

¿Qué dicen de tus sueños?

LOURDES QUIROZ*
MARINA AYO**

¿Por qué el tema de los sueños en una revista sobre educación?, ¿será posible que el tema de los sueños esté relacionado con procesos educativos? además ¿dicen algo de mí, es decir, los sueños pueden ser algo más que consecuencia de desórdenes estomacales?

Trataremos de acercarnos a dar respuesta a los anteriores cuestionamientos, empezando por una concepción de educación que compartimos:

Educación consiste en hacer aparecer las múltiples posibilidades que existen en un individuo o en un grupo social... se puede decir que la finalidad de la cultura y de la educación puede presentarse como una finalidad de desarrollo de las comunicaciones interpersonales en el seno de una sociedad, entendiéndose que no es posible desarrollar esas comunicaciones interpersonales si no se desarrollan en cada individuo sus comunicaciones interiores.¹

Detrás de la anterior concepción de educación podemos encontrar una visión que incluye el desarrollo de las diferentes dimensiones humanas, que no limita lo educativo solamente a la dimensión intelectual aunque tampoco la excluye; va más allá, toma en cuenta como punto de partida para la interacción el desarrollo de las comunicaciones interiores. En el trabajo con sueños privilegiamos la comunicación intrapersonal como base para lograr mayor integración de la personalidad, asimismo, resulta sumamente importante que el soñante sea capaz de sim-

bolizar sus procesos internos, como lo son las sensaciones y los sentimientos.

Por otra parte, Paulo Freire, al referirse a los desafíos de la educación de adultos expresa:

Me parece demasiado obvio que la educación que necesitamos, capaz de formar a personas críticas, de raciocinio rápido, con sentido del riesgo, curiosas, indagadoras, no puede ser la que ejercita la memorización mecánica de los educandos, la que “entrena”, en lugar de formar. No puede ser la que “deposita” contenidos en la cabeza “vacía” de los educandos sino que, por el contrario, los desafía a pensar... una educación en la que la libertad de crear sea viable tiene necesariamente que estimular la superación del miedo a la aventura responsable.²

En este sentido, la atención en los sueños y el abordaje desde la gestalt, básicamente experiencial, nos permite acceder al significado de lo alógico y lo no lineal. De este modo, el educando no es solamente un “receptor” o memorizador de datos, cifras e ideas sino un campo fértil y sorprendente de relaciones, símbolos y creaciones personales únicas. De tal manera que el educando tiene acceso vivencial a su propio potencial creativo que cada noche desarrolla historias no sólo significativas e integradoras sino también artísticamente integradoras, llenas de conexiones sorprendentes con mensajes de crítica social y personal. Tiene acceso también, a ese mundo de su propia creación que lo prepara

* Es maestra en desarrollo humano y psicoterapeuta gestalt con especialidad en trabajo de sueños; cursó el diplomado en PNL y tiene estudios en psicología jungiana.

** Estudió la licenciatura en comunicación con especialidad en opinión pública; es maestra en desarrollo humano y psicoterapeuta gestalt con especialidad en trabajo de sueños.

Ambas autoras agradecen la colaboración de Bertha Alicia Aguilar y Martha Suárez Navarro.

para el tipo de educación señalado por Freire, en oposición a la mera instrucción o transmisión de contenidos en cabezas “vacías”.³

Lo anterior no significa que el educador tenga que analizar los sueños de sus alumnos, en realidad nuestra propuesta implica que tanto éste como el educando atiendan a ese mundo onírico en su función no solamente integradora de la personalidad sino creativa, crítica, curiosa y finalmente formativa. Proponemos que la creatividad, lo misterioso, lo ilógico y lo intuitivo, tengan cabida en el proceso educativo.

Reseña histórica de la interpretación de los sueños

Los sueños nos permiten tener acceso a esa parte oculta y misteriosa que habita en nuestro inconsciente, esa parte que la interacción con los demás no nos presenta y que emerge cuando dormimos.

