemplo: en mis creaciones imaginarias, construía una nave hermosa que conducía como si fuera un avión o un coche y tanto volaba, como se desplazaba por el suelo y por el agua; imaginaba cada detalle interior como exterior, que podía reconocerla imaginariamente, de muchas otras y por mucho tiempo. En mis sueños, la conducía con pericia, logrando la admiración de niños/as y adultos/as que la miraban absortos. Esta extraña nave, la recuerdo inclusive hoy, como si la hubiera visto de verdad.

Aquellos sueños de mi niñez, tal vez son los denominados, **sueños compensatorios**, porque de alguna manera, mi carencia de juguetes reales en mi vida diaria, se compensaba en las noches, cuando dormía, regalándome serenidad y alegría y acompañándome hasta la adolescencia.

### **Los sueños racionales:**

Se entiende que cuando una persona “duerme”, deja de ser “consciente” de lo que ocurre a su alrededor, por lo tanto los sueños se pueden ubicar en el mundo “inconsciente” es decir en el mundo “irracional”, porque la **razón**, como se está acostumbrado/a a usarla, no está en actividad. Interesa, para fines del presente artículo, el estudio de aquellos sueños, que a decir del psicoanálisis, son de **contenido manifiesto** (experiencia personal más contenido reprimido) y que surgen de la experiencia personal del/la durmiente, pero que a mi entender deben estar exentos de cargas reprimidas porque de no ser así, perderían esa característica **racional**, aunque su “... contenido manifiesto no se encuentra en el nivel del significado, sino del símbolo.”<sup>ii</sup>

En un sueño, al que yo los llamo “**sueños racionales**” (por el uso de la lógica o de los saberes previos, en ellos) no son tampoco, necesariamente los “**sueños lúcidos**”, porque el/la durmiente, no necesariamente se percata de que está soñando, excepto cuando despertó; sino más bien que actúa de manera razonada en ellos. El uso de escenas ilógicas, no participa en ellos, y si esto ocurriera, el/la durmiente reconoce que es ilógico. Ejemplo: Si voy caminando, por una calle estrecha, en una ciudad rural y de pronto el suelo se abre y comienzan a salir espadas; esto es ilógico; entonces el/la durmiente se

defiende utilizando la razón; esto es reconociendo que eso no puede ser real, cambiando de camino, o haciendo uso también de las cosas ilógicas como defensa; por ejemplo, si sales espadas del suelo, sin ningún motivo, pienso que si eso es posible, yo también puedo realizar cosas imposibles , por ejemplo, con mi boca soplar y desaparecer las espadas. Si se actúa de esta manera, se está frente a un sueño racional. Pero si lo que ocurre en el sueño son escenas normales, reconozco esto y actúo en el sueño de manera normal; también este caso sería un sueño racional. Pero si en el sueño, de un auto salen leones y siguen al durmiente, este actúa huyendo despavorido, no estaría actuando en el sueño de manera racional, por lo tanto este sueño , no ha sido manejado como un sueño racional, o en todo caso su significado se podría hacer utilizando otros mecanismos fuera del contenido de este documento.

En cambio, según lo leído, los sueños lúcidos, tienen como característica que el/la durmiente, sabe que está soñando. “El término fue acuñado por Frederik van Eeden, usando la palabra lúcido en el sentido de claridad mental. De repente, dentro del sueño, el soñador se da cuenta de que la experiencia no está ocurriendo en la realidad física”<sup>iii</sup>. Entonces un **“sueño racional”**, podría ser lúcido o no, pero cualquiera sea el caso, el durmiente actúa haciendo uso del razonamiento lógico.

Ahora bien, vale empezar con la pregunta: ¿Porqué una persona que tiene “una pesadilla” hace uso de las oraciones que aprendió, para librarse de ella?, como ocurre en el siguiente caso.

“Soñé que estaba en una sala de operaciones, tendido de cúbito dorsal, sobre una mesa metálica, atado con correas de cuero, a los extremos de ella, muy cerca de la mesa, se veía los “artilugios” médicos, como bisturí, tijeras, gasas, bandejas de acero y muchas otras cosas más (...)

