El inconsciente

Una historia cultural de Hipócrates a Philip K. Dick y más allá

Antonio Melechi

bauplan

Índice

PRÓLOGO
El espejo y el antifaz 9

ESCUELA NOCTURNA
La filosofía de los sueños 25

CASTILLOS DE INDOLENCIA
Las fronteras del sueño 61

OPERACIÓN TRANCE
Del mesmerismo al control mental 93

OTRAS FORMAS DE CONOCER
Instintos e intuiciones 133

REVISIÓN INFINITA
Memoria y olvido 173

HOMO REPETITUS
Del hábito a la automaticidad 209

EL YO ESCINDIDO
Perspectivas clínicas y experimentales 245

LA MENTE EN EXPANSIÓN
Ciencia y religión *new age* 279

EPÍLOGO 313

BIBLIOGRAFÍA 319

Prólogo

EL ESPEJO Y EL ANTIFAZ

La historia del inconsciente se abre paso a través de una multitud de disciplinas y espacios sociales, un bullicio de voces expertas y aficionadas. Más allá de la filosofía, el psicoanálisis y las humanidades, esta vasta historia del yo oculto alberga autoexperimentos, cartas, ficciones, espiritualidad *New Age*, leyendas urbanas, testimonios judiciales y exaltación comercial.

Bajo la rúbrica conceptual del «inconsciente» encontramos una babel de confusión y controversia. Para algunos, el inconsciente es el motor secreto de la mente, la imparable rueca en la que pensamientos y acciones se entretejen hasta formar una segunda naturaleza; para otros, es la caja negra en la que se depositan nuestras ideas y percepciones, el autor invisible de decisiones aparentemente conscientes, un refugio para deseos proscritos y recuerdos traumáticos, un manantial de revelaciones creativas y colapsos mentales o el cableado interno de la adaptación humana y el aprendizaje evolutivo. Mientras ciertos psicólogos contemporáneos niegan la existencia del inconsciente, las industrias de la autoayuda y la psicología pop prometen desbloquear todos sus poderes.

Esta historia polémica y proteica ha engendrado un bestiario de términos contradictorios. ¿*Inconsciente* o *preconsciente*? ¿*Subconsciente* o *no consciente*? ¿*Subliminal* o *disociado*? ¿*Automático* o *implícito*? Si bien este léxico ampliado es, en parte, consecuencia de la especialización y la delimitación que se intensificó en las últimas décadas del siglo XIX —período en el que la neurología se separó de la psiquiatría y en el que la psicología renunció a sus antecedentes filosóficos—, también refleja la enorme diversidad de fenómenos mentales que ofrecen algún tipo de acceso a la actividad inconsciente, o indicios de lo que los investigadores recientes han tomado como evidencia de mecanismos adaptativos para la orientación del comportamiento y el «pensamiento sin pensamiento». Como reconoció el psicólogo y filósofo William James en *Las variedades de la experiencia religiosa*, un catálogo «de lo latente y desapercibido» podría incluir razonablemente

> todos nuestros recuerdos momentáneamente inactivos, y [...] nuestras pasiones, impulsos, placeres, disgustos y prejuicios oscuramente motivados. Nuestras suposiciones, hipótesis, ideas, supersticiones, persuasiones, convicciones y, en general, todo lo que son operaciones no racionales. [...] Nuestros sueños y [...] experiencias místicas, y todos nuestros automatismos sensoriales o motores; nuestra vida en condiciones hipnóticas, [...] nuestras alucinaciones, ideas fijas y accidentes histéricos.[1]

Que fenómenos tan diversos hayan acabado encontrando un hogar en la *wunderkammer* del inconsciente sigue siendo un tema de discusión entre numerosas escuelas psicológicas. A menudo se aduce que usar el término como sustantivo en vez de como adjetivo disminuye su alcance, alimentando el mito de que la mente alberga una inteligencia secundaria y

---

1 William James, *Las variedades de la experiencia religiosa*, Barcelona, Península, 1986, p. 361. Traducción de J. F. Yvars.

autónoma o una personalidad escondida. Estas reservas son comprensibles, pero al historiador de las ideas le interesa precisamente esa naturaleza errática. No se puede eludir el hecho de que el del inconsciente es un concepto dilatado, difuso y notoriamente impreciso. Dedicado al servicio de principios y credos que llevan la marca de la pseudociencia, con demasiada frecuencia se ha usado como un hiperbólico eslogan publicitario o se le ha atribuido un alcance explicativo injustificado sobre el pensamiento y la acción de los seres humanos. Ninguna teoría del inconsciente —freudiana, cognitiva, evolutiva, conductista o neurológica— está libre de artificios experimentales o lagunas en el razonamiento.