¿Qué dicen de ti tus sueños? La capacidad de preguntarnos sobre aquello que nos intriga es el punto de partida para la sabiduría, lamentablemente en los últimos tiempos se ha dado más importancia a saber responder que a preguntar, pareciera que quien pregunta demuestra ignorancia, y que demostrar que nada o casi nada nos puede sorprender es sinónimo de tener respuestas. Esta actitud es tal vez la razón principal por la que uno de los fenómenos más asombrosos de la vida —los sueños— provoca en nosotros tan poca admiración y tan poca curiosidad; y es que a medida que vamos creciendo, perdemos la capacidad de sorprendernos. Hasta los niños rara vez se sorprenden, o al menos tratan de no demostrarlo. Esta es una gran pérdida que afecta todas las áreas de nuestra vida.

“Freud llamó a los sueños la Vía Regia, el camino real hacia el inconsciente, yo creo que es el camino real hacia la integración” expresa Perls.⁴ En ese sentido, si queremos atender a la persona en su totalidad será importante tomar en cuenta también los procesos intrapersonales para aportar a ese proceso de integración que implica el convertirse en persona.

A lo largo de la historia la inquietud por conocer los significados de los sueños ha estado presente y se ha tratado desde diferentes perspectivas. Presentamos aquí algunos enfoques que consideramos serios, ya que el tema también se ha prestado a charlatanerías, como algunas interpretaciones que a veces escuchamos en algún programa de radio o de televisión donde con frecuencia se responde de manera muy superficial y con pocos fundamentos teóricos.

Para empezar podemos afirmar que soñar es inevitable ya que se ha demostrado científicamente a través de registros electroencefalográficos que todos tenemos un promedio de cuatro a seis sueños diariamente.⁵ También es un hecho que algunas personas no recuerdan sus sueños (de alguna manera podemos evitar el recordar lo que soñamos), de acuerdo con Fromm, debido a una actitud de desvaloración respecto al hecho inevitable de soñar.

Por otra parte, si hacemos una revisión histórica de la interpretación onírica encontraremos que la reciente controversia sobre el significado de los sueños contiene una discusión que se extiende desde hace por lo menos tres mil años. En la antigüedad los mitos y los sueños figuraban entre las más significativas expresiones mentales, no entenderlas equivalía a la ignorancia; en el concepto de la civilización moderna, los sueños fueron considerados como tonterías. Sin embargo, en estas últimas décadas se produjo un profundo cambio de actitud hacia los mitos y los sueños, estimulado en gran parte por la obra de Sigmund Freud, quien instituyó el campo de investigación del inconsciente, a partir de ellos.

También podemos encontrar intentos de interpretar los sueños en diferentes culturas, desde el hombre primitivo hasta en libros sagrados como la Biblia,⁶ en donde encontramos, por ejemplo, el sueño de Adán citado en el Génesis 2,21-25 en el que: “Adán es sumido en un profundo sueño; de su costado Dios forma a la mujer; la cual al despertar Adán es reconocida por éste como carne de su carne y hueso de sus huesos”. Así, la transformación de “costilla de

Adán” en un ser diferenciado y separado, se da a partir del dormir. El común denominador de los sueños bíblicos es la sabiduría que emerge de ellos, la visión de los sueños en la tradición judeocristiana, nos habla de la enorme importancia que tienen los sueños como una fuente de sabiduría que va más allá de nuestra comprensión racional.

¿Qué dicen de ti tus sueños?

¿Qué dicen de ti tus sueños? Para Fromm los sueños, tanto como las visiones, son medios privilegiados de comunicación de lo divino, así como de la divinidad misma con el ser humano en situaciones concretas, muchas de ellas cruciales tanto para el soñante como para su entorno familiar, político y social.

A partir de la visión bíblica y hasta 1900, los sueños fueron campo de atención limitado o nulo para los estudiosos, quienes veían con desconfianza a quienes se interesaban en ellos, y como motivo de manipulación de brujos, adivinos o mediums. Sigmund Freud se arriesgó al ridículo y a la burla de la comunidad científica de la época, al tomarlos como fuente de investigación.

Cuando dormimos pasamos a otra forma de existencia. Soñamos, inventamos historias que nunca han ocurrido y que a veces ni siquiera tienen precedentes en la realidad. Unas veces somos héroes, otras villanos, etcétera, pero cualquiera que sea el papel que desempeñemos en el sueño, somos sus creadores, el sueño es nuestro, nosotros inventamos su trama.

