

LA NATURALEZA DE LOS SUEÑOS

LA NATURALEZA DE LOS SUEÑOS

Cerebro, mente y cultura

Alejandra Rosales-Lagarde, José Luis Díaz,
Markus F. Müller y Anabel Jiménez-Anguiano

Editores

Imagen de portada: Carlos Jacanamijoy, *Jardín de noche*
Diseño de cubierta: Genoveva Saavedra
Corrección: Jorge Comensal y JSC Libros
Formación electrónica: Irma Martínez Hidalgo

Esta obra se terminó de imprimir y encuadernar en 2017
en los talleres de Impresos Vacha, S.A. de C.V.

© 2017, Editorial Herder
Libros de Sawade, S. de R.L. de C.V.
Tehuantepec 50, colonia Roma Sur
C.P. 06760, Ciudad de México

© 2014, de los autores

Para su realización, este proyecto contó con fondos del Consejo de Ciencia y Tecnología del Estado de Morelos (CCYTEM), del Centro Morelense de Comunicación de la Ciencia (CEMOCC), del proyecto CONACYT 156667 y del proyecto 1440725 de la UAM-Iztapalapa.

ISBN (México): 978-607-7727-55-8
ISBN (España): 978-84-254-3650-5
ISBN (UAM): 978-607-28-0809-6

La reproducción total o parcial de esta obra sin el consentimiento expreso de los titulares del Copyright está prohibida al amparo de la legislación vigente.

Impreso en México / Printed in Mexico

Herder

www.herder.com.mx

ÍNDICE

PRESENTACIÓN

<i>Alejandra Rosales-Lagarde</i>	9
--	---

INTRODUCCIÓN

La conciencia onírica y la representación de los sueños <i>José Luis Díaz</i>	15
Dormir y soñar <i>Enrique Soto Eguibar</i>	63

I. LOS SUEÑOS Y EL CEREBRO: NEUROCIENCIAS BÁSICAS

El misterioso origen de los sueños en el cerebro <i>María Corsi-Cabrera</i>	85
Sueño en la infancia. Una perspectiva clínica y electroencefalográfica <i>Lourdes Cubero Rego</i>	121
El sueño en vertebrados ectotérmicos: una encrucijada en la evolución <i>Fructuoso Ayala-Guerrero y Graciela Mexicano-Medina</i> . . .	147
Privación de sueño y aprendizaje en la “mosquita de la fruta” (<i>Drosophila melanogaster</i>) <i>Rodolfo Cebberos Paniagua, Fructuoso Ayala-Guerrero,</i> <i>Lya Resendis Quiroga</i>	169
Control neuroendocrino del sueño y el estrés <i>Anabel Jiménez-Anguiano, Felipe Jiménez Vázquez,</i> <i>Javier Velázquez Moctezuma</i>	185
Los sueños de la marihuana <i>Óscar Prospero García, Marcel Pérez Morales, Alejandra E.</i> <i>Ruiz Contreras, Mónica Méndez Díaz</i>	203

EEG del sueño y su análisis cuantitativo: correlaciones aleatorias, correlaciones genuinas y teoría de gráficas	
<i>Arlex Óscar Marín García, María Corsi-Cabrera, Heidemaríe Gast, Wady Alexander Ríos Herrera, Paola Vanesa Olguín Rodríguez, Alejandra Rosales-Lagarde, Kaspar Schindler, Markus F. Müller</i>	221

II. LOS SUEÑOS Y LA MENTE: PSICOLOGÍA, NEUROPSICOLOGÍA, PSIQUIATRÍA, PSICOANÁLISIS

Las medidas de los sueños	
<i>Alejandra Rosales-Lagarde, Juan C. González y José Luis Díaz</i>	251
La actividad onírica en los diferentes estadios del dormir	
<i>Rafael J. Salín-Pascual</i>	317
Patrones del sueño y ondas mu en pacientes con trastornos del espectro autista	
<i>Fructuoso Ayala-Guerrero, Enrique Álvarez Alcántara, Graciela Mexicano-Medina, Valentín González González, J. de Jesús Cruz Suárez</i>	335
Trastoque de los estados de sueño y vigilia en las psicosis	
<i>Gabriela Aguilar Dávila</i>	359
La relación sueños-cerebro y sus modelos	
<i>Alejandra Rosales-Lagarde</i>	385

III. LOS SUEÑOS Y LA CULTURA: HISTORIA, ARTE, ANTROPOLOGÍA, FILOSOFÍA

Sñar, otros cauces para el alma. Las ideas de los mayas y los nahuas	
<i>Mercedes de la Garza Camino</i>	411
Sor Juana, la ciencia médica y el Sueño	
<i>Fernando Chico Ponce de León</i>	431
André Breton y los sueños	
<i>Jean-Philippe Jazé</i>	455
El sueño, zona de libertad	
<i>Jorge Comensal</i>	469
Los sueños y el estudio científico de la conciencia	
<i>Miguel Ángel Sebastián</i>	489

La conciencia fenoménica en la percepción y los sueños	
<i>Juan Carlos González González</i>	505
Los sueños desde la filosofía	
<i>Ernesto Sosa</i>	527

PRESENTACIÓN

La palabra “sueño” aparece en muy distintos contextos: ya sea en grandes obras de la literatura universal como *La vida es sueño* de Pedro Calderón de la Barca, como sinónimo de “dormir” (*sleep* en inglés, distinto de *dream*, ensoñaciones o sueños) o en referencia al estudio neurobiológico, un terreno de conocimiento abierto apenas a mediados del siglo pasado, aunque sus raíces descriptivas se remontan a los textos hipocráticos o a los textos sagrados del hinduismo. Así, en algunos casos se emplean las palabras “sueño” y “sueños” como definitorias de los tipos de eventos a analizar. “El sueño” como sinónimo del dormir permite una aproximación puntual, estricta, controlable y cuantificable según el método científico, en tanto que “los sueños” como procesos psicológicos requieren también de una perspectiva histórica, social y antropológica.

El presente volumen, *La naturaleza de los sueños. Cerebro, mente y cultura*, surgió como resultado del “Coloquio Multidisciplinario de Sueño” que se llevó a cabo en la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), México, los días 5 y 6 de septiembre de 2013. Promoví este encuentro multidisciplinario durante mi estancia posdoctoral en el Posgrado en Ciencias Cognitivas de dicha universidad, con motivo del sexagésimo aniversario del descubrimiento de la etapa de sueño de Movimientos Oculares Rápidos (MOR) por Aserinsky y Kleitman, en la cual se descubrió este correlato fisiológico del soñar. En el coloquio participaron destacados especialistas como René Drucker Colín, María Corsi-Cabrera, Fructuoso Ayala-Guerrero y Óscar Prospero García. Además de estos expertos en neurofisiología, el coloquio congregó a académicos de otras disciplinas relevantes al tema. De esta forma, representantes del arte, la filo-

sofía, la medicina, la psicología y el análisis de la actividad nerviosa se dieron cita en sesiones que fueron ampliamente difundidas y que contaron con una nutrida concurrencia.