Tal y como la registra esta antología, la historia del inconsciente refleja su condición caleidoscópica y cambiante, dando cabida a filósofos, teóricos y comentaristas cuyas visiones nos llevan mucho más allá del drama freudiano de la represión y la alienación psíquica. Este amplio tapiz abarca la antigua teoría de los sueños, reflexiones medievales sobre el sonambulismo y los estados de fuga, estudios clínicos modernos sobre el trance y los automatismos y debates contemporáneos acerca de la naturaleza del instinto y el libre albedrío. Conceptualmente, el inconsciente se revela como un sempiterno pararrayos de discusiones y controversias filosóficas. Las cuestiones que ha iluminado continúan siendo fundamentales para nuestra comprensión de los tenues hilos que nos conectan con nuestros pensamientos y sentimientos, con nuestras motivaciones y nuestra memoria. Hacer preguntas sobre el inconsciente es como poner frente al espejo los aspectos más vastos y oscuros de la vida mental.

★

Esta antología empieza en el portal más directo a nuestro inconsciente: los sueños. Desde Mesopotamia hasta Egipto, Grecia y Roma, las cunas de la civilización construyeron religiones prácticas que buscaban guía y sanación a través de los sueños; la investigación occidental *ante litteram* del incons-

ciente comienza, en gran medida, como contrapunto de esta inversión sobrenatural en el sueño como profecía. Ya en los escritos de Aristóteles y Demócrito nos topamos con las primeras deliberaciones formales sobre los orígenes físicos y el significado personal del estado onírico.

Dejando de lado el hecho de que dedicamos hasta un tercio de nuestra vida a dormir —alternando entre la intensa actividad mental del sueño REM y las fases de reposo del sueño no REM (NREM)—, podría existir otra razón para dar prioridad cronológica a los misterios de la mente en reposo. Al examinar las primeras evidencias arqueológicas de la creación de herramientas y marcas humanas, los psicólogos evolutivos han señalado que el desarrollo del lenguaje y la tecnología se produjo en paralelo a los cambios en los patrones de sueño. Entre el 70.000 y el 40.000 a. C., nuestros primeros antepasados pasaron del sueño polifásico —varios ciclos de descanso y actividad a lo largo de un periodo de veinticuatro horas— al sueño monofásico —descansar por la noche y permanecer despiertos durante el día—. La adaptación fue lenta y dispar, y su efecto principal fue la sincronización temporal de los grupos sociales. Pero el aumento de los sueños REM también contribuyó plausiblemente a potenciar la capacidad de aprendizaje, consolidar los recuerdos, desarrollar la inteligencia social y estimular la proyección mental. Los sueños pueden ser intrínsecamente insignificantes o no; sin duda, el acto de soñar no lo es.

Aunque el discurso cristianizado y platónico sobre el *alma* siguió siendo predominante en toda Europa casi dos milenios después de Aristóteles, el pensamiento psicológico sobre la automaticidad, la alteridad mental y la conciencia escindida fue surgiendo en inesperados rincones. Ya en el siglo IV, San Agustín se preguntaba en sus *Confesiones* si debería considerarse a sí mismo el autor de sus pensamientos oníricos. San Agustín, el primer psicólogo introspectivo del catolicismo, observó con perspicacia su incapacidad para comprender todo lo que realmente era, maravillándose ante los instintos e impulsos contradictorios que saboteaban sus mejores intenciones.

