

**GERMÁN ESPINOSA**

LA VIDA MISTERIOSA  
DE LOS SUEÑOS

ENSAYO



Entre los caminos del esoterismo y la erudición deambula este excepcional libro del autor de «La tejedora de coronas», que abarca diferentes interpretaciones de los sueños, desde los griegos hasta Freud, Jung y André Bretón, entre otros. En «La vida misteriosa de los sueños», Germán Espinosa, en un tono lúcido y pedagógico profundiza un tema universal e infinitamente sugestivo, que de igual manera sirve a la especulación inteligente y al carácter científico que han tratado de develarlo.

Este libro marca un hito en la obra del novelista, quien después de 40 años de guardar en la memoria lecturas científicas y literarias alrededor de esta apasionante temática, en un lenguaje exuberante, animado de complicidad con el lector, ya que participa activamente con apreciaciones personales, nos invita a viajar con sabiduría y sencillez por un mito tan antiguo como la aparición del hombre sobre la Tierra, y que por supuesto, nos concierne a todos.

Pero dejemos en palabras del autor el resumen de esta inquietante obsesión: «Entretanto, quienes como yo seguimos sintiendo fascinación por ese mundo de magias, de absurdos y de revelaciones, nos esforzaremos en continuar, con nuestros pobres instrumentos, tras la órbita incógnita en que se desplaza la vida impalpable y misteriosa de los sueños».

*A Pilar y Agustín Andrés,  
con una amistad que quisiera  
extenderse a cualquier lejanía.*

*Al despertar reñí a mis fieles dedos  
la gema ya no estaba.  
Y ahora una memoria de amatista  
es cuanto me queda.*

## I

## La «bahía mágica»

Aunque habrá de ocuparse en muchas de sus páginas de los tanteos que ha realizado la ciencia para avanzar en el conocimiento de los sueños, el presente libro no es en puridad una obra científica.

Ante todo, me alimentaré en él de la hipótesis, ya que es poco lo que la ciencia experimental ha conseguido probar en el campo de los sueños. Daré en él cabida, en consecuencia, a teorías que, aunque muy inteligentes como la de John William Dunne —que expondré hacia el final—, no han trascendido el límite de lo que pudiéramos llamar esotérico.

No creo que exista, en lo referente a nuestra vida cotidiana —pues parecen ser los sueños un fenómeno tan fisiológico como el pensar o como el alimentarse—, otro territorio más pleno de misterio y de incertidumbre: Aun los esfuerzos que en él han llevado a cabo almas tan científicas como Arthur Maury, Sigmund Freud o Michel Jovet no siguen siendo otra cosa que intentos desesperados por encontrar algunas explicaciones a hechos que vivimos a dia-

rio, pero cuya esencia se empeña en permanecer oculta a nuestro intelecto.

Algo que, sin embargo, no escapa ya a los terrenos de la ciencia es la utilidad evidente del hecho de soñar. Sin los sueños, la mente se hundiría acaso en los abismos de la represión y de la neurosis. Tal vez de la misma locura. Esa utilidad puede también resultar palmaria en ciertas áreas de la filosofía, la religión, la ciencia y el arte. Descartes vio en sueños, durante su niñez, su destino de filósofo. San Juan Bosco, también en sus años tempranos, vislumbró en un sueño su vocación. No pocos científicos han declarado la manera como sus descubrimientos les fueron revelados en sueños. ¿Y en el arte?

Refiere André Bretón en el *Manifiesto del surrealismo* cómo cada día, en el momento de dormir, Saint-Pol-Roux hacía colocar en la puerta de su residencia de Camaret un letrero en el que podía leerse: «El poeta trabaja». Para explicarnos tal convicción, sirvan acaso estas palabras del propio Bretón en el *Segundo manifiesto...* : «Todo inclina a creer que existe cierto punto del espíritu desde donde la vida y la muerte, lo real y lo imaginario, el pasado y el futuro, lo comunicable y lo incommunicable, lo alto y lo bajo dejan de ser percibidos como contradictorios».

Ese punto se ubica probablemente en la actividad onírica y no en el mundo de la vigilia, en donde la lógica a la que estamos acostumbrados puede privarnos de ciertas inferencias maravillosas. En él aflora, para seguir citando a Bretón, «lo que se trama sin que el hombre lo sepa en las profundidades de su espíritu». No sobra consignar aquí lo que el *Vedanta*, esto es, uno de los seis sistemas filosóficos del brahmanismo ortodoxo, predica de los sueños: los considera uno de los diversos aspectos de la *manifestación*.