El libro incluye artículos originales y textos arbitrados por revistas científicas de prestigio, y se dirige a un público amplio de muchas disciplinas. El estilo de los textos es formal y académicamente riguroso, pero los modelos, teorías y resultados científicos se presentan de manera clara y accesible. Los autores han adaptado su material pensando en este objetivo. De esta manera, los elementos y términos técnicos se explican con detalle en el cuerpo del texto o en pies de página y figuras.

“La conciencia onírica y la representación de los sueños”, de José Luis Díaz, y “Dormir y soñar”, de Enrique Soto, abren el telón de esta obra con una aproximación plural, pulcra, interesante y entretenida. José Luis Díaz propone una partición fenomenológica de los sueños inspirada por las reflexiones de María Zambrano y Hugo Hiriart: el ensueño durante el dormir, el recuerdo inmediato, el relato verbal o escrito y la interpretación. A estos eventos agrega la representación de los sueños en las artes y en especial en la cinematografía. Soto invita a viajar con la imaginación en un ameno recorrido histórico donde los sueños cumplen funciones adivinatorias, religiosas y psicológicas en tanto productos de la mente inconsciente. No faltan los sueños de robot de Asimov, las nociones neurofisiológicas o psicofisiológicas y una interesante propuesta sobre el dormir y el soñar.

A continuación, el lector encontrará tres divisiones de los ámbitos del sueño y los sueños: la biológica, la psicológica y la social. Las razones primordiales de tal división se encuentran en las numerosas definiciones de estos conceptos, así como en las metodologías aplicadas en cada campo de conocimiento.

Entre los primeros capítulos de la división biológica, en “El misterioso origen de los sueños en el cerebro”, María Corsi-Cabrera da cuenta de diversas etapas del dormir en su sentido neurobiológico y las analiza según sus patrones definitorios, conexiones funcionales y sustancias del cerebro. Lourdes Cubero, en “Sueño en la infancia. Una perspectiva clínica y electroencefalográfica”, proporciona un acceso al cerebro infantil o adolescente normal hablando a los especialistas y padres de familia sobre los hábitos positivos para un buen

dormir de acuerdo con las edades y necesidades de los chicos. El capítulo “El sueño en vertebrados ectotérmicos: una encrucijada en la evolución” de Fructuoso Ayala-Guerrero, aborda a reptiles, anfibios y peces en términos de la evolución de sus patrones electroencefalográficos y su motricidad. Se relatan similitudes en las dos grandes etapas de sueño de los animales endotérmicos (mamíferos y aves), pero persisten dudas sobre la explicación del sueño y la conducta en los ectotérmicos. En “Privación de sueño en la ‘mosquita de la fruta’ (*Drosophila melanogaster*)”, Rodolfo Cebreros aborda también el comportamiento y la memoria de animales como la mosquita de la fruta mediante una técnica sencilla que le impide dormir al agitar su compartimiento. Anabel Jiménez Anguiano en “Control endocrino del sueño y el estrés” analiza las hormonas (sustancias ampliamente difundidas por el cuerpo vía sanguínea) que provocan cambios de gran magnitud. En las diferentes horas del día y a lo largo de las etapas del sueño, cada hormona es secretada según un ciclo, lo cual modifica el metabolismo de los órganos en los que actúa, iniciando una cadena de eventos entre los que destaca la secreción de la hormona del crecimiento durante la etapa de sueño de ondas lentas. Esto permite la administración de la hormona en la vejez, cuando la etapa de sueño de ondas lentas disminuye. Óscar Prospero García explica en un relato personal en “Los sueños de la marihuana” las estrategias y técnicas de control del sueño que provocan insomnio o su opuesto, la hipersomnolencia diurna. Profundiza en la descripción de los cannabinoides cerebrales o “marihuanas endógenas” que se liberan durante el sueño para demostrar que el placer puede lograrse de diversas maneras, mediante medidas muy simples. En el capítulo “EEG del sueño y su análisis cuantitativo: correlaciones aleatorias, correlaciones genuinas y teoría de gráficas”, Markus Müller utiliza el análisis cuantitativo de las series de tiempo lineal en contraste con los métodos multivariados; expone los fundamentos del espectro de Fourier con la analogía del rayo de luz que a través del prisma despliega una gama colorida y propone una matriz de correlaciones genuinas que pueden ser aplicadas a etapas de sueño, epilepsia, tráfico vehicular y a otros fenómenos.

A continuación se presentan los capítulos de ese enfoque intermedio entre lo biológico y lo social que corresponde a la psicología.

En “Las medidas de los sueños” de Alejandra Rosales-Lagarde, Juan Carlos González y José Luis Díaz, se revisan las técnicas utilizadas para evaluar y medir eventos de las ensoñaciones. En “La actividad onírica en los diferentes estadios del dormir”, Rafael Salín-Pascual advierte con evidencias históricas de la neurociencia y la neuropsicología sobre la relación no exclusiva entre la etapa MOR y los sueños. Fructuoso Ayala-Guerrero en “Patrones del sueño y ondas mu en pacientes con trastornos del espectro autista” muestra evidencia sobre las anormalidades del sueño en pacientes con autismo, con graves alteraciones en la comunicación, lenguaje e interacción social y el mal funcionamiento de las neuronas espejo. En el texto de Gabriela Aguilar Dávila “Trastoque de los estados de sueño y vigilia en las psicosis”, los sueños se presentan como intrusiones involuntarias y dolorosas en la vigilia, las cuales, según el psicoanálisis, pueden conducir a la patología mental. En mi capítulo sobre “La relación sueños-cerebro y sus modelos”, se analiza en diversas definiciones e hipótesis la psicología de los sueños en términos de su base cerebral.