Fromm postula que la interpretación de los sueños es vital para lograr la salud de una persona neurótica, afirma además que el lenguaje que toda la humanidad domina sin saber, es el lenguaje simbólico, que aparece de forma privilegiada en los sueños.

Casi todos nuestros sueños tienen una característica común: no siguen las leyes de la lógica que rige nuestro pensamiento cuando estamos despiertos. Vemos vivas a personas que han muerto, inventamos a otras; los significados de las cosas y los lugares cambian. Creamos en nuestros sueños un mundo en el que el tiempo

y el espacio, que limitan todas las actividades de nuestro cuerpo, carecen de poder.

La utilización de los sueños en el quehacer terapéutico tiene su inicio formal a partir de los trabajos de Sigmund Freud (1856-1939), hace apenas algo más de cien años. En su libro, *La interpretación de los sueños* sentó las bases de la psicología moderna, así como el estudio científico de los sueños. Inicia recapitulando la literatura sobre el tema, sobre todo a partir de Aristóteles y Artemidoro de Dalcis.⁷

Freud decide en un principio tomar sus propios sueños como material de estudio, aunque tenga que dominar sus resistencias interiores como la aversión a comunicar intimidades de su vida anímica y el temor a que extraños la interpretasen equivocadamente, ya que consideraba que los sueños de sus pacientes no provenían de personas normales sino neuróticas. Así, asume el riesgo salvaguardando sólo lo indispensable para no interferir con la investigación, y al mismo tiempo mantiene la confidencialidad de los personajes que aparecen en ellos. Como resultado de este análisis, Freud estableció una teoría muy completa sobre qué son los sueños y cómo usarlos para devolver la salud, sobre todo en casos de fobias histéricas y representaciones obsesivas, que eran los más comunes en su práctica.

Asegura este autor que es posible interpretar los sueños penosos como realizaciones de deseos. Toda persona abriga deseos que no quisiera comunicar a los demás, y otros que ni aun quisiera confesarse a sí misma: “El sueño es la realización disfrazada de un deseo reprimido”,⁸ podría ser otra respuesta a la pregunta inicial de este artículo.

Los sueños son susceptibles de recuerdo y, aunque con frecuencia no se recuerdan o se hace de manera incompleta, algunos sueños muestran una extraordinaria adherencia a la memoria, con lujo de detalles, incluso muchos años más tarde de haberlos tenido.

En la motivación del olvido de los sueños intervienen, ante todo, aquellos factores que provocan un idéntico efecto en la vida despierta, por ejemplo: la intensidad o debilidad de una imagen y la repetición o no de la misma.

“El sueño es la realización disfrazada de un deseo reprimido”

El sueño es posiblemente la expresión más espontánea del ser humano, una obra de arte de nuestra vida que nosotros cincelamos

Aún más importante es el hecho de que los sueños se puedan asociar y logren una conexión ordenada que les de sentido, o que se relacionen con acontecimientos de la vida consciente. Tal vez la causa principal del olvido se deba al escaso interés que concede la persona a sus sueños.

Aun cuando el sueño es resultado de la propia actividad anímica, se experimenta como algo ajeno al yo. Lo característico del sueño es predominantemente representado por imágenes sensoriales y no por conceptos. Otra forma en que el sueño se desvía de la vida despierta es que dramatiza una idea y, en general, se percibe como experiencia, no como pensamiento. Es decir, al soñar se tiene la creencia de que son verdaderas las imágenes oníricas y se viven como objetivas, es sólo al despertar que juzgamos como falso su contenido por no tener que ver con el mundo exterior, al que oponemos nuestro yo.

Así, Freud afirma que el valor teórico del estudio de los sueños consiste en sus aportaciones al conocimiento psicológico y a la comprensión de la psiconeurosis.⁹ Es impresionante la cantidad de información, la complejidad y la profundidad con la que Freud estudió los sueños. Su aportación al estudio de los sueños y la importancia de los mismos para la salud psíquica, todavía, cien años después, despiertan asombro y respeto.

Por regla general, el aspecto inconsciente de cualquier suceso se nos revela en sueños, donde aparece, no como pensamiento racional sino como imagen simbólica. Quien niegue la existencia del inconsciente, dice Jung, supone que nuestro conocimiento actual de la psique es completo, y esta creencia es tan falsa como la suposición de que sabemos todo lo que hay que saber acerca del universo. Nuestra psique es parte de nuestra naturaleza y nuestro desconocimiento sobre ella, enorme enigma, por tanto no podemos definir ni la psique ni la naturaleza; sólo podemos afirmar lo que creemos que son y describir, lo mejor que podamos, cómo funcionan.

