

Ensoñaciones: basura cognoscitiva de la conciencia

Francisco **Pellicer**

Si bien este ensayo ahondará sobre el andamiaje y la construcción de las ensoñaciones, es necesario iniciar con algunos conceptos primigenios donde poner los basamentos de nuestro edificio de sueños.

Hay dos pilares fundamentales en las funciones cerebrales de alto orden, los cuales ya suscitan un fuerte debate en el sentido de si uno de ellos da paso al otro –una especie de primogenitura–, de si la falta de uno implica la inexistencia del otro.

Para fines prácticos diremos que son entidades biunívocas y que ya existentes son simultáneas e interactuantes; me refiero al pensamiento y a la conciencia. Estos dos procesos se encuentran instalados en el campo de lo que hoy denominamos ciencias de la complejidad, por ser justamente procesos con múltiples acciones en sí, que se entrelazan con disciplinas aparentemente no afines e igualmente complejas.

No hay duda de que el pensamiento y la conciencia son un principio neurobiológico producto de un proceso evolutivo –biológico darwiniano– sujeto a mecanismos epigenéticos y sociales.

En este sentido, la constitución de estos pilares se fundamenta en una de las funciones del sistema nervioso, que es que el individuo detecte y se detecte a sí mismo y, en consecuencia, poder sensarse a sí mismo y al ambiente externo.

Esta acción de conocimiento y reconocimiento se lleva a cabo mediante receptores sensoriales especializados, en función de la transducción de energías específicas que, a su vez, se constituyen en lo que denominamos sentidos.

El cerebro del hombre actual es el producto de un proceso evolutivo complejo, multifactorial, determinado en términos de su circunstancia, que nos ha hecho separarnos de especies cercanas como los póngidos (chimpancés), pero con los cuales compartimos muchas de las funciones, ¿incluso también las ensoñaciones?

Tenemos, entonces, una máquina generadora de hipótesis, cerebros que tienen la posibilidad de seguir aprendiendo, innovando, imaginando, modelando y remodelando en el estado adulto, e inclusive en la vejez.

Con estos antecedentes es hora de entrar en materia de sueños.

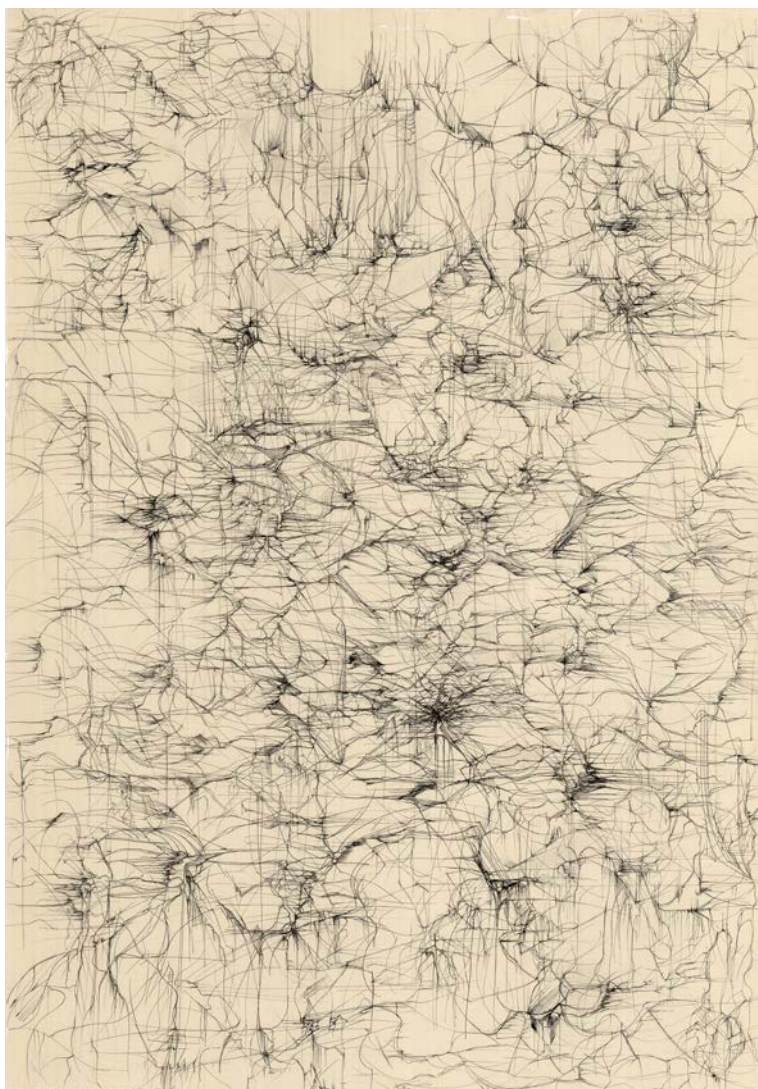
Desde hace mucho se ha documentado el interés de la humanidad por el y los sueños; tal vez el primer referente es un papiro egipcio encontrado en la necrópolis de Deir el-Medina, datado hacia el año 1275 de nuestra era, el cual corresponde al reinado de Ramsés II y está hoy bajo la custodia del Museo Británico; es el denominado Papiro Chester Beatty 3 o, simplemente, *El libro antiguo de los sueños*. Pero como siempre, cuando buscas, los chinos lo hicieron antes, y he aquí al artífice: Ji Dan, mejor conocido como el duque de Zhou (1100-771 a. e. c.), personaje al que se le atribuye la recopilación de un gran catálogo de sueños, ensoñaciones diríamos hoy, y sus posibles interpretaciones, además de su valor anticipatorio y pronóstico. En realidad el sueño y soñar –las ensoñaciones– disponen de alrededor de un tercio de la existencia humana y en muchos animales, la mitad de su vida.