La tercera sección de este libro comprende la parte social y filosófica. En el capítulo de Mercedes de la Garza se retrata la dimensión colectiva de los sueños, pues en muchas sociedades sirven para decidir cuándo sembrar y para practicar la adivinación mediante la oniromancia. De acuerdo con el neurocirujano Fernando Chico en “Sor Juana, la ciencia médica y el *Sueño*”, Sor Juana Inés de la Cruz planteó una descripción de las etapas del sueño en *Primero sueño*, obra cumbre del barroco mexicano. En este capítulo, agradezco a Andrés Íñigo los comentarios que hizo al respecto. Por otro lado, en los capítulos de Jean-Philippe Jazé, “André Breton y los sueños”, y de Jorge Comensal, “El sueño, zona de libertad”, se describe cómo los sueños constituyen un clamor contra las restricciones sociales y han servido de bandera de movimientos políticos y artísticos. Miguel Ángel Sebastián en “Los sueños y el estudio científico de la conciencia”, argumenta sobre la corteza prefrontal y el acceso a la conciencia durante los sueños. Para Juan González, en su capítulo “La conciencia fenoménica en la percepción y los sueños”, la percepción, lejos de ser uniforme, es activamente funcional, instrumental y conceptual. El autor reflexiona sobre la experiencia onírica como dependiente

de la percepción. Finalmente, Ernesto Sosa en “Los sueños desde la filosofía” aborda la cuestión sobre la posibilidad de saber si se está soñando o si se está despierto, con argumentos claros y contrastantes.

Cabe señalar que el apoyo proporcionado por varios autores, entre ellos Anabel Jiménez Anguiano, fue crucial para financiar la corrección editorial y los derechos de las figuras. Por su parte, Markus Müller (UAEM) siempre estuvo atento al buen desarrollo de la obra y contribuyó con recursos de su proyecto CONACyT (núm. 156667) a la impresión del libro, que adicionalmente se logró con fondos donados por el Consejo de Ciencia y Tecnología del Estado de Morelos (CCyTEM) y el Centro Morelense de Comunicación de la Ciencia (CEMOCC), a través de sus representantes, Brenda Valderrama Blanco, Ricardo Galván Urióstegui y Luz Colmenero Rolón. De la editorial Herder se agradece a Jan-Cornelius Schulz, Lizbeth Zavala y Lilia Plata su esmero y cuidado, y al pintor Carlos Jacanamijoy por la obra aparecida en la portada. Jorge Comensal fue otro acompañante fiel que le aportó a la obra calidad y estilo. Juan González y Bárbara Vázquez, coordinador y subcoordinadora del Posgrado en Ciencias Cognitivas de la UAEM, respectivamente, me brindaron todas las facilidades para organizar el coloquio, hacer investigación y dar clases en un clima de libertad y confianza.

La idea de la obra puede atribuírsele a José Luis Díaz. Hace unos años, en la librería Gandhi me propuso elaborar un libro sobre las divergencias entre las teorías psicológicas de los sueños y la perspectiva neurobiológica. El Coloquio Multidisciplinario de Sueño fue una ocasión propicia para lograr ese propósito y las sugerencias y minuciosa revisión de José Luis la impulsaron en gran medida. Le agradezco la inteligencia en el diseño de la obra, su incondicional apoyo y valioso tiempo.

En particular agradezco a mi esposo Harim B. Gutiérrez por sus intachables soluciones en la redacción de párrafos difíciles y por las fotos de animales para el capítulo sobre filogenia del sueño; a mis padres, Miguel y Laura, por su apoyo en estos tiempos. A mi creativa y tímida adolescente Sara y a la pequeña, fuerte y sensible Eva.

Alejandra Rosales-Lagarde

Ciudad de México, septiembre de 2014

INTRODUCCIÓN. LA CONCIENCIA ONÍRICA Y LA REPRESENTACIÓN DE LOS SUEÑOS¹

José Luis Díaz²

*La materia del sueño y del tiempo
en la ardiente luz de la dura palabra,
hecha piedra en su luz,
como queda la rosa quemada.*

JOSÉ ÁNGEL VALENTE, “Forma”, *Breve Son*

De manera natural, universal y espontánea, los sueños son experiencias conscientes que ocurren durante el dormir, en especial durante la llamada fase MOR de la función cerebral, y que representan sucesos, historias o narraciones que se enlazan en un escenario personal y privado. El sujeto siente, recuerda, relata, recrea, interpreta y representa tales experiencias mediante diversos modos cognoscitivos de procesamiento que en conjunto se pueden denominar *conciencia onírica*, la cual se plantea como el conjunto de actividades mentales explícitas en referencia a cinco contextos y procesos del sistema mente-cerebro: (1) la ensoñación durante el dormir, en especial durante la fase MOR, (2) el recuerdo de ella al despertar o poco después, (3) el relato de un sueño en forma de parlamento o texto, (4) la interpretación de su sentido, y (5) la representación estética, en especial en la literatura, las artes visuales y el cine. En el presente trabajo se analizan estas etapas con una mirada psicobiológica y neurofenomenológica.

¹ Este artículo fue publicado originalmente en *Cuadernos de Psicoanálisis*, vol. 68, núm. 1-4, 2015, pp. 277-317. La presente versión incluye ilustraciones.

² Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina, Facultad de Medicina, UNAM, y Academia Mexicana de la Lengua.

Por su fenomenología, la ensoñación constituye un tipo cualitativamente peculiar de conciencia con elementos de la fantasía de tal forma que es usualmente escasa en autoconciencia, juicio, voluntad y temporalidad, pero es vigorosa y prolífica en imágenes, emociones, cogniciones y acciones dramáticas. Centralmente, la ensoñación se caracteriza por absurdos quiméricos, punto de vista cambiante, acción figurativa autónoma, conciencia de realidad y subjetividad enclaustrada. Los sueños se forjan y representan por funciones cerebrales de alto nivel de integración seleccionadas por un valor adaptativo no bien determinado y en razón de la historia y la motivación del soñante. El sueño recobrado y narrado usualmente incita y admite significaciones cuya relevancia puede ser supuesta o deducida por el sujeto soñador en razón de sus circunstancias vitales, motivaciones y creencias. Con todo ello se propone que la función de la conciencia onírica es organizar un potencial entendimiento que contribuya a la sabiduría personal, la creación estética y la cosmovisión cultural, y que la representación de sueños en las artes y en especial en el cine contiene, revela y comunica elementos pertinentes del soñar y constituye una oportunidad para comprender sus diversas fuentes, constituciones, procesos y contenidos.