Jung llegó a la conclusión de que para interpretar un sueño debería utilizarse el material que forma parte clara y visible de él. El sueño tiene su propia limitación, su misma forma es-

pecífica nos dice qué le pertenece y qué nos aleja de él. Trabajar en torno a la descripción del sueño y desentenderse de todo intento que haga el soñante para desprenderse de él, es la forma que Jung utiliza para el análisis del sueño: "Una y otra vez en mi labor profesional, he tenido que repetir estas palabras: volvamos a su sueño. ¿Qué dice el sueño?"

Los sueños resultan el material más básico y accesible si se desea investigar la facultad del hombre para crear símbolos, dice Jung, y propone lo siguiente:

- Primero: el sueño ha de tratarse como un hecho acerca del cual no deben hacerse suposiciones previas, salvo que, en cierto modo, el sueño tenga sentido.
- Segundo: el sueño es una expresión específica del inconsciente.¹⁰

Para este autor la vida onírica es el suelo desde el cual se desarrolla originariamente la mayoría de los símbolos. Por desgracia los sueños son difíciles de entender, el sueño no se parece en nada a una historia contada por la mente consciente. En la vida diaria se piensa lo que se desea decir, se escogen las formas más eficaces para decirlo y se intenta que los comentarios tengan coherencia lógica. Sin embargo, los sueños tienen una estructura diferente, imágenes que parecen contradictorias y ridículas se apiñan sobre el soñante, se pierde el normal sentido del tiempo y las cosas corrientes asumen un aspecto fascinante o amenazador. Jung postula que la función general de los sueños es *intentar restablecer el equilibrio psicológico*.¹¹ Esto es lo que él llama el papel complementario (o compensador) de los sueños en la organización psíquica, lo que explica por qué gente que tiene ideas nada realistas o un concepto demasiado elevado de sí misma o que hace planes grandiosos y desproporcionados con sus verdaderas posibilidades, tiene sueños de volar o caer.

Advierte Jung que:

No podemos permitirnos ser ingenuos al tratar los sueños. Se originan en un espíritu que no es total-

mente humano sino más bien una bocanada de naturaleza, un espíritu de diosas bellas y generosas pero también crueles. Si queremos caracterizar ese espíritu, tendremos que acercarnos a él, en el ámbito de la mitología antigua o las fábulas de los bosques primitivos, más que en la conciencia del hombre moderno.¹²

La interpretación de los sueños y de los símbolos requiere inteligencia, creciente autovigilancia por parte de quien interprete y también de intuición y sensibilidad.

Jung utiliza imágenes de la mitología y la religión y permite que el soñante intervenga más activamente en el análisis, dándole más poder al soñante y cambiando de manera importante y sutil la labor del terapeuta, acercándola más a la visión humanista, que veremos en seguida.¹³

Los sueños desde el enfoque de la psicoterapia gestalt

¿Qué dicen de ti tus sueños? Para Federich Perls, uno de los iniciadores de la psicoterapia gestalt:

El sueño es un mensaje existencial. Es más que una situación inconclusa, es más que un deseo insatisfecho; es más que una profecía. Es un mensaje de uno mismo para uno mismo, sea cual sea la parte de uno que está escuchando.

Lo especial de la forma en que la gestalt trabaja con los sueños es que su enfoque de los recuerdos, las acciones físicas o los síntomas, es no interpretativo. Se consideran los sueños como un mensaje existencial que eventualmente puede ser entendido y, sin embargo, no se busca alcanzar tal comprensión revisándolo intelectualmente.

En este contexto, el comprender o entender un sueño se refiere a la experiencia directa de los contenidos del sueño, más que a una inferencia intelectual, de la misma manera que el percatarse es lo opuesto a una intromisión intelectual. Tanto en el trabajo de sueños como en otros aspectos de la terapia gestalt el camino de darse cuenta es permitir que la experiencia hable por sí misma en lugar de pensar acerca de

ella: entrar en el sueño, en lugar de traerlo a la mente. Así, es fundamental que el sueño no sólo sea recordado sino también traído de vuelta a la vida. Únicamente vivenciándolo podemos ganar conciencia de lo que pretende transmitir.