ESCUELA NOCTURNA

La filosofía de los sueños

«Los despiertos comparten un mismo mundo —dijo Heráclito— pero los dormidos se retiran cada uno al suyo propio».[1] La observación de Heráclito sobre la naturaleza solipsista del sueño podría parecernos una trivialidad psicológica —al fin y al cabo, ¿hay algo más íntimo que los pensamientos que nos visitan sin invitación previa cuando tenemos los ojos cerrados, el cuerpo paralizado y la mente impermeable a sensaciones externas?—, pero la historia de la psique onírica no es en absoluto un asunto privado o subjetivo. Tras la aparente extravagancia e incongruencia de los sueños yace un misterio común, un enigma que ha cautivado a un cortejo de adivinos, filósofos y científicos que nos conduce desde el crisol mágico del antiguo templo hasta la cuna electrificada de los laboratorios modernos.

Los sueños gozaban de una posición más relevante en la civilización griega que en la romana. En cientos de templos y lugares sagrados de la Grecia urbana y rural, los sueños de la gente eran considerados un obsequio de los dioses. A través de

---

1 Heráclito, citado según John Burnet, *Early Greek Philosophy*, Londres, Adam & Charles Black, 1908, p. 153.

ellos, los débiles y enfermos podían recuperar la salud o recibir prescripciones sacerdotales acordes a la naturaleza de los sueños que relataban. El ritual de la incubación onírica constituía, en cualquier caso, una experiencia profundamente emotiva y transformadora, definida con razón como una forma de psicoanálisis primitivo. «La piel se erizaba; se lloraba de tristeza y felicidad; el corazón se hinchaba, pero sin arrogancia», escribió Elio Arístides tras su adscripción al culto de Asclepio.[2]

Mucho antes, Aristóteles había afirmado que los sueños no poseían ningún significado divino. Médicos seculares como Hipócrates o Galeno se hicieron eco de sus palabras, interpretándolos como respuesta somática de la salud, normalmente causada por un desequilibrio de los humores. Sin embargo, en la cultura popular los sueños se valoraban sobre todo por su carácter profético. Gran parte de lo que sabemos sobre la interpretación de los sueños en la Antigüedad proviene de la obra de Artemidoro de Éfeso, un adivino profesional del siglo II.

La *Interpretación de los sueños* de Artemidoro, la única obra conservada sobre la interpretación de los sueños en la Antigüedad, pretendía defender el arte de la adivinación onírica —una práctica que ya había caído en gran descrédito, debido sobre todo a su asociación con los charlatanes del mercado—, al tiempo que ofrecía instrucciones prácticas para descifrar cientos de elementos alegóricos que suelen aparecer en los sueños, en particular los relacionados con el nacimiento y la muerte, los dioses, el sexo, los esclavos, la flora y la fauna, la comida y la bebida. Muchos de sus colegas adivinos, argumentaba Artemidoro, habían comprendido que solo una clase de sueños, los *oneroi*, tenía ascendencia sobrenatural; muy pocos apreciaban que el simbolismo de esos sueños pudiera ser un obsequio de los dioses o derivarse de los propios poderes proféticos de la mente. Por ello, la tarea de la interpretación requería un conocimiento de los antecedentes, la

2 Citado por Norman Mackenzie, *Dreams and Dreaming,* Londres, Aldus Books, 1965, p. 45.

condición social y la profesión de la persona, así como de su salud física y mental. Para comprender el sueño, para determinar de qué manera podría ser ominoso o auspicioso, había que conocer al soñador.

Aunque el libro de Artemidoro iba a seguir siendo un referente para casi todas las obras posteriores sobre la interpretación onírica, el creciente escepticismo hacia lo profético de los sueños suscitó un interés mucho mayor por su valor como espejo empañado de los pensamientos de la vida cotidiana. A partir de finales de la Edad Media, la escolástica, siguiendo a Aristóteles en su vinculación del *somnium* con el estado físico y psicológico del soñador, comenzó a despotricar contra los «augurios mentirosos» y los «sueños falaces». Poco después, el alquimista y filósofo suizo Paracelso fue aún más lejos: «lo que el sueño enseña —escribió— es la sombra de la sabiduría que existe en el hombre, aunque durante el estado de vigilia no sepa nada de ella».[3]

Durante los siglos XVIII y XIX, las teorías sobre los sueños se multiplicaron, abarcando nuevas disciplinas. Además de proclamarse como fuente de autoconocimiento, la actividad onírica pasó a considerarse un lenguaje universal, un equivalente de la locura o un resultado aleatorio de la química cerebral durante el descanso nocturno. Sin embargo, quizás las ideas más reveladoras provinieron de investigadores franceses como Alfred Maury y el marqués Hervey de Saint-Denys, que estudiaron de forma independiente el mundo interior de los sueños mediante la autoexperimentación, registrando minuciosamente la capacidad de la mente onírica para revivir recuerdos largo tiempo olvidados, construir escenas y paisajes completos a partir de simples imágenes hipnagógicas y, lo más curioso de todo, someterse al control consciente.