EL SUEÑO CREADOR

El trascendental descubrimiento a mediados del siglo pasado de la asociación entre la fase neurofisiológica llamada de movimientos oculares rápidos (MOR) y la ensoñación ocurrió junto con un vigoroso avance de las técnicas polisomnográficas para el estudio del sueño. El fascinante hallazgo y los métodos de análisis cada vez más refinados suscitaban una nueva era en el conocimiento de un tema que hasta ese momento era provincia casi exclusiva del psicoanálisis, el cual consideraba a los sueños como embozos significativos de un proceso mental reprimido y primordialmente inconsciente. Las nuevas herramientas neurobiológicas supusieron la posibilidad de investigar y descubrir, entre otras tantas funciones, la prevalencia del sueño MOR en muchas especies animales y su maduración en la humana, así como las fases y la *arquitectura* del sueño nocturno, los efectos de la privación experimental de cada una de estas fases o los

mecanismos cerebrales, tanto modulares y neuronales como neuroquímicos, neuroendócrinos y autonómicos que determinan y caracterizan su aparición, sostén, secuencia e interrupción (véase Hobson, 1989; Blanco-Centurión, 2008). Sin embargo, la consecuente búsqueda de asociaciones estables entre las características fisiológicas de la fase MOR y los contenidos de los sueños tuvo pocos resultados consistentes o alentadores. Además, con el tiempo se probó que no existe una equivalencia exacta entre la ocurrencia del sueño MOR y el ensueño referido, pues los sujetos despertados durante las fases de ondas lentas o sueño no-MOR (NMOR) también pueden relatar experiencias mentales, aunque estas reseñas suelen ser más breves y de tipo cognitivo más que narrativo-imaginativo-emocional (Hobson *et al.*, 2000), hechos que motivaron la hipótesis de varios generadores neurales del sueño (Foulkes *et al.*, 1968; Nielsen, 2000; Rosales-Lagarde *et al.*, 2009), o bien de un mecanismo para los sueños y otro para la fase MOR (Solms, 2000). Varios de los primeros investigadores que por los años 60 y 70 desarrollaron teorías, métodos y descubrimientos trascendentales sobre la fisiología del sueño, como William Dement o Michel Jouvet, consideraron el contenido de los sueños como un epifenómeno evolutivo y restringieron su posible función a los mecanismos neurobiológicos que crecientemente erigían un conocimiento de indudable interés y alcance sobre el papel crucial del cerebro en la fisiología del sueño.⁵

En épocas más recientes, en especial a partir del año 2000, se ha renovado el interés en los sueños como experiencias de relevancia psicobiológica,⁴ y relacionar apropiadamente la psicología con la neurobiología de los sueños es una asignatura pendiente, ardua y necesariamente transdisciplinaria. La idea de que soñar puede tener una función adaptativa que haya sido crucial en su selección durante

⁵ Véase “La teoría posfreudiana de los sueños” de Martin Gardner <<http://bibliotecaignoria.blogspot.com/2009/07/martin-gardner-la-teoria-posfreudiana.html>>.

⁴ Reflejos de este interés son la aparición de la revista multidisciplinaria *Dreaming* en los años noventa y de diversos artículos sobre el soñar y el cerebro en la prestigiosa revista *Behavioral Brain Sciences* en el año 2000, justo a un siglo de la publicación de la *Interpretación de los sueños* de Freud. Véase en la bibliografía los trabajos de 1999 a 2001 de quienes podemos llamar los modernos *onirólogos*: Domhoff, Flanagan, Hobson, Laberge, Nielsen, Revonsuo, Solms, States y Van de Castle.

la evolución biológica y la hominización es un tema medular sujeto a intensa polémica (Flanagan, 2000; Revonsuo, 2000), pues se ha puesto en duda la noción de que los sueños son epifenómenos sin mayor significación biológica o psicológica. René Drucker Colín propuso en 1995 que la función del sueño es regular la excitabilidad cerebral necesaria para la vigilia, y J. Allan Hobson, uno de los más reconocidos investigadores de la actual psicofisiología del sueño, sugirió en 2009 que el sueño MOR constituye un estado de protoconciencia que provee un modelo de realidad virtual del mundo que es eficiente para el desarrollo y manutención de la conciencia alerta. El modelo de activación-síntesis de Hobson parte de la idea de que el sueño cumple la función cerebral de ordenar, actualizar y consolidar la memoria, lo cual sería la parte de *activación*, en tanto que la *síntesis* se manifestaría como la confabulación delirante del disparate y la irracionalidad de la ensoñación.

En referencia más directa a los contenidos, y en un trabajo significativamente titulado “La reinterpretación de los sueños”, el finlandés Antti Revonsuo (2000) sostiene que los sueños suelen figurar amenazas que tienen una utilidad de simulación y tanteo de gran trascendencia adaptativa en especial en la evolución de los homínidos, los cuales, de acuerdo con la hipótesis, literalmente necesitarían soñar para sobrevivir. Muchos neurobiólogos del sueño consideran que la función muy bien establecida del sueño MOR en la eliminación de información sobrante o residual (Evans y Newman, 1964; Crick y Mitchinson, 1983) o en la consolidación de la memoria (Fogel *et al.*, 2007)⁵ es un mecanismo crucial para afirmar el valor adaptativo del soñar. Esto podría aclarar en parte la función tanto evolutiva o distal del soñar en la especie humana o la función proximal del soñar en la psicofisiología del individuo, pero no explicaría las funciones del contenido de los sueños o su compleja estructura y manifestación. Esta característica narrativa, visionaria, emotiva y frecuentemente absurda e incoherente de los sueños ha sido precisamente el factor más fascinante de su naturaleza desde los mitos de las primeras culturas documentadas hasta la psicología moderna (Van de Castle, 1994; Pagel, 2008) y no ha sido efectivamente explicada por

⁵ Véase Vertes (2004) para un desacuerdo sobre el papel del sueño en la memoria.

la aproximación psicoanalítica, por la neurobiológica o por la cognitiva. Para avanzar en ese sentido se requiere de una transposición de fronteras disciplinarias, como lo ejemplifica el ensayo introductorio que en el año 2000 realizó Mark Solms, progenitor del llamado neuropsicoanálisis, a la edición conmemorativa por los cien años de *La interpretación de los sueños* de Freud.⁶ El tema ha sido retomado con resolución desde una neurociencia cognitiva más próxima a la fenomenología (Domhoff, 2003; Nir y Tononi, 2010) y desde una teoría de la conciencia que integre adecuadamente a los sueños (Windt y Noreika, 2011).

El presente texto es un intento inicial de abordar los sueños a partir de las características de la conciencia onírica, es decir, desde la experiencia misma de soñar, de su recuperación, narración, interpretación y sobre todo de su representación, con el objeto de estar en mejores condiciones de plantear y analizar los posibles fundamentos neurobiológicos del soñar y sus virtuales puestas en escena. La estrategia de contar con un modelo desarrollado de capacidades conscientes específicas para realizar hipótesis y proyectos neurobiológicos en busca de una psicobiología y una neurociencia cognitiva más consistentes sobre la conciencia ha sido justificada con anterioridad (Díaz, 2007).