El sueño es posiblemente la expresión más espontánea del ser humano, una obra de arte de nuestra vida que nosotros cincelamos. Y cada parte, cada situación en el sueño, es una creación del soñador mismo. Por supuesto, algunos segmentos provienen de la memoria o de la realidad, pero la pregunta importante es ¿qué es lo que hace que el soñante elija esa parte específica? Ninguna elección en el sueño es coincidencia, cada aspecto del sueño es parte del soñador, pero una parte que hasta cierto punto es repudiada y proyectada hacia otros objetos.

¿Qué significa la proyección? Significa que hemos repudiado, alejado ciertas partes de nosotros mismos y las hemos sacado al mundo, en lugar de tenerlas disponibles como nuestro propio potencial. “Hemos vaciado en el mundo una parte de nosotros mismos, tenemos que usar técnicas especiales mediante las cuales podamos reasimilar esas experiencias”.¹⁴ Perls cree que los sueños son el gran camino para la integración de esas partes alienadas.

Trabajamos en torno al sueño aun en casos en los que la persona afirma que no tiene sueños, lo que en opinión de Perls significa que la persona no está dispuesta a enfrentarse a sus problemas existenciales. Un sueño es un mensaje existencial de aquella parte de la personalidad que está fallando y en el sueño se puede ver claramente cómo se eluden las cosas. Las personas que no quieren recordar sus sueños son personas fóbicas, y si se niegan a recordar sus sueños se están negando a encarar lo que está mal de su existencia, evitando enfrentar asuntos desagradables.

El sueño puede llevar a la comprensión del argumento de nuestra vida, de nuestro *karma*, de nuestro destino. Lo bello de todo esto es que cuando asumimos la responsabilidad del argumento de nuestra vida, de nuestros sueños, somos capaces de cambiar nuestro destino.

La terapia gestalt considera el sueño como una representación de nuestra existencia en el momento en que se manifiesta. Incluye el comportamiento en el aquí y el ahora; la totalidad de los elementos y acontecimientos que nos han llevado a ser lo que somos, cómo nos encontramos divididos en diferentes partes no integradas.

El sueño se conforma de distintos elementos, cada uno de los cuales representa una parte de nuestra personalidad. Así el trabajo de sueños tiene por objetivo integrar las partes alienadas o dispersas de nuestro ser, para ponernos de nuevo en contacto con su totalidad.

Los sueños recurrentes, y en especial las pesadillas repetitivas, son el resultado de una gestalt incompleta. El sueño es el intento que se hace una y otra vez de resolver un problema, de ahí que el sueño repetitivo cese cuando la persona comprende lo que le está transmitiendo.

Como verán ustedes, especialmente cuando tienen pesadillas, que son los verdaderos sueños de frustración propia y cuando se dejan de frustrar a sí mismos dejan de interferir con ustedes mismos, y entonces empiezan a florecer y a estar en contacto con el mundo y todo lo demás.¹⁵

En los sueños aparecen tanto los mensajes de las situaciones conflictivas, como los vacíos, las necesidades, las situaciones inconclusas y las partes desintegradas de la personalidad. Cualquier cosa que falte en el sueño, falta en la vida de la persona. El sueño señala directamente lo que se evita para estar completo.

La terapia gestalt no es un método analítico sino integrativo, y lo principal es, si trabajamos con sueños, no hacer interpretaciones ni juegos intelectuales. Perls considera que cualquier interpretación sería un error terapéutico, pues la interpretación es interferir en el camino del soñante.

En este tipo de terapia los sueños se trabajan a menudo como material proyectivo, sin embargo, no es la única modalidad. Los sueños también permiten descubrir el tipo de relaciones interpersonales que establece y los conflictos que mantiene la persona. La forma de trabajar los

sueños depende, en gran parte, de la personalidad o el estilo personal del soñante y del terapeuta. De este modo, quien trabaja el sueño descubrirá situaciones inconclusas, sentimientos o emociones expresadas incorrectamente a través del cuerpo, como tensiones corporales, de ahí la importancia del cuerpo en la psicoterapia gestalt.