Aunque Freud conocía el trabajo de Maury, Saint-Denys y otros teóricos cuando escribió *La interpretación de los sueños*, afirmó no haber encontrado en sus investigaciones nada de valor «científico»; pensaba que todos sus predecesores se habían deja-

3 Ibid., p. 72.

do engatusar por el contenido manifiesto del sueño. Para Freud, una vez desentrañado mediante la libre asociación, el sueño se revelaría siempre como un deseo reprimido disfrazado, un caballo de Troya que atravesaba el baluarte de la defensa del yo.

En 1939, cuando Freud muere, su inquebrantable insistencia en que los sueños eran la «*via regia*» hacia el inconsciente ya se había popularizado ampliamente. Además de convertirse en la piedra angular de la práctica psicoanalítica, la noción del sueño como deseo reprimido fue acogida por psicólogos, antropólogos, surrealistas y directores de Hollywood. Pero una nueva ciencia del sueño estaba a punto de surgir, una ciencia que se articulaba en torno al electroencefalógrafo, un instrumento que permitía a los investigadores levantar el velo del sueño y registrar en tiempo real la actividad eléctrica subyacente del estado onírico.

Para empezar, esta ciencia no disponía de los medios necesarios para aportar pistas significativas sobre la naturaleza mental o física de los sueños. La actividad cerebral general, medida mediante el electroencefalógrafo, permitía determinar objetivamente si una persona estaba despierta, en sueño profundo o bajo anestesia, pero la actividad eléctrica generada durante el estado onírico parecía casi idéntica a la observada en la vigilia. El movimiento ocular rápido era el único indicio inequívoco de que el dormido estaba soñando.

A medida que los laboratorios del sueño iban incorporando nuevas tecnologías, los psiquiatras de la Facultad de Medicina de Harvard John A. Hobson y Robert McCarley lograron localizar un grupo de células «activadoras REM» en el prosencéfalo. Según su hipótesis, la movilización de estas células era la responsable de una actividad neuronal aleatoria que la mente intentaba ensamblar para formar la narrativa improvisada del sueño. «Soñar ya no es un misterio», proclamó Hobson, reproduciendo la audacia con la que Freud planteó su igualmente exagerada teoría de los sueños.[4]

---

4 John A. Hobson, *Dream Life: An Experimental Memoir*, Cambridge, MIT Press, 2011, p. 151.

El llamado «modelo de activación y síntesis» de los sueños aportó sin duda una importante corrección al enfoque psicodinámico que Freud había iniciado, pero sus limitaciones y deficiencias también eran evidentes. ¿Era siempre la característica psicológica distintiva de los sueños su naturaleza «extraña» y «efímera»? ¿Se restringían los sueños al descanso en fase NREM? Si los sueños tenían una función adaptativa, ¿por qué debía esta reducirse a preparar al soñador para la conciencia de vigilia?

Todas estas preguntas sugerían que ninguna teoría o perspectiva aislada podía aspirar a abarcar la naturaleza vasta y polifacética de los sueños, lo que tal vez explique por qué Aristóteles, más de dos mil años antes, había calificado el debate sobre cualquiera de los atributos relacionados con el sueño como un asunto «oscuro e impreciso».[5]

★

El médico griego Hipócrates (460-370 a. C.), considerado a menudo el padre de la medicina occidental, utilizaba los sueños de sus pacientes como orientación para el diagnóstico y el pronóstico.

Hipócrates
Sobre la dieta (400 a. C.)

