

La interpretación de los sueños

Si se cree en la existencia de un *inconsciente* no arbitrario y elaborado (ventaja que cada vez elegimos menos especialistas), la forma en que se codifica la información de dicho aparato psíquico (complejo en base a su desconocimiento) pasa por el rasero del mecanismo de la *metáfora* y la *metonimia*. Es de esta forma, en base a las respectivas condensaciones y desplazamientos, cómo se explican los fenómenos psicoanalíticos de la *asociación libre* o la propia *interpretación de los sueños*.

Porque, ¿qué es interpretar un sueño? ¿Qué extraño y taimado *arte* se esconde tras dicho proceso de interpretación? ¿Quiénes son los elegidos para desempeñar la *magia* y en base a qué criterios?

Como suele ocurrir con la magia, *detrás hay truco*.

I

Los restos diurnos

El primer paso en la interpretación siempre debería ser el desechar la información no metafórica. Más de un psicólogo puede echar el grito en el cielo sobre qué criterio discrimina qué material se puede o no desechar. Pues bien, de momento vamos a esquivar el tan manido tópico de que *la interpretación es un arte* (apesta a sugestión y pseudociencia), para establecer que el cerebro también (y *no únicamente*) almacena información sensorial.

Es lógico admitir que en el sueño pueden aparecer (y de hecho así sucede) restos diurnos que -si bien no arrojan mucha luz sobre posibles contenidos latentes-, pueden ser colocados como actores que hablen de la existencia de un segundo discurso. O puede que no, puede tratarse tan sólo de acontecimientos que, bien por su impacto afectivo, bien por su cualidad de llamativos o sorprendentes (entre otros factores), han quedado impresos en nuestra memoria sin necesariamente implicar procesos subyacentes. De ésta segunda explicación muchos psicólogos cognitivos podrán hablar con mayor conocimiento (y mucho mayor interés, me consta) que el que subscribe.

Si bien resulta lógico, de cara a una posterior interpretación, obviar de antemano dichos restos diurnos (que se dibujan casi como ecos sensoriales de la experiencia cotidiana), debemos ser cautos por si alguno de ellos no ha tomado repentinamente un protagonismo del que carecía en la vigilia. ¿Y si el caniche moteado con el que nos hemos cruzado por la tarde aparece de nuevo en la madrugada, pero esta vez destrozando un vestido de novia? No hace falta ser un freudiano ortodoxo para contemplar el abanico de posibles interpretaciones que abre dicha metáfora (lo que se impone es cautela a la hora de cerrar dicho abanico y no caer en sobreinterpretaciones de principiante).

II

La reconstrucción de lo soñado

Tendemos a la coherencia (de nuevo pueden preguntárselo a los cognitivistas), y muy a menudo rellenamos el incómodo material faltante recurriendo a la razón *consciente*. Como ocurre con el discurso, es allí donde falla la lógica, allí donde faltan ladrillos para articular un sueño, donde suele esconderse el material más relevante. Tendemos a pasar por alto los mayores filones en pos del material más conexo.

Se hace imperativo avisar al paciente sobre el mecanismo de la *reconstrucción*. El sueño debe ser expuesto al analista *tal cual*, sin artificios ni remiendos, siendo sospechosos aquellos relatos detallados y lineales, demasiado imperfectos en su perfección.

Igualmente debe ser el analista quien realice la criba entre los sueños para seleccionar los más significativos, aquellos con un mayor contenido metafórico, no permitiendo al paciente el salvar del repertorio los que considera “más interesantes”.

“De repente, ya no estaba allí (...) era un sitio desconocido, y estaba acompañado por dos personas también desconocidas”

No hay desconocidos en los sueños. Ni ubicaciones ni personas.

El cerebro siempre utiliza material ya existente en nuestros registros mnémicos para construir los sueños. Detrás de una cara desconocida, la mayoría de las veces, tenemos que ponernos sobre aviso ante el más que posible efecto de la *represión*. Allí donde el paciente tiende a ir más deprisa, como restándole importancia a aquello que no puede verbalizar, las más de las veces se esconde la interpretación más certera.

Es necesario pues indagar sobre esos detalles de forma exhaustiva, recurriendo a la asociación libre para instaurar de nuevo los eslabones allí donde la represión deshizo los enlaces.

Aquí habría que hacer una salvedad sobre la *asociación libre*, arma de doble filo cuya mayor ventaja es simultáneamente su peor sesgo. Invitando al paciente a asociar, de forma a menudo muy poco libre porque se le incita a hacerlo con rapidez, podemos bien encontrarnos con el verdadero significado latente del sueño o, por efecto de la *sugestión* (verdadera enemiga de la terapia analítica), sorprendernos con que el sujeto termina realizando aquellos enlaces que *él cree queremos oír* (en todo un alarde de fuegos artificiales proyectivos), sobre todo si la persona en cuestión cree tener conocimientos acerca del psicoanálisis.

Pongamos un supuesto:

“Estaba copulando con una desconocida...” pausa significativa, el paciente mira al analista y, en tono sardónico, añade: *“...y no es que se tratará de mi madre”*.

¿Se trata de una negación proyectiva (lo que agilizaría mucho la resolución del sueño) o nos hemos colocado ante el paciente en una posición muy ortodoxa, de manera que nos ve como acólitos de un Freud que todo lo achacaba a conflictos edípicos?