Otra situación común que hay que atender es el momento en que un sueño es interrumpido. Es posible que esta interrupción sea una forma de evitar o no querer aceptar la situación que se daría si se siguiese soñando, por lo que es importante poner atención a eso y continuar con el "drama" del sueño para que nos muestre lo que estamos queriendo evitar, es decir, el punto fóbico. Algunas personas gustan de elaborar sus propios sueños. Háganlo con alguna otra persona al lado, "porque en las cercanías del punto enfermo, se volverán fóbicos", afirma Perls quien, aunque no desestima este proceder, si considera que se detiene en un nivel superficial.

Siempre pensamos en los sueños como en algo nocturno; de lo que no nos percatamos lo suficiente es de que dedicamos la vida entera a soñar con la gloria, con ser útiles y bondadosos o con cualquier cosa. A causa de la autofrustración el sueño se convierte, para muchos, en una pesadilla. La misión de todas las religiones profundas, en especial del budismo Zen, o de una buena terapia, es el Gran Despertar: el recobrar los sentidos propios, el despertar del sueño en el que uno está, sobre todo, en la pesadilla en la que uno está.¹⁶

Así, la mayor parte de nuestra lucha por la vida es pura fantasía. No queremos convertirnos en lo que somos. Queremos ser un concepto, una fantasía, aquello a lo que debiéramos parecer. Y este deseo se convierte en nuestro principal freno en el proceso de madurar y convertirnos en personas libres y responsables. Es por eso que las personas en proceso de integración tienen cada vez menos pesadillas.

En las pesadillas se encuentran intentos por tapar huecos de la personalidad, de lidiar directamente con situaciones inacabadas. Mientras más fragmentada sea la persona, más carácter

de pesadilla tendrán sus sueños. Siempre es buena idea mirar primero lo que se evita en el sueño, para después llenar los huecos, aclara Perls.

Este proceso terapéutico en la práctica gestáltica finaliza cuando la persona llega a poseer suficiente fortaleza como para lograr su propio crecimiento, cuando aprende a darse cuenta de dónde se sitúan sus propios vacíos existenciales, cuando es capaz de percibir cómo está siendo, más que percibirse como concepto estático.

Perls ejemplifica el trabajo de sueños de la siguiente forma: Un sueño es un fragmento de nuestra personalidad. Ahora bien, por fragmento entiendo esto: si tengo tres trozos de madera y los pongo juntos, para formar un triángulo, entonces el triángulo forma una gestalt, algo coherente. Ahora bien, si estos pedazos de madera se separan nuevamente, se fragmentan, está uno aquí y otro allá, por todas partes. Así es. Gran parte de nuestra personalidad está fragmentada. Se encuentra ahí, pero no está disponible, porque sus diferentes partes están separadas unas de otras.

El trabajo con los sueños desde una perspectiva humanista de la educación

Al ser los sueños un medio para lograr la comprensión del argumento de nuestra vida en términos de la psicoterapia gestalt; o un camino para restablecer el equilibrio psicológico en términos junguianos; o en palabras de Freud, la realización disfrazada de un deseo reprimido; los desafíos de la educación humanista para alcanzar y transformar los criterios de juicio, los valores determinantes, las líneas de pensamiento, las fuentes inspiradoras y los modelos de vida de la humanidad, desde una concepción que postule la centralidad de la persona; consideramos que convergen en una búsqueda común: la liberación del ser humano.

Freire en su obra póstuma *Pedagogía de la indignación*, al referirse a la educación y la esperanza expresa:

La experiencia existencial incorpora la vital y la supera. La existencia es la vida que se sabe como tal, que se reconoce finita, inacabada, que se mueve en el espacio-tiempo sometido a la intervención del mismo existente. Es la vida que se indaga, que se hace proyecto; es la capacidad de hablar de sí y de los otros que la circundan, de pronunciar el mundo, de desvelar, de revelar, de esconder verdades.¹⁷

La exploración de los sueños nos permite indagar en nuestra propia existencia desde la riqueza de los símbolos personales, nos permite hablar de nosotros y con esos otros que nos influyen y nos circundan. Como dice Freire, nos otorga la capacidad de hablar, de pronunciar el mundo, de desvelar, de revelar. Podemos afirmar a través de más de quince años de práctica educativa con los sueños desde el enfoque de la psicoterapia gestalt, que una de las grandes oportunidades que nos brinda el trabajar un sueño es la de descubrir las verdades que estaban inaccesibles a la conciencia.