Tenemos en nuestro ámbito dos puntos de partida propicios. Uno es el ensayo de Hugo Hiriart *Sobre la naturaleza de los sueños* (1995), en el que recorre de forma independiente y original las características de los sueños, su recuerdo y su narración con una mezcla de autonomía teórica, libertad descriptiva y argumentación filosófica que le habilitan a formular diversos conceptos heurísticos que retomaremos en este trabajo. Por otra parte, en su libro *El sueño creador*, publicado inicialmente por la Universidad Veracruzana en 1965, la pensadora y filósofa del exilio republicano español María Zambrano (1904-1991)⁷ abordó los sueños justamente desde la fenomenología a

⁶ Cuya traducción al inglés está disponible en la red: <<http://www.psyoanalysis.org.uk/solms4.htm>>. Ver también Solms y Turnbull, 2004, capítulo 6, que contiene la versión en castellano de ese texto actualizado. Solms ha sido el editor fundador de la revista *Neuropsyoanalysis*, que empezó a publicarse en 1999.

⁷ Discípula de José Ortega y Gasset. Al inicio de los años 40 fue profesora de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo; Premio Príncipe de Asturias en 1981 y Premio Cervantes en 1988.

partir de una descripción de su carácter, lejos de la interpretación de los contenidos, pero cerca de la creación y el arte.

Con este objetivo y en congruencia con la estrategia de Edmund Husserl, padre de la fenomenología moderna, Zambrano se propuso analizar los sueños más en su forma que en su contenido, lo cual constituyó una novedad pues, como hemos visto, el contenido de los sueños había sido el tema de mayor interés y relevancia en la tradición religiosa y psicológica. El marco fenomenológico y descriptivo del carácter general de las ensoñaciones la llevó a plantear cuatro momentos o aspectos de la conciencia en referencia a los sueños: 1) la ensoñación durante el dormir, 2) el recuerdo, 3) el relato y 4) la interpretación durante la vigilia. De esta manera, la conciencia onírica no se restringe a la ensoñación, sino que abarca diversos momentos de la vigilia que no sólo se refieren a ella sino que constituyen la única forma de acercarse a su naturaleza, pues por ahora no existe instrumento que revele la cualidad y el contenido de los ensueños de manera directa, al tiempo en que acontecen y realizan algo insólito, aunque no impensable, dados algunos resultados experimentales recientes (Horikawa *et al.*, 2013). Además de recorrer con una mirada psicobiológica y transdisciplinaria los cuatro estadios planteados por María Zambrano, en el presente estudio se bosqueja una quinta faceta o aspecto de la conciencia onírica, la que se refiere a su representación en las diversas artes, en especial en el cine, pues este medio es el que ha resultado más apropiado y eficiente para representar sueños.

LA ENSOÑACIÓN Y EL ABSURDO QUIMÉRICO

Empecemos por definir la ensoñación como la experiencia consciente que ocurre durante el sueño en forma de narrativas usualmente involuntarias que involucran y enlazan estados y procesos mentales de tipo sensorial, imaginario, cognitivo, afectivo y connotativo. Dado que durante el sueño tanto las entradas sensoriales como las expresiones de conducta están restringidas mediante mecanismos conductuales y neurofisiológicos bien establecidos (Pompeiano, 1967), no se puede hablar de los mismos procesos sensitivo-motores que constituyen buena parte de los mecanismos cognitivos de los organismos en vigilia alerta, los cuales permiten profusos intercambios de informa-

ción con su medio espacial, objetual y social. De esta manera se puede reafirmar que los procesos mentales del ensueño se organizan en forma más similar a la imaginación o la fantasía que ocurre durante la vigilia (Domhoff, 2003; Hiriart, 1995, pp. 48-50), en especial los episodios de divagación mental que implican imágenes usualmente narrativas de tipo visual, auditivo y táctil acompañadas de estados afectivos. Las similitudes entre la fantasía y los sueños se han ratificado recientemente con estudios de lesiones e imágenes cerebrales en el sentido de que un subsistema de la llamada red por *default* del cerebro⁸ está activa durante la divagación mental, la ensoñación en vigilia, la simulación y los sueños (Domhoff, 2011). Esta similitud psicológica y funcional permitiría reafirmar que los sueños constituyen formas de simulación mental que pueden ser funcional y adaptativamente relevantes. El desarrollo de un proceso de fantasía como respuesta directa de la lectura también tiene importantes similitudes con la ensoñación, aunque en este último caso el estímulo que la lectura denota no se encuentra presente e implica mecanismos neurofisiológicos capaces de engendrar una trama narrativa que articula áreas sensoriales, afectivas y volitivas (Fuster, 2006, p. 122).

Es importante resaltar que la acción figurativa de los sueños es usualmente involuntaria o autónoma; es decir, el acontecer, la historia o la narrativa se constituyen sin la voluntad consciente del soñante; se trata de la creación automática de un mundo ficticio, lo cual constituye una capacidad escenográfica y dramática verdaderamente sorprendente y bastante inexplorada del cerebro humano. Y así como la trama se desarrolla de manera autónoma, el soñante usualmente se encuentra representado en su experiencia onírica como un actor y, excepto por el sueño lúcido, no es consciente de que está soñando ni puede modificar la trama de manera voluntaria. Más aún, a diferencia de la conciencia durante la vigilia, cuando el sujeto tiene un punto de vista reciamente centrado en su cuerpo y sus actos sensoriomotrices, en los sueños el punto de vista es inestable y puede ser interno o externo al sujeto soñante, quien en ocasiones puede verse

⁸ Se trata del conjunto de zonas cerebrales que, durante un procedimiento de imágenes funcionales del encéfalo, se encuentran activas cuando el sujeto no está realizando o ejecutando ninguna tarea; se puede traducir como “la red basal”.

a sí mismo desde fuera de su cuerpo o soñarse como otro personaje. El yo onírico, la representación del propio soñante como observador y actor en la ensoñación, constituye un proceso de autoconciencia de primer orden en el sentido de que no hay una metaconciencia de alto orden de uno mismo (excepto en los sueños lúcidos), sino una autorrepresentación dramática que requiere de la integración previa de una autoconciencia o autoimagen corporal básica y no lingüística que probablemente compartimos con otros animales de un alto desarrollo cerebral (Díaz, 2013a).