En su libro *Los sueños y los hados*, Marguerite Yourcenar afirma que un individuo incapaz de experimentar sueños «es semejante sencillamente a una habitación en la que falte esa bahía mágica que es el espejo». Quien estas líneas

escribe se permite oponerle una objeción, y es la de que acaso tal individuo no exista. He conocido seres que aseguran no soñar, pero está demostrado que se trata tan sólo de personas cuya memoria no conserva los sueños.

El examen del movimiento de los párpados de cualquier durmiente ha demostrado hace tiempos que todos, al menos en algunos períodos de nuestro reposo, solemos soñar. El experimento ha resultado positivo asimismo en ciertas especies mamíferas, como el perro o el gato. Este último, conforme lo señalan las comprobaciones más recientes, sueña el triple que el ser humano.

Tales experimentaciones —recordémoslo a título informativo— se iniciaron en 1953, cuando Eugen Aserinsky observó en un niño episodios de movimientos oculares durante el sueño. Resulta asombroso, por lo demás, que tal circunstancia, apenas entonces conocida por la ciencia, la hubiera incorporado Marcel Proust en sus novelas, cuando describió el sueño de Albertine. Cinco años después, William Dement, examinando esos movimientos, expuso una teoría según la cual el soñar ocupa períodos de veinte a veinticinco minutos, separados por intervalos de noventa.

Según las investigaciones de la segunda mitad del siglo XX, como los neurotransmisores que permiten la vigilia se dedican todo el tiempo a romper las moléculas de glucógeno —lo cual produce fatiga cerebral—, es preciso que sobrevenga el dormí para permitir al cerebro rehacer su energía. Ello, según esos investigadores, toma noventa minutos, al cabo de los cuales el cerebro ha estabilizado su temperatura interna. Es entonces, dicen, cuando se da comienzo a la fase de los sueños, en la cual distinguen dos estados: el sueño de ondas lentas y el sueño con actividad rápida cortical.

Por lo que toca conmigo, la experiencia me indica que jamás he despertado sin recordar que soñaba. Ello incluso cuando soy devuelto en forma brusca a la conciencia. O bien cuando despabilo un sueño de sólo segundos: al des-

pertar, me quedan en la mente residuos de la confusión de una visión onírica.

He tenido siempre la impresión de que soñamos durante todo el tiempo que permanecemos dormidos. En esto puedo, claro, encontrarme equivocado. Las ensoñaciones que recordamos no son, sin embargo, las más nítidas o intensas o brutales, sino aquéllas que preceden en forma inmediata al despertar. Algunos, por algún motivo cerebral, ni siquiera guardan memoria de estas últimas, y son los que sostienen a brazo partido no soñar jamás.

Por otra parte, está demostrado —lo respalda Delage— que esas visiones del sueño profundo, de mucho antes del despertar, por igual pueden acudir a la memoria consciente (en el inconsciente su registro ha permanecido en latencia, sin duda alguna) si algún hecho o percepción de la vida real las resorta de súbito. Esta reviviscencia, se ha dicho, no acostumbra obtenerse merced a un esfuerzo de la voluntad, sino por un mecanismo espontáneo activado por algún hecho repentino.

A nadie, pues, falta esa «bahía mágica» en la cual nos confrontamos con nosotros mismos, nos revelamos en la desnudez de nuestro espíritu, vivimos aventuras descabaladas, invocamos los resortes secretos de nuestro ser, activamos nuestros deseos o temores más arcanos y hasta en algunos casos —como ciertas investigaciones parecen señalarlo— desciframos las líneas de nuestro futuro.

Tanto la ciencia como la filosofía y las artes han venido ocupándose desde la antigüedad de ese fenómeno de la imaginación en el cual muchos de los humanos experimentamos una suerte de vida paralela. Aristóteles, Macrobio, Tertuliano, se ocuparon de él. Pero no resulta fácil acceder a conclusiones más o menos apodícticas sobre el particular. A lo largo del presente libro trataré de mostrar algunas de las hipótesis más relevantes planteadas acerca de los sueños, así como mis propias ideas. Tal vez su encadenamiento, tal como también la exposición de algunas de las más

raras experiencias más y ajenas en el mundo onírico, puedan conducirnos a esclarecer un poco la índole y la sinrazón de un fenómeno que acaso llene la tercera parte de nuestra existencia.