Esas verdades nos permiten el acceso a la esperanza en el proceso educativo que, como dice Freire: “una cosa es la acción educativa de un educador desesperanzado y otra la práctica educativa de un educador que se funde en la interdisciplinariedad. El primero niega la esencia de su propia práctica, mientras que el segundo explicita cierta opción metodológica y epistemológica”.¹⁸ Así, el incluir la indagación sobre el significado de los sueños es una práctica educativa interdisciplinaria que tiene como uno de sus principales objetivos el promover la conciencia del estudiante sobre su estar-en-el-mundo.

Dice Freire que:

La matriz de esperanza es la misma de la educabilidad del ser humano: el inacabamiento de su ser del que se hizo consciente. Sería una agresiva contradicción que el ser humano, inacabado y consciente de su inacabamiento, no se insertase en un proceso permanente de búsqueda esperanzada. Este proceso es la educación.¹⁹

¿O es el trabajo de acceso al mensaje que nuestros sueños nos ofrecen? Fernández Dávalos en

La exploración de los sueños nos permite indagar en nuestra propia existencia desde la riqueza de los símbolos personales

su artículo “Nuevos paradigmas para una educación humanista” ofrece su visión sobre las características de una educación humanista para nuestro tiempo, y plantea tres postulados. Para él:

En primer lugar una educación humanista buscaría, pues, desarrollar en los educandos la capacidad de reflexión e indagación de fondo, la capacidad de asombro, de sorpresa ante nuestra propia realidad como personas, y pretendería lograr que se acepten los enigmas del mundo y de la existencia como propios. Conectaría directamente con la dimensión misteriosa y de sentido de la existencia humana.

En segundo lugar, una educación humanista no solo cultiva el desarrollo de la razón. Potencia, en cambio, capacidades no estrictamente racionales para percibir y transformar la realidad; ayuda a intuir, a recrearla, gozarla, adivinarla. Estas capacidades son en la vida tanto o más importantes que las racionales. Ahí están para atestiguarlo las teorías sobre la inteligencia múltiple, la filosofía zubiriana que habla de la “inteligencia sentiente” o de la sensibilidad inteligente y los hallazgos psicológicos sobre la parte derecha del cerebro. Una educación humanista debería llevar a despertar la sensibilidad e introducir al alumno en el mundo que habita la loca de la casa: la imaginación.

En tercer lugar, es necesario recordar que en el corazón de toda educación está planteada la pregunta por la ética, por los valores, por el destino del ser humano, por el ejercicio responsable de la libertad. No es posible hablar, pues, de educación humanista sin poner en juego el deseo, la fantasía, la reflexión profunda, la libertad y la utopía. Esto, por cuanto corresponde a la índole interna íntima del humanismo educativo.²⁰

Con un poco de paciencia podemos hacer una analogía casi perfecta entre los postulados planteados por Fernández Dávalos y lo que presentamos en nuestro trabajo sobre sueños. La aceptación de los enigmas del mundo y de la existencia como propios, el desarrollo de las capacidades de reflexión e indagación, de la imaginación aunada al intelecto y el ejercicio responsable de nuestra libertad, son postulados que compartimos quienes tenemos la fortuna de acompañar el descubrimiento de los sueños.

Comentario final

El ser humano desde el principio mismo de su existencia se manifiesta, es decir, empieza a existir gracias a otros, e inmerso en la realidad de otro que lo acoge y lo introduce a la cultura como un ser en relación. Es claro que la educación no se puede reducir a la sola transmisión de conocimientos, por el contrario, se reconoce como única vía para que el ser humano construya su propia transformación y, por ende, de la sociedad. La educación es la vía a través de la cual se transmite, se recrea, se reorganiza y transforma la cultura, de ahí su prioridad para el ser humano y su desarrollo. Según el planteamiento trabajado hasta aquí, la misión de los sueños frente a los procesos educativos sería permitir a los estudiantes hacer fructificar sus talentos y capacidades de creación, lo cuál implica que cada uno pueda responsabilizarse de sí mismo y realizar su proyecto personal.