Junto con el proceso narrativo de imágenes de tipo sensorial, la ensoñación involucra usualmente la activación de emociones que pueden ser muy intensas pero que se presentan a veces segregadas de la trama onírica. Así, una escena que en vigilia produciría una emoción de terror, en el sueño puede cursar con indiferencia o, a la inversa, una escena corrientemente neutral, puede en el sueño proseguir con emociones intensas de los más diversos matices. Existe entonces una peculiar disociación ideo-afectiva con predominancia de emociones negativas que frecuentemente tienen como referencia un núcleo perturbador que es el elemento más recuperable durante la evocación del sueño (Freud, 1900, pp. 458-484). La activación de las estructuras límbico-diencefálicas del cerebro durante la fase MOR, descritas por José María Calvo y Augusto Fernández Guardiola (1984), esclarecen en cierta medida la base neurológica de la intensa participación de las emociones en los ensueños.

En lo que se refiere a la ideación y la imaginación, ocurren en los ensueños formas peculiares, irracionales e inverosímiles de conceptualización, raciocinio y memoria que suelen manifestarse como absurdos quiméricos y que constituyen los elementos distintivos de la conciencia onírica que más han impactado su representación social y artística. Los absurdos o disparates quiméricos han sido profusamente analizados bajo el rubro de *bizarreness* en la bibliografía científica en inglés (Hunt, 1989; States, 2000; Domhoff, 2007). Entre muchos otros, los absurdos incluyen disparates físicos (volar sin alas o respirar bajo el agua), yuxtaposiciones (sucesión o presencia de entidades sin conexión, superposiciones, imbricaciones o traslapes), transgresiones causales (elipsis, desapariciones, desdoblamientos, metamorfosis, fragmentaciones o fusiones de sujetos y objetos), distorsiones

espaciotemporales (desproporciones, dimensiones inverosímiles) o cambios cualitativos en claridad, intensidad y enfoque. Los absurdos quiméricos han sido evaluados mediante instrumentos que se aplican a sujetos despiertos al recordar sus sueños con la aplicación de diversas escalas (Revonsuo & Salmivalli, 1995) y, en la teoría de activación-síntesis de Allan Hobson, se atribuyen con bastante certeza a la desconexión funcional del lóbulo frontal durante la fase MOR (Braun *et al.*, 1997; Pérez-Garci *et al.*, 2001; Corsi *et al.*, 2003).

De esta forma, en los ensueños suele campea un tipo de cognición que adolece de crítica, en el sentido de que la historia y las escenas no se experimentan como absurdas hasta el despertar; adolece de voluntad, pues la trama no se modifica a propósito, y adolece de temporalidad. María Zambrano (1985, pp. 17-27) examinó con especial cuidado la deficiencia temporal, pues si bien la historia soñada implica acciones que transcurren, el sujeto no tiene oportunidad de cuestionarse o modificar los hechos, ya que no existe conciencia del tiempo ni referencia temporal. Los sueños son narrativas que se presentan sin una organización planeada, por lo que manifiestan según Pagel (2008) el “pensamiento corporal” y con ello permiten el surgimiento del proceso literario. Pagel afirma que los sueños son ejercicios de relatar historias sin otra finalidad que la de experimentar las pautas de la organización de la experiencia que ayudan a mantener el orden del pensamiento. Para fortalecer su idea, Pagel refiere evidencia empírica en el sentido de que el uso de los sueños es mayor en sujetos que reportan intereses creativos y quienes, además, muestran un índice de recuerdo de sueños mucho mayor que la población general.

En vez de carencias sin sentido, estas características han sido interpretadas como particularidades que permiten formas de cognición alternativas y creativas que no disminuyen sino que aumentan o enriquecen la capacidad cognitiva (Cavallero y Foulkes, 1993; Hiriart, 1995; Hunt, 1989; Domhoff, 2007), idea planteada por el psicoanalista Carl Jung (1916) y que se remonta al rol de los sueños en la literatura, como veremos adelante con particular referencia al magno poema *Primero Sueño* de sor Juana Inés de la Cruz. De acuerdo con esta tendencia, es posible plantear que las deficiencias en diversas capacidades cognitivas durante el soñar pueden resultar en novedades de relevancia creativa manifestadas en formas

absurdas, como lo indican muchas anécdotas de creación tradicionalmente presentadas como descubrimientos o invenciones surgidos en los sueños.⁹ Es posible que en los sueños creativos los hallazgos hayan ocurrido no sólo durante la fase MOR sino durante la NMOR o de ondas lentas, cuando se recrean y barajan cognitivamente problemas, obligaciones y apuros del sujeto. Podemos considerar de gran relevancia el hecho de que los casos de descubrimiento creativo a partir de los sueños fueron completados y realizados durante las etapas posteriores de recuerdo, relato o interpretación.

En suma, es posible ahora reafirmar que los sueños contienen rasgos cognitivos inusuales en forma de distorsiones, personajes, objetos y situaciones extraños, actividades inexplicables, cambios de escenario o contextos figurativos originales que proveen al pensamiento de posibilidades, interpretaciones y capacidades novedosas durante la cognición alerta. En efecto, como revisamos y proponemos aquí, esta forma de cognición figurativa de gran complejidad, novedad y autonomía que ocurre en la ensoñación, está disponible en la vigilia mediante el recuerdo, la recolección, el relato, la interpretación y la representación, lo cual provee a la mente humana, o al sistema mente-cerebro, de posibilidades cognitivas diferenciales y excepcionales dada su naturaleza heterogénea y simbólica. Como contraparte del insumo que la vida en vigilia aporta al contenido de las ensoñaciones, es precisamente la actividad de la conciencia onírica durante la vigilia a partir de la materia prima del sueño la que contribuye a realizar una capacidad simbólica de amplias posibilidades y aplicaciones para el conocimiento y el saber.

EL RECUERDO Y LA REALIDAD DEL SUEÑO

Es necesario reconocer que los sueños que trascienden la experiencia clausurada y forzosamente subjetiva de la ensoñación son los que

⁹ Entre los casos más célebres por descripción en primera persona de creatividad y descubrimiento por una experiencia onírica, se encuentran la novela *Frankenstein* de Mary Shelley en 1816, la estructura del benceno en el famoso sueño del *ouroboros* por Kekulé hacia 1862, la novela sobre Dr. Jekyll y Mr. Hyde de Stevenson en 1886 y el experimento crucial para probar la transmisión química del impulso nervioso de Otto Lowe en 1921.

se recuerdan o recuperan usualmente al despertar o poco después; los demás se disipan en el olvido. La importancia del recuerdo para comprender y estudiar los sueños es entonces capital e inevitable, y conforma una parte esencial de la conciencia onírica que se ejecuta ya sea al despertar o en etapas posteriores de la vigilia cuando el sujeto se ve asaltado por el recuerdo y tiene la impresión aparente pero incontestable de haber soñado. Esto constituye un referente fenomenológico de la realidad del sueño, aunque no una prueba directa, como veremos adelante. La recuperación puede ser espontánea cuando el recuerdo surge a la conciencia de manera automática e involuntaria, o puede ser deliberada cuando el sujeto realiza un esfuerzo para recordar o relatar el sueño.