Sinrazón digo, porque no acostumbran los sueños caracterizarse por un compaginar ni siquiera aproximativo con el universo de la realidad o de la lógica. Ello no quiere decir, por supuesto, que no exista algo que pudiera denominarse *lógica de los sueños*. Mas no se mueve ésta por carriles que puedan ser clasificados, al menos de un modo absoluto.

Cierto es que en las visiones oníricas se hallan latentes nuestro talante de ánimo y, sobre todo, nuestros miedos o aspiraciones. El saberlo no arroja, sin embargo, claridad acerca de un orbe en apariencia caprichoso y desaforado, sobre el cual —pese a afirmaciones en contrario— no ha logrado nadie ejercer control alguno.

Otra objeción haría yo a Yourcenar. La «bahía mágica» de que habla puede devenir también una especie de pantano avérrico. Conozco, sí, personas cuyos sueños resultan siempre plácidos y gratificantes, verdaderos oasis de fantasías excelsas. Por regla general, se trata de individuos signados desde muy jóvenes por el éxito en todas sus empresas. Otros seres existimos, sin embargo, a quienes los sueños devuelven a épocas ingratas de nuestra vida. Y no son sólo los meros sueños desasosegantes los que nos asedian, sino ante todo ese universo horrífico que llamamos pesadilla.

¿Qué secretos mecanismos actúan en todo ello? Es justamente lo que el presente libro tratará, si no de desentrañar por completo (ello ha sido negado incluso a genios de la estatura de Freud), sí de desbrozar hasta el límite de lo posible.

## II

## Óneiros

Advertiré que no contemplo ocuparme aquí de los sueños con que proyectamos usualmente nuestros anhelos: los sueños que alentamos en el estado de vigilia. Sólo de las visiones que nos visitan mientras dormimos.

Tales fantasías exigen determinadas condiciones para su aparición. Es preciso ante todo que nos distraigamos por completo de los objetos del mundo que nos rodea; que la mente se haya replegado sobre sí misma y que el cerebro haya ingresado en lo que Henri Bergson llamó «una actividad retardada». Deberá haberse roto el vínculo afectivo entre el espíritu y el cuerpo físico y hallarse en suspenso lo que llamamos «esfuerzo de concentración». Ya veremos adelante, sin embargo, cómo no se trata en modo alguno de un fenómeno producido por un estado de inercia, sino de una variante particular de la actividad incesante de la mente, en la cual afloran facultades que quizás no poseamos en la vigilia.

Constituye el sueño una actividad, nunca una cesación absoluta. Cierto que en él las facultades que por hábito llamamos «más elevadas» entran en reposo; pero hay muchas otras que se activan. Si en el fundamento del sueño está la inhibición de ciertas funciones del cerebro, también encontramos allí la excitación de otras que adquieren una especie de lucidez y se convierten en un dispositivo regulador de las ensoñaciones. Tal dispositivo se sitúa, según Lhermitte y Tournay, en el suelo del tercer ventrículo cerebral. Una

vez en acción, perdemos contacto con la realidad exterior, nuestra mente se repliega sobre sí misma y se desatan los mundos fantásticos de que voy a ocuparme.

Acaso actuó con cierta ligereza semántica Sigmund Freud cuando afirmó que la realidad psíquica es una forma de existencia particular que no debe confundirse con la realidad material. No trato, por supuesto, de defender una tesis materialista, pero resulta palmario que una realidad psíquica asentada en nuestra mente —como es el caso de los sueños— tiene la misma existencia y contundencia material que un puñetazo. Los sueños *existen* tanto como nuestro hígado y nuestros pulmones, son una realidad de la actividad cerebral y si, en lo sucesivo, deberemos aludir a ellos como si se contrapusieran al mundo real, lo haremos sólo para facilitar la buena comprensión de este texto, pese a hallarnos convencidos de que las ensoñaciones pertenecen al mundo real tanto como nosotros mismos.

No sobra añadir aquí cierta reflexión de Pascal según la cual nadie, fuera de la fe, tiene seguridad de si está despierto o si duerme. Puesto que durante el sueño no se cree con menor firmeza estar despierto que cuando en efecto se está, y puesto que parte considerable de la vida se pasa durmiendo, ¿quién sabe si esa otra mitad de la vida en que creemos estar despiertos no es un sueño un poco diferente del primero, del que despertamos cuando creemos dormir? No se aleja mucho allí el pensador francés de las corrientes filosóficas que niegan realidad al universo material. Como en la estrofa de Angel Ganivet:

Vida y muerte sueños son,  
y todo en el mundo sueña.  
Sueño es la vida en el hombre,  
sueño es la muerte en la piedra.