Todos los sueños que durante la noche reproducen las acciones diurnas del individuo, o sus intenciones, que se le presentan como fueron hechas o pensadas durante el día, a propósito de un asunto digno, esos son buenos para el individuo. Pues indican salud, ya que el alma persiste en sus proyectos diurnos, sin estar dominada por la repleción ni por la vaciedad

---

5 Aristóteles, «Partes de los animales» en *Partes de los animales. Marcha de los animales. Movimiento de los animales,* Madrid, Gredos, 2008, p. 53. Traducción de Elvira Jiménez Sánchez-Escariche.

ni por ningún otro impedimento llegado del exterior. Pero cuando los ensueños se enfrentan a las acciones del día y se presenta entre ellos una batalla o disputa, eso indica una perturbación en el cuerpo. Y si es fuerte, un daño fuerte, y si es floja, uno más débil. Sobre si entonces conviene renunciar a la acción o si no, no lo juzgo. Pero aconsejo que se cuide el cuerpo. Pues se ha producido, a partir de una repleción existente, una secreción, y ha perturbado el alma.

Con que, si lo que la obstaculiza es fuerte, conviene provocar un vómito y acudir durante cinco días a alimentos ligeros y recurrir a los paseos matutinos, muchos y rápidos, de acuerdo con una gradación, y practicar ejercicios gimnásticos proporcionados al gradual aumento de los alimentos. Si lo que se opone es más débil, suprímase el vómito y un tercio de los alimentos; y auméntese gradualmente y poco a poco estos otra vez a lo largo de cinco días. Además, insistir en los paseos y practicar los ejercicios de la voz, y rogar a los dioses, y la perturbación pasará.[6]

Tras su traducción al latín en 1518, La interpretación de los sueños *de Artemidoro desencadenó una oleada de guías y manuales sobre el ocultismo de los sueños, marcando el desarrollo posterior de las interpretaciones oníricas y alimentando durante siglos la fascinación por los sueños como símbolos cargados de conocimiento oculto. En este pasaje Artemidoro analiza una de las experiencias oníricas más comunes y desconcertantes.*

Artemidoro
La interpretación de los sueños (s. II d. C.)

La interpretación de los sueños en lo relativo a los dientes, que se presta a un análisis pormenorizado, ha sido muy poco

6 Hipócrates, «Sobre la dieta» en *Tratados hipocráticos* (III), Madrid, Gredos, 1986, pp. 107-108. Traducción de Carlos García Gual.

estudiada por los onirocríticos de nuestro tiempo, a pesar de que Aristandro de Telmeso determinó sus fundamentos de una manera amplia y excelente. La teoría es como sigue: los dientes de arriba indican las personas más importantes y relevantes de la casa de quien ha tenido el sueño; los de abajo, las de rango inferior. En realidad, es preciso establecer una comparación entre la boca y una vivienda. Los dientes se corresponden con sus moradores: los de la derecha equivalen a los hombres, los de la izquierda a las mujeres, salvo algunas excepciones, como, por ejemplo, el de un proxeneta que sólo alberga mujeres y un campesino que únicamente tiene trato con varones. En este caso, el lado diestro indica a los de más edad de uno y otro sexo, y el siniestro a los más jóvenes indistintamente. Los llamados incisivos, esto es, los dientes de delante, representan a los adolescentes, los caninos a los de mediana edad y los molares a los viejos. Según el tipo de dientes que se pierda, se verá el sujeto privado de la persona correspondiente.

Mas como los dientes no simbolizan tan sólo a los seres humanos, sino también los objetos, conviene saber que los molares equivalen a los bienes preciosos, los caninos a las posesiones de menor estima y los incisivos a los enseres de la casa. Lógicamente, la caída de cada uno de estos anuncia la pérdida de las cosas relativas a esta categoría.

Además, los dientes también ofrecen una vinculación con funciones vitales. Los molares aluden a aquellas que son secretas y de las que no se habla; los caninos, a las que no son visibles a muchos, y los incisivos, a las que se hacen a las claras, y a las que se realizan a través de la voz y de la palabra. Por consiguiente, la pérdida de los dientes supone en cada caso un obstáculo a las actividades correspondientes.[7]

---

7 Artemidoro, *La interpretación de los sueños,* Madrid, Gredos, 1989, pp. 115-116. Traducción de Elisa Ruiz García.