III

La interpretación del material

Llegamos a la mala noticia: *no existe diccionario*.

Aquello que resulta evidente para cualquier clínico experimentado, no deja de sorprender a la población leiga. No existe un manual de términos común, ni alfabético ni mucho menos temático. El terreno de lo onírico ha sido desde siempre tan atractivo como criticado, y se han ido erigiendo a su alrededor un sinfín de leyendas que más de uno da por supuestas. Todos hemos oído mencionar tradiciones en torno a lo que significa el caer de un diente, o soñar con perlas, o... (ponga aquí el vaticinio de su localidad).

Los ladrillos con los que se edifican los sueños son comunes a toda cultura y sociedad, más la manera de organizarlos es propia de cada individuo, e intentar sacar factor común es una empresa por muchos emprendida pero con pocos resultados prácticos a nivel objetivo.

Esto no debería significar que varios terapeutas interpretaran cosas distintas de un mismo sueño (lo cual evidentemente puede suceder), sino que para cada individuo el cifrado de la información es diferente. ¿Se puede derivar de esto que la interpretación de los sueños un *arte*, al fin y al cabo?

Para nada. Desde nuestra posición de analistas debemos saber adecuarnos al diccionario parlante que tenemos enfrente, para extraer de ese sujeto el material que *él mismo* cifró y devolvérselo aplicado a su vida consciente, lo menos contaminado posible por nuestra intervención. Pese a que la mayoría de las veces nos movemos en terreno pantanoso, deberíamos esforzarnos por no *interpretar* sino *guiar*, por no dar un punto de vista (por muy profesional que éste sea) sino servir de guía para que el propio paciente vaya destramando los enigmas que él mismo anudó la noche anterior. Se puede concluir que, a medida que más conoce a la persona, más sencillo es intuir el método de cifrado escogido.

¿Utiliza el sujeto más *metáforas* o se decanta claramente por las *metonimias*? Aquel paciente (típicamente obsesivo, por otra parte) que en su discurso diario hilvana metonimia tras metonimia, desplazamiento tras desplazamiento, no es extraño que acuda al mismo mecanismo durante su actividad onírica.

“Un gigantesco globo que explotaba ante mi cara” evidentemente cobrará distintas interpretaciones dependiendo que nos lo cuente un niño (que la tarde anterior había asistido a una fiesta de cumpleaños) o que sea expuesto por una mujer en su última semana de gestación. El “arte” de la interpretación consiste pues, una vez más, en estar abierto a contemplar el mayor número posible de hipótesis y, con todo el abanico de alternativas sobre la mano, elegir aquellas sobre las que se decide apostar, con la ayuda que nos supone el bisturí de la asociación libre.

IV

El autoanálisis de los sueños

Casi tan efectivo como realizarse uno mismo un tatuaje en la espalda, así de simple.

El análisis de los sueños, pese a ese aire místico tan New Age, no es un entretenimiento para las fiestas de verano, en competencia directa con los cartomantes o esa conocida que tanto sabe de astrología. Recordemos que en la trastienda de todo el fenómeno en sí reside el fenómeno de la *represión*, y que ésta nunca es arbitraria. Se reprime aquello que duele o que no puede ser elaborado, de ahí que tendamos a metaforizarlo para establecer una salubridad homeostática.


No soñamos para disfrutar (pese a que a menudo disfrutemos de los sueños). Tampoco soñamos para realizar descargas neurales (que evidentemente se producen durante las horas de sueño). ¿Y si le devolvemos la razón a Freud y pensamos en el proceso onírico como una válvula de escape de nuestro inconsciente, al fin libre después de un agotador día lidiando entre lo correcto y lo censurable? ¿Y si el sueño se dibuja como el único campo de juego de unos sentimientos siempre amordazados durante la vigilia?

No obstante gran parte del proceso nocturno ha de ser posteriormente encriptado. Es el soñante quien *codifica* la información. Es el soñante quien *elige* el método. Y, finalmente, coronando un proceso especialmente paradójico, el material no es codificado para que *nadie* acceda a él (como sería lógico durante la vigilia), sino para que *el propio sujeto* no comprenda qué puso en juego la noche anterior. Material peligroso. Material tan poco maleable que sólo puede surgir por las noches, bajo el amparo de un descuido de la consciencia.

Si he conseguido transmitir la peligrosidad de la mercancía que a menudo guardamos en los cajones de nuestro inconsciente, es a partir de ahí que el lector entenderá por qué se recurre al fenómeno de la represión, así como la celeridad con que decae la huella mnémica del propio sueño, que parecía tan conexo a las dos de la madrugada y que se desdibuja con pasmosa rapidez durante las primeras horas de la mañana.

De ahí que tan a menudo se encomie a la figura del analista por su *don* para la interpretación, justo ahí donde el paciente no acertaba a ver más que meros datos inconexos.

Poco sabe el sujeto que la mejor técnica para interpretar un sueño es *no ser el soñante*.



Valencia. Febrero del 2002.

Este documento tiene su origen en la página web del autor: <http://psicoblog-gfs.blogspot.com>.
Para más información o contacto: gfsantamaria@gmail.com