Homero pensaba que los sueños venían de Dios. Asombrosamente, quien lo refuta en la antigüedad es ninguno

menos que el cónsul Petronio, quien objeta que los sueños «ni vienen desde los templos de los dioses ni los mandan desde arriba los espíritus celestes: cada cual se forja los suyos». Quizá valga la pena explorar un poco lo que pudo determinar esa alusión a los templos y las conductas que los sueños podían motivar en aquellas épocas.

La voz griega para nombrar la ensoñación era Oneiros. No se trataba de un dios, pero es bastante posible que se la articulara con cierta reverencia. El mito griego confería a los sueños forma humana, tal como a los dioses. Surgían esas formas del Erebo a través de la puerta córnea y la de marfil. Hipnos, hermano de Thánatos, es decir, de la Muerte, no era propiamente un dador de ensoñaciones, sino más bien del dormir, que ordenaba desde las profundidades del Tártaro. Por su parte, el dios Morfeo apareció mucho después y tampoco se relacionó nunca con la visión onírica.

Pero Oneiros era un concepto (o un personaje) muy poderoso en la vida cotidiana de la Hélade. Ya en la *Ilíada* topamos con un intérprete de sueños, cuyo rango no era inferior al de mánticos y sacrificadores, y cuyo poder era enorme. En aquellos tiempos, lo más frecuente consistía en ver en las ensoñaciones a los dioses, prontos a impartir severas instrucciones sobre cuestiones relacionadas con el culto. El intérprete debía aquilatar tales hechos oníricos según la clase, situación y carácter del soñador, así como también según el talante que el dios hubiese mostrado. Jacob Burckhardt anota cómo, en muchísimos casos, más que ver al dios el vidente veía su estatua. Esto lo atribuye a haber las esculturas, con el paso de los siglos, suplantado en la mente del griego cualquier otra imagen plástica de la divinidad.

A menudo, helenos (y luego romanos) no se resignaban a esperar que buenamente un dios irrumpiese en sus sueños, sino que se dirigían al templo y dormían junto a la representación de aquél para así convocar la ensoñación. De allí la alusión de Petronio a los templos. El mismo Burckhar-

dt relata cómo en el santuario de la misteriosa Pasífae, en Talame de Lacomia, los éforos —magistrados que elegía el pueblo todos los años en Esparta— dormían en ocasiones críticas para obtener inspiraciones. En el siglo IV a. de C., el demos ateniense envió tres mensajeros a Oropos para que recibieran inspiración en sueños en el santuario de Anfiarao, a causa de un litigio de propiedad sobre las tierras de un templo.

En los santuarios de Asclepio, el dios médico, los pacientes recibían en sueños la receta contentiva de los medicamentos que debían utilizar. Sus cabezas eran ceñidas de laurel para que concibieran sueños verdaderos. Sobre este punto volveré andando el libro. Finalmente digamos que en Cicerón, en Plutarco, puede hallarse testimonio de cómo las creencias de Roma en punto a los sueños no diferían demasiado de las griegas.

A lo largo de la obra del poeta romántico francés Gérard de Nerval palpita una exhortación a calibrar de qué manera el reino de la imaginación posee una realidad tan conspicua como aquélla de la vigilia. Juzgaba Nerval que los sueños nos permiten penetrar en nosotros mismos y, mediante tal inmersión, lograr acceso al supremo conocimiento. Cuando el dispositivo de que hablábamos atrás se pone en acción, nuestro espíritu empieza a moverse en un orbe en el cual seres y objetos asumen un aspecto asombroso.

Henri Bergson señalaba cómo ese orbe se opone al de la realidad práctica, a este mundo real en donde nos mueven tan sólo impulsos utilitarios. André Bretón se preguntaba por qué, pues, el sueño —símbolo de un mundo rechazado por la vigilia, dominio de lo suprarreal— no es aplicado a la solución de las cuestiones fundamentales de la vida. «El menor sueño —añadía— es más perfecto que el mejor poema, porque por definición es perfectamente adecuado al soñador».