Desde antiguo existe la noción de que el recuerdo de los sueños es débil en comparación con la vigilia y que si un sueño no se evoca al despertar, su huella mnémica desaparece con celeridad. Se ha considerado que la originalidad del contenido onírico puede ser un factor de olvido, pues la memoria recurre a asociaciones internas y externas para consolidarse. Los estudios revisados por Pagel (2008) indican que la frecuencia de sueños recordados durante el sueño MOR es de alrededor de 80% en comparación con un 15% durante el sueño NMOR o de ondas lentas, y también que la frecuencia de sueños recordados es más alta en las mujeres y en los jóvenes, y más baja en los insomnes. Los sujetos humanos difieren ampliamente en su capacidad para recordar sueños, y diversos estudios de psicología cognitiva han mostrado que algunos rasgos de la personalidad, la creatividad y la actitud hacia los sueños se correlacionan significativamente con la frecuencia de recuerdo de sueños y, a la inversa, que los sujetos con altos y bajos índices de recuerdo de sueños difieren en variables neurofisiológicas como la prevalencia del ritmo alfa (Ruby *et al.*, 2013).

Como sucede con todo recuerdo de una vivencia pasada, la recuperación de los sueños enlaza de manera necesaria y robusta a la ensoñación con la memoria, confiriendo a la primera el estatuto de experiencia en tanto proceso consciente que se retiene y es posible rememorar y aprovechar. Ahora bien, es interesante comparar la capacidad de evocar los acontecimientos en la vigilia en relación con los sueños, pues ocurre algo similar en el sentido de que las experiencias más intensas o sorprendentes se recuerdan con mayor claridad y

perduran más tiempo que los acontecimientos menos emocionales o aquellos que reclaman menor atención.

La llamada “teoría de la admisión del sueño” (*received view of dreaming*)¹⁰ según Springett puede remontarse a san Agustín y Descartes; se trata del conjunto de nociones intuitivas, de sentido común o de psicología popular de la ensoñación como una secuencia de experiencias que ocurren durante el dormir. Esas experiencias acontecen en un tiempo similar al que tomarían las mismas acciones realizadas en vigilia. La recolección del sueño recupera esas experiencias de manera adecuada y el recuerdo es evidencia ostensible de que el sueño ha ocurrido precisamente así. Esta teoría está implícita en la mayoría de las aproximaciones académicas a los sueños, pero ha sido cuestionada con argumentos inquietantes por parte de algunos filósofos de la mente.¹¹ Por ejemplo, la tesis de la admisión implica que la recreación del sueño sucede por escenas en el sentido de que si la trama de un sueño ocurre con una secuencia de escenas A-B-C-D-E, la recuperación espontánea del sueño seguiría la misma secuencia A-B-C-D-E, como una grabación en video que se reproduce. Pero suele ocurrir que se recuerde primero la escena D si es de naturaleza particularmente turbadora y a partir de ella se reconstruya en retrospectiva C-B-A y en prospectiva E. De hecho, nada puede asegurar que la secuencia original haya sido la que reconstruimos de memoria y la teoría de la admisión fue objetada por Wittgenstein (citado por Springett) en referencia a la imposibilidad de verificar los recuerdos y los relatos de los sueños, pues la impresión de haber soñado no garantiza la realidad del sueño. No hay forma de averiguar si el recuerdo es veraz pues, por ejemplo, es posible tener un falso recuerdo y es imposible registrar objetivamente una ensoñación. En un sentido similar considera Daniel Dennett (1976) que la ensoñación puede ser actividad

¹⁰ Traducción mía. Las teorías de la admisión (*received views*) en filosofía de la ciencia parten de la identificación de una teoría científica como un conjunto de proposiciones lógicas y observacionales consideradas objetos lingüísticos.

¹¹ Véase la extensa revisión crítica de Ben Springett de la Universidad de Bristol sobre la filosofía del soñar en la *Internet Encyclopedia of Philosophy*.

cerebral subconsciente¹² que se hace consciente al despertar, lo cual eliminaría al ensueño como una experiencia consciente.

Como suele suceder con los obstáculos filosóficos, la respuesta preliminar a la importante pregunta de si es posible verificar la conciencia o la autenticidad del recuerdo de un sueño ha surgido de la investigación empírica. Una posible evidencia es la que se refiere al hablar dormido, pues existe una fuerte correspondencia entre lo que el sujeto dice durante su somniloquio y lo que al despertar afirma haber proferido en su sueño (Arkin, 1981). Otra evidencia más estudiada corresponde a los movimientos oculares que ocurren durante los sueños y que desde su descubrimiento en 1953 fueron tomados, quizás ingenuamente, como el escaneo de la escena onírica de manera similar a los movimientos de los ojos para mirar y revisar una escena durante la vigilia (Arnulf, 2011). Esta teoría del movimiento ocular en referencia al contenido del sueño ha sido ampliamente debatida y es difícil de probar con certeza despertando a los sujetos durante los movimientos oculares y cuando no los hay, aun dentro de la fase MOR del sueño, pues no es posible asegurar cuándo ocurrió el sueño referido por el sujeto, aunque éste afirme que se encontraba soñando al despertar o ser despertado, lo cual podemos razonablemente creer pero no acreditar. Como se sabe, en la fase MOR se presenta una disminución intensa y característica de la actividad muscular en la mayor parte del cuerpo excepto por los propios movimientos oculares y las leves sacudidas que pueden presentarse en las extremidades (Rosales-Lagarde *et al.*, 2009) y que al ser vistas suelen ser interpretadas como indicadores de contenido. Es así que la gente asevera que un perro sueña que está corriendo cuando observa las sacudidas de las patas en su mascota dormida. De acuerdo con un razonamiento ingenuo similar, ¿pueden los movimientos oculares tomarse como indicadores de contenidos visuales en el sueño?