Si retomamos la concepción de educación que presentamos al inicio, según la cual educar consiste en hacer aparecer las múltiples posibilidades que existen en un individuo o grupo social, encontraremos que al trabajar con el material onírico de los estudiantes se aporta fundamento o cimiento a estas posibilidades. Recordemos también que nuestro principal recurso es nuestra propia persona, si desarrollamos más ampliamente nuestro potencial tendremos mayores posibilidades de éxito en aquello que emprendamos.

¿Qué dicen de ti tus sueños? Si al leer el presente artículo hemos logrado despertar una actitud de curiosidad sobre el significado de los propios sueños, como parte de un proceso existencial, consideramos que hemos logrado nuestro objetivo. Por otra parte, el solo hecho de recordar nuestros sueños y anotar sus contenidos nos puede permitir darnos cuenta de que hay temas que se repiten una y otra vez, en un intento de nuestro inconsciente por hacerse escuchar. Cuando nos preguntamos por lo que soñamos nos estamos abriendo a la posibilidad de lograr mayor desarrollo del propio potencial,

Una educación humanista debería llevar a despertar la sensibilidad e introducir al alumno en el mundo que habita la loca de la casa: la imaginación

aspecto fundamental dentro del proyecto educativo en Desarrollo Humano.

Notas

1. De Peretti, André cita a Pierre Bourdieu en *Las contradicciones de la cultura y la pedagogía*, STVDIVM, Madrid, 1971, p.132.
2. Freire, Paulo. *Pedagogía de la indignación*, Morata, Madrid, 2001, pp. 110-111.
3. *Ibid.*
4. Perls, Fritz. *Sueños y Existencia*, Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 1974.
5. Klietman, Nathaniel cita a Kelly, D.D. en *Physiology of sleep and dreaming*, Elsevier Science Publishing, Nueva York, 1981.
6. *La Sagrada Biblia*, versión directa de las lenguas originales hebrea y griega al castellano, Eloino Nácar Fuster y Alberto Colunga, Biblioteca de autores cristianos, Madrid, 1975.
7. Freud, Sigmund. *La interpretación de los sueños*. Obras completas, traducción directa del alemán de Luis López- Ballesteros y de Torres, Iztaccihuatl, México, 1983.
8. *Ibidem.*
9. *Ibid.*
10. Jung, Carl. *El hombre y sus símbolos*, Biblioteca Universal Contemporánea, Madrid, 1984.
11. Jung, Carl. *Simbología del espíritu*, FCE, México, 1963; Jung, Carl. *El hombre y sus símbolos*, *op. cit.*, p.45
12. *Ibidem.*
13. *Ibid.*
14. Perls, Fritz. *Op. cit.*
15. Baumgardner, Patricia y Fritz Perls. *Terapia Gestalt, teoría y práctica. Una interpretación*, editorial Concepto, México, 1989, p.173.
16. Fagan, Joen e Irma Sheperd (comps.). *Teoría y técnica de la psicoterapia gestáltica*, Amorroutu, Buenos Aires, 1989, p.211.
17. Freire, Paulo. *Pedagogía de la indignación*, *op. cit.*, p.123.
18. *Ibidem*, p.124.
19. *Ibid.*, p.126.
20. Núñez, Carlos (coord.). *Educación para construir el sueño*, ITESO/CEAAL/Universidad Pedagógica Nacional, México, 2001, pp. 216-218.

Otras referencias

- Castanedo, Celedonio. *Terapia Gestalt*, Herder, Barcelona, 1988.
- Ginger, Sergei y Ginger Anne. *La Gestalt, una terapia de contacto*, El Manual Moderno, México, 1981.
- Naranjo, Claudio. *La vieja y novísima gestalt*, Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 1986.
- Petit, Marie. *La terapia gestalt*, Kairós Psicología, Barcelona, 1986.
- Fromm Erick. *El lenguaje olvidado*, Hachette, Buenos Aires, 1972.
- Hall, James. *La experiencia jungiana*, Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 1975.
- Jung, Carl. *El secreto de la flor de oro*, FCE, México, 1982.
- Moreno, Salvador. *La educación centrada en la persona*, El Manual Moderno, México, 1983.



San Pedro y Santo Tomás