Yves Duplessis ha señalado, además, que soñar es un medio de conocimiento, tanto como pensar, y que hay que analizarlo bajo ese aspecto. El surrealismo se propuso así que soñar no fuese en adelante un lujo del espíritu, sino una de sus actividades más reveladoras. Por desdicha, si algún éxito obtuvo en tales terrenos aquella escuela literaria que, en un principio, provino casi directamente de las teorías de Freud, se limitó a los predios del arte. La ciencia jamás prestó mucha atención a los surrealistas. Tampoco la filosofía, que en Occidente suele desdeñar por principio los fenómenos que escapan a la razón. Ha limitado de este modo —predicó Duplessis— el conocimiento del hombre y del universo.

En este libro me he propuesto —ahora que las investigaciones oníricas, merced a la osada platitud generalizada a comienzos de la vigésimo primera centuria, parecen haber vuelto, con pocas excepciones, al desván de los trastos inútiles— reabrir un poco las puertas hacia las suprarrealidades, que acaso envuelvan la verdad del cosmos y de la vida.

Si, como piensa el panteísmo, en nuestro inconsciente se cifra, átomo por átomo, el universo, no será arriesgado pensar que en los sueños, destilación depurada de ese inconsciente, podamos algún día hallar la clave del universo.

## III

## Los preámbulos del sueño

Ya en mi libro *La aventura del lenguaje* había hablado hace años sobre ese fenómeno (bastante perturbador cuando guardamos, debido a un brusco regreso a la plena conciencia, recuerdo de él) que suele presentarse en nuestra mente al cerrar los ojos con el fin de dormir. Dejamos entonces adormecerse nuestra atención y, en consecuencia, se van debilitando los lazos que nos vinculan con el mundo exterior. A partir de ese momento una serie de extrañas percepciones, de sensaciones, de imágenes que pueden o no encarnar recuerdos cobra vida palpitante en nuestras retinas.

No suelen ya guardar relación con el orden lógico y voluntario de nuestros pensamientos y reflexiones. Revisten a veces la forma de dibujos enrevesados o de arabescos o de flores simétricas como imágenes caleidoscópicas. Es tal su nitidez, que parece desafiar la del mundo real. Su característica principal radica en la rapidez con que se transforman: un rostro familiar pasa a convertirse en una máscara demoníaca, luego en la cara de un bufón medieval, luego en un mendigo triste, luego en un bestión mitológico, luego en una maravillosa arquitectura, etcétera.

Se trata, por lo demás, de imágenes que se suceden vertiginosamente y que no somos capaces de retener o de reconstruir. Acuden asimismo a nuestra percepción sonidos misteriosos, a veces músicas arrulladoras o a veces silbidos estridentes que recuerdan los de la estática en los viejos receptores de radio.

Toda una legión de psicólogos o de investigadores sómnicos, entre ellos el marqués Hervey de Saint-Denis, Arthur Maury, Bergson e Yves Delage, han llamado la atención sobre este fenómeno, común a todos los seres humanos, que han dado en denominar «alucinaciones hipnagógicas». Se trata, sin duda, de visiones y audiciones del semi-sueño, que preceden al sueño propiamente dicho y conducen a él. Parece palmario que se originan cuando las funciones de nuestra psique empiezan a desintegrarse, precipitándonos de la esfera de las funciones más elevadas a aquélla de las funciones más simples.

Surgen, pues, cuando nos ha envuelto la fatiga cerebral, tornándonos indiferentes al mundo exterior y adormeciendo sin que nos demos cuenta nuestra capacidad de fijar en éste nuestra atención. Es el instante en que toda reacción sensorial se ha minimizado, en que se han empobrecido las reacciones motrices, en que —sin apagarse del todo— la coordinación de las funciones sensoriales va extinguiéndose hasta quedar reducida a su expresión mínima.

No somos conscientes ya de nuestro cuerpo, hemos abandonado todo ademán de crítica o de análisis del mundo exterior. Impetuosas corrientes psicológicas han considerado que tales alucinaciones hipnagógicas brotan de un entrelazamiento de eso que se conoce como «luces entópticas», es decir, fenómenos luminosos que se manifiestan cuando nuestros párpados permanecen cerrados, y que suscitan un genuino caos lumínico en nuestras retinas, y la actividad incesante del cerebro, relegada en tal momento, ya que no entramos aún en el sueño profundo, al subconsciente. Los psicólogos aludidos aseguran que dicha actividad es inconteniblemente asociativa.

Desde tiempos bastante lejanos, la psicología ha venido refiriéndose con insistencia a lo que llama *asociaciones de ideas*. En este caso particular, por *ideas* debe entenderse *fenómenos psíquicos*, so pena de desviarnos del asunto. El psicólogo belga Georges Dwelshauvers determinó desde