De pronto, entraba un hombre de tez blanca, vestido impecablemente de blanco, el cual, supuse era médico. Me miraba atentamente y preguntó:- ¿Sabes porqué estás aquí? ¿Me reconoces?. A las que yo respondí:- No sé porqué estoy atado aquí, ni sé quien eres.

-¡Ah! No me reconoces! ¿Y ahora? Dijo, mientras se tornaba totalmente de color encarnado, le salían unos pequeños cuernos, su tridente y una cola en forma de flecha (...) Sentí mucho miedo, pero sacando fuerza, le respondí

- ¡Ahora si sé quien eres! Y comencé a rezar oraciones que nunca he leído(o no recuerdo haber leído), pero don diablo ¡Nada!, seguía allí, amenazante y ordenándome que dejara de rezar. Sin hacer caso recordé, las palabras de mi madre diciéndome que el diablo tiene horror al nombre de Jesucristo, comencé a gritar, ¡Jesucristo, ayúdame! y a rezar a viva voz el Padre Nuestro y el Credo... De pronto le comenzó a salir humo de las orejas, de la nariz y ojos y desapareció, dejándome sólo en la habitación.... Cuando desperté, tenía la feliz sensación de haberle derrotado y ni una sola pizca de miedo”<sup>iv</sup>.

Tal vez, el significado que le den los psicólogos, los nigromantes u otras personas, sea variado y no me preocupa; lo interesante radica en que a pesar de haber estado dormido, el haber aprendido las oraciones religiosas y haberlas recitado oportunamente, me salvó de un mal sueño y lo más sorprendente, sabía (o creía) dormido, la utilidad de las oraciones y actué de la misma manera que lo hubiera hecho estando despierto. ¿No fue que en mi sueño era consciente del valor de las oraciones? ¿Cómo pude recordarlas con tanta fidelidad y hacer uso de ellas? La respuesta que me doy, es que en este sueño mi actuación fue muy racional y pude hacer uso de las herramientas necesarias para salir de este problema, aún estando dormido y siendo parte de las escenas ilógicas.

Ya como profesor, mientras disfrutaba del recreo, escuché con algunos/as estudiantes una canción, y por más que quería mencionar su nombre, no pude recordarlo, ni ninguno de mis alumnos/as. Me quedé con las ganas de hacerlo, porque yo estaba seguro, que sabía el nombre y el autor. Terminó el recreo, volví a mis clases y me olvidé del asunto.

Después de tres días, soñé que escuchaba la misma canción y el nombre del autor surgió de inmediato. Quedé sorprendido de esto, porque ya no lo necesitaba para nada, el asunto estaba olvidado. La explicación inmediata que surgió, fue que a pesar de haber “olvidado” el asunto, haber realizado otras tareas importantes durante esos días, la orden de “búsqueda” había sido dada y el cerebro la continuaba de manera independiente a mi voluntad consciente, hasta recordarla (aunque empleó demasiado tiempo en ello).

De acuerdo a lo anterior, sólo se consideran en el presente documento, los sueños en los que la mente, utiliza saberes previos para resolver problemas de la vida diaria, mientras se duerme. Descarto de este grupo aquellos sueños que anuncian acontecimientos, para los cuales no se tienen bases teóricas o experiencia previas reales. Sin embargo, si debe hacerse notar aquellos sueños frutos de la intuición, que hacen llegar conclusiones rápidas de algo que no se puede captar debido a la ofuscación del trajinar diario. Por ejemplo, cuando miramos alrededor, notamos que está nublado, pero en el día lo vemos como algo normal, de pronto al dormir se sueña con una tormenta, que de verdad ocurre momentos después de tu sueño. ¿Fue adivinación? Claro que no.

O bien, cuando una madre sueña que su niño/a se enferma y poco después ocurre de verdad ¿Es adivinación? No. Estoy convencido, que en la mayoría de casos, ocurre porque la madre observa al/la niño/a con frecuencia y gracias a la información sensible, aunque ella no lo notó despierta, cuando duerme, es posible que la preocupación por el bienestar de su hijo/a, haga que su mente analice los datos obtenidos durante el día, procese esta información y de la alarma, en forma de un sueño.