Este trabajo se centra básicamente en los fenómenos oníricos y su relación con el fenómeno de la conciencia, más que en los fenómenos fisiológicos propios del sueño, tales como su génesis, fases y representaciones electroencefalográficas.

LA METÁFORA COMO NUEVA EXPLICACIÓN CONSTITUTIVA DE LAS ENSOÑACIONES

En este punto echaré mano de lo que considero un instrumento de la inteligencia (al menos en el humano): la metáfora (Pellicer, 2014), o un mecanismo de la conciencia. Me explico: metáfora significa traslación; en realidad, en su raíz más íntima es llevar la voz *más allá de su significado original* pero, diría yo, en paralelo a la idea primigenia. Un concepto que se relaciona con la analogía y la rebasa en el sentido de que aporta un concepto para entender un proceso que por su complejidad o su falta de definición, necesita de esta prótesis constructiva para su entendimiento.

© Héctor Salazar. Mou-Str-4FK.
70 x 100 cm, glossy paper, precision pen, 2021.



¿La metáfora puede ser polivalente? ¿Algo con diversas interpretaciones puede ser un instrumento, al menos utilizable en la ciencia cognoscitiva o para dar una explicación de la construcción de las ensoñaciones? Pareciera ser que sí. En literatura esta figura es puramente contextual; de hecho, es el contexto lo que hace a las metáforas, cuando bien hechas, bellas e inteligentes, también en el más estricto sentido etimológico del último término: *entre leer* el paralelismo que queremos poner de manifiesto. Pero qué pasa cuando es usada no nada más como recurso poético o didáctico, sino como un verdadero instrumento, aparentemente generado desde nuestro pensamiento, para facilitar el entendimiento.

Dicho esto, pareciera que el pensamiento, este producto o consecuencia de nuestro arreglo neuronal que nos provee –entre otras herramientas– del instrumento para comunicarnos con nosotros mismos, tiene inscrito en la genética del lenguaje la posibilidad de expresar en su repertorio semántico una figura, la metáfora, con la cual podemos aproximarnos o intentar comprender: atributos, conceptos y categorías que nos ayudan a entender fenómenos complejos como el de la conciencia.

Es así como esta herramienta puede operar también en la génesis y construcción de las ensoñaciones otorgando a las imágenes o al entorno sensorial que las constituye una valencia en función de su carga afectiva-cognoscitiva. Me explico: a lo largo de la vigilia uno interactúa con sujetos, objetos y situaciones; estas interacciones pueden ser, por fragmentarlas en cuatro categorías, irrelevantes, medianamente relevantes, muy relevantes o la que denomino de alto impacto en término de vivencia. Son estas interacciones las que determinarán si se desechan (las irrelevantes) o mantienen una traza cognoscitiva, lo que implica persistencia temporal, valencia afectiva, en una palabra: relevancia vital o indeleble para cada quien. Como se podrá intuir, mismos hechos o acontecimientos no representan las mismas valencias entre los individuos. En este sentido, la construcción de las ensoñaciones es tan contextual como la metáfora de vida de cada quien (Rivera-García *et al.*, 2020).

Estos son los primeros pasos cognoscitivos-afectivos para la construcción del contenido de las ensoñaciones y dan pie a varias reflexiones iconoclastas; la primera: hemos sobreestimado y sobreexpresado la o las funciones de las ensoñaciones. De hecho, esa ha sido la epistemología histórica con los tratados y catálogos de sueños mencionados al principio del texto y cientos más que han llegado hasta nuestros días, pasando por una pléyade de autores, muchos de ellos connotados como el mismo S. Freud. Está claro que la conciencia no está operando de la misma forma que en el estado consciente por excelencia que es la vigilia, por eso su fragmentación, su desconexión, su bizarría y de vez en vez sus momentos de hiperrealismo perturbador.

LA HIPÓTESIS DE LAS ENSOÑACIONES

COMO BASURA COGNOSCITIVA DE LA CONCIENCIA

El sistema de memoria “saca”, nos regala una escena –que puede ser evocada por un sinfín de circunstancias– pero todas con un alto contenido emocional. La jerarquización está prácticamente en esta esfera. Acto seguido