Los experimentos de LaBerge y DeGracia (2000) con sueños lúcidos proveen de una evidencia más convincente, pues los sujetos

¹² El subconsciente o el inconsciente para los autores cognitivistas como Dennett no equivale necesaria o exactamente al freudiano, sino al procesamiento de información cognitiva que ocurre fuera de la conciencia y a los sesgos afectivos que condicionan la toma de decisiones.

experimentales son esmeradamente entrenados para mover voluntariamente los ojos durante el sueño lúcido sin despertar. Estos movimientos voluntarios son de morfología electrográfica claramente distinta de los propios de la fase MOR y en general fueron coincidentes con éstos, indicando que los sujetos estaban conscientemente experimentando un sueño y probablemente moviendo los ojos para explorar la escena onírica. Esto último se afirma porque, al ser despertados, los sujetos mencionaban haber tenido experiencias oníricas conscientes y recordaban haber dirigido la mirada precisamente en los momentos en los que los movimientos oculares fueron registrados. Otras evidencias apuntan a que en efecto los movimientos oculares rastrean la escena onírica y que existe un generador a nivel del tallo cerebral que activa coordinadamente imágenes, sonidos y movimientos oculares, como ocurre en la realidad virtual (Arnulf, 2011).

Dado que el recuerdo del sueño es o requiere de una forma de memoria episódica y su relato una forma de memoria declarativa, es permisible pensar que la codificación de los contenidos oníricos durante el sueño comparte los mecanismos neurológicos de la codificación de experiencias similares a la vigilia. En efecto, varios estudios de neuroimagen han indicado que la zona cerebral de convergencia temporo-parieto-occipital y la corteza frontal y ventromedial son cruciales para recordar los sueños, en tanto que los registros intracraneales de profundidad indican que el hipocampo interviene en la formación de memorias tanto en el sueño como en la vigilia (Marzano *et al.*, 2011). Este último grupo de investigación ha comprobado que las oscilaciones EEG durante el sueño, en especial una frecuencia alfa entre 8 y 12 HZ en la zona temporal derecha, son buenos predictores de la recolección del sueño de la misma forma que lo son durante la vigilia.

Para redondear por el momento el tema del recuerdo es importante aclarar que los diversos estadios de la conciencia onírica durante la vigilia no transcurren de manera exclusiva y en línea, sino que se imbrican de diversas formas. Por ejemplo, el recuerdo inicial de un sueño no sólo consiste en la recuperación de la ensoñación, la cual es probablemente parcial, desordenada o editada según su relevancia, sino que se puede acompañar de pensamiento en forma de lenguaje privado que contribuye a describir y empieza a comentar,

relatar e interpretar los contenidos. De igual forma ocurren asociaciones de ideas, de escenas o de recuerdos que ya en la recuperación inicial del sueño marcan lo que veremos a continuación como etapas de relato, interpretación y representación. Conviene así considerar a estas etapas de la conciencia onírica de la vigilia como imbricadas y como facultades que operan y se aplican aislada o conjuntamente para evocar, asociar, catalogar, comentar, comprender o dilucidar la ensoñación. Aquí las tratamos separadamente para explorar mejor sus características, siguiendo un orden temporal de presentación relativamente metódico.

EL RELATO DEL SUEÑO

Contar un sueño es una actividad antigua, relevante, animada, frecuente y característica de los seres humanos. Como toda recapitulación de algo vivido requiere de la traducción de una experiencia al lenguaje, y el relato del sueño hace patente la limitación de la lengua para plasmar y comunicar una experiencia. No se puede afirmar con ello que los sueños sean finalmente inefables o inenarrables, sino que la posibilidad de relatarlos es evasiva, incompleta y muchas veces frustrante como instrumento de exposición, comprensión y comunicación, pues depende por una parte de las habilidades introspectivas, mnémicas y lingüísticas del sujeto y, por otra, de las posibilidades denotativas y connotativas de la lengua que articula.¹⁵

Contar o describir un sueño implica la recuperación del recuerdo privado primario o consecutivo, los cuales conllevan muchas veces fragmentos de pensamiento, asociaciones y comentarios. Pero sucede además que al contar un sueño el hablante no sólo recurre al recuerdo sino que accede de nuevo a la ensoñación y es capaz de recuperar porciones de la experiencia primaria que no había recordado previamente, así como de ordenar y articular la narración. De esta forma el relato de un sueño usualmente contiene información diversa sobre la ensoñación, asociaciones de ideas, recuerdos de otras experiencias,

¹⁵ Para un tratamiento más a fondo sobre esto, véase el ensayo de Hugo Hiriart, 1995.

comentarios y demás recursos que le confieren a esta narración una “mirada sinóptica” (Hiriart, 1995). Una de las tareas más difíciles para estudiar y catalogar los contenidos de los sueños es, como veremos pronto, el diferenciar estos diversos aspectos del discurso y reconocer como materia prima genuina aquellos fragmentos o secciones que con mayor seguridad pertenezcan a la ensoñación de referencia.

Ahora bien, habiendo convenido que el lenguaje tiene limitaciones para expresar adecuadamente la experiencia en general y la onírica en especial, la retórica de los relatos de sueños tiene características lingüísticas que implican y expresan de manera por demás fehaciente ciertas propiedades de los sueños. Por ejemplo, el uso reiterado del imperfecto (“yo estaba en...”, etc.) suele utilizarse, además de en el relato de sueños, en muchas acciones imaginarias o bien las lúdicas que se emprenden durante los juegos infantiles (“tú eras...”, etc.). El uso del imperfecto expresa una situación temporalmente indeterminada, fuera del tiempo habitual del calendario y del reloj, pues el acontecimiento no tiene una duración establecida y es más bien un hecho escueto, una acción virtualmente inacabada que se prolonga. El imperfecto expresa una situación actualizada en el momento del relato, donde lo importante no es el cuándo sino aquello que acontecía en ese tiempo indeterminado. Este parentesco retórico de los sueños, las fantasías y los juegos es seguramente muy significativo de la relación psicológica y cerebral que existe entre estas actividades tan esenciales para la vida mental como para la cognición situada y con ello la adaptación.¹⁴

El relato de un sueño se suele construir utilizando elementos metafóricos que pierden su valor figurado para expresar la realidad onírica. La filóloga Rosalba Campra (2012, p. 18) considera que el relato de un sueño se distingue porque se le supone un sentido que no reside en la información documental o crónica simple de lo que sucedió, sino que radica en un “transporte metafórico a otro lugar de la significación”, como si el relato careciera de algo que

¹⁴ En el artículo “Gramática de los sueños”, el escritor Enrique Serna (*Letras Libres*, enero de 2002) subraya el privilegio del castellano para narrar los sueños en tiempo imperfecto, es decir, como un presente en el pasado. Por su parte, Hugo Hiriart (1995, p. 37) dice que la materia del sueño está en situarse en escena.