Si nunca jamás, se ha tenido en mente analizar los números de lotería que van resultando ganadores, tampoco se ha visto los números ganadores en una secuencia periódica de tiempo y luego se sueña un número que permite ganar la lotería, se está frente a un fenómeno “paranormal”; pero si se tiene por rutina mirar los números que van saliendo, se ha participado en el juego otras veces, es posible que la secuencia “caótica” sea analizada por la mente del/la durmiente en momentos de sueño y se dispara el resultado en un momento adecuado, dándole la solución buscada, permitiendo la obtención de algún premio de la lotería; en este caso, no sería tan “paranormal” como se podría ver, sino más bien, el trabajo continuo del cerebro de manera independiente a la voluntad y que no descansa hasta encontrar un resultado, en función de los conocimientos del sujeto. El problema se complica, si el/la durmiente no sabía nada de probabilidades o las complicadas fórmulas de la teoría del caos, que tal vez recae en “el inconsciente colectivo de Jung” que es:

“La tercera región de la psique, [...] el substrato más profundo de la mente[...] Conformar la dimensión objetiva de la psique (frente a la subjetiva del inconsciente personal), al contener la experiencia humana de las generaciones de la humanidad. El inconsciente colectivo está dotado de propósito e intencionalidad, cuya fuerza energética reposa en

elementos primordiales o arcaicos, llamados "arquetipos" Por otro lado el inconsciente colectivo no deriva de las experiencias ambientales y personales del sujeto<sup>iv</sup>

...y que por la fuerza del deseo consciente, decide actuar.

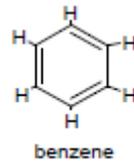
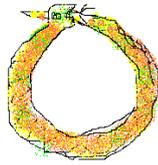
Sería interesante averiguar experimentalmente, cómo despertarlo a voluntad, porque se sabe que actúa, se sabe que la intensidad del deseo lo despierta, la dificultad reside en saber cuándo actuará y el estímulo exacto para saber que sí actuará esta vez. Valdría, al igual que Kilton Stewart, adentrarse en una tribu de Malasia, conocida como Senoi y convivir con ellos alrededor de 15 años, para descubrir como se esfuerzan por controlar sus sueños y aprender de sus enseñanzas.

### **Sueños famosos de famosos:**

Interesado por averiguar más de los sueños, comencé mi búsqueda y encontré que "Hay personas que su cerebro canaliza muy bien el inconsciente y el consciente permitiéndoles mediante los sueños y el "sueño" buscar soluciones a problemas cotidianos e incluso ver y planificar la efectividad y el éxito de algunos planes mediatos y futuros"<sup>vi</sup> Tal es el caso de científicos famosos, que tuvieron "**inteligencia onírica**"<sup>vii</sup> por decirlo así, (a pesar que no me considero seguidor de la teoría de las "inteligencias múltiples"):

**Kekulé:** En su búsqueda de la fórmula para el benceno, hace mención que la encontró gracias a un sueño, en donde una serpiente de fuego, en su ira e impotencia de no poder morder al científico, se mordía su

propia cola, formando una especie de anillo. Al despertarse inmediatamente lo relacionó con la fórmula que buscaba. (Ver fig,)



- **Howe:** Estaba trabajando en una máquina para coser, pero tras muchos, pero muchos intentos, su famosa máquina no lograba coser nada. Cansado, se rinde al sueño y de pronto soñó que unos indios lo habían atado a un madero y danzaban en torno a él, amenazándolo con sus agudas lanzas. Lo curioso de este sueño es que uno de los indios se acercó rápidamente y le colocó la lanza en el cuello, notándose en su punta un agujero. Al despertar, ya tenía el diseño para la aguja de coser, la cual una vez colocada, hizo que su máquina funcione correctamente.
- **Agassiz:** Tratando semanas enteras de identificar el fósil de un pez, se le apareció en sueños el animal completo, pero al despertar había olvidado detalles importantes. Después de soñar lo mismo tres noches más, ya en la última, medio despierto, a oscuras dibujó los contornos del pez y ya en la mañana, comenzó a trabajar en el fósil, descubriendo que era semejante al que había dibujado producto de sus sueños.<sup>viii</sup>
- **Sikorsky:** Cuando tenía diez años “se vio a sí mismo en sueños sentado en un enorme aparato, que volaba por los aires”<sup>ix</sup>. Treinta años más tarde, supervisando la construcción de un Clipper de su diseño, subió a

bordo y notó que el interior ya había sido visto en sueños, durante su infancia.

- **Loewis:** También avizoró en sueños sobre la transmisión química de los impulsos nerviosos, le permitieron alcanzar el premio Nobel.

Para muchos/as, esto será coincidencia, pero para otros/as, como yo, no; simplemente que el cerebro trabaja “conscientemente” tanto despierto, como dormido, pero sin depender de la voluntad directamente. Lo importante es reconocer que estos sueños ayudan mientras se duerme a resolver problemas no concluidos en la experiencia diurna (despierta). Ullrich Wagner, hizo notar que las soluciones a los problemas podrían ocurrir en las noches y no en las mañanas "Quizás el cerebro está jugando en el sueño y prueba todas las posibilidades sin distracción externa"<sup>x</sup>.

Ahora bien, esto también es propio de la inteligencia humana...¿Qué tipo de inteligencia/s es? ¿Tiene equivalencias en cada una de las inteligencias mencionadas por Gardner? ¿O es que todo lo que se hace dormido es sólo un tipo de inteligencia diferente, no mencionada aún? ¿O es parte de la inteligencia humana, como una totalidad?

Estas preguntas se tratarán de responder más adelante, en el próximo artículo.

(Ver referencias)

## REFERENCIAS

---

<sup>i</sup> Jung, Carl Gustav. *Obra completa de Carl Gustav Jung. Volumen 16. La práctica de la psicoterapia. XII. La aplicabilidad práctica del análisis de los sueños*. Página 146, § 317. Madrid: Editorial Trotta, 2006. Citada en interpretación de los sueños, en: <http://es.wikipedia.org/wiki/Oniromancia.htm> (consultada el 27/02/09)

<sup>ii</sup> **Interpretación de los sueños** en : <http://es.wikipedia.org/wiki/Sue%C3%B1o.htm>

<sup>iii</sup> Id.

<sup>iv</sup> **Sueño del autor.**

<sup>v</sup> Psicología online .**Trabajando los sueños. Interpretaciones en psicoterapia.** Juan J. Ruiz Sánchez-Juan J. Imbernón González---Francisca Barbudo Antolín-José E. Luján Jiménez--Manuel Pérez Cámara Ubeda 2001. <http://www.psicologia-online.com/ESMUbeda/Libros/Suenos/suenos3.htm>

<sup>vi</sup> **Tesis e hipótesis (Investigación y estudio de nuestro cerebro)** en <http://pblogs.hoy.es/conductaycerebro/2008/11/3el-/sueno-y-suenos.htm> (27/02/09)

<sup>vii</sup> Esta inteligencia es sólo un término arbitrario, para referirme a la solución de problemas en sueños.

<sup>viii</sup> Adaptado de: GARCIA DEL CID, Lamberto. **La inspiración de los científicos**. Red Científica. Ciencia, Tecnología y Pensamiento. En: <http://www.redcientifica.com/doc/doc200407121221.html> (27/02/09)

<sup>ix</sup> Id.

<sup>x</sup> <sup>x</sup>Born, Jan y Wagner, Ullrich. **El sueño ayuda a resolver problemas**. Cia. El siglo del torreón.com.mex. Universidad de Lübeck .Editora de la Laguna. Av. Matamoros 1056 Pte. Col. Centro, Torreón Coah. México, C.P. 27000 en: <http://www.elsiglodetorreon.com.mx/noticia/74555.el-sueno-ayuda-a-resolver-problemas.html> (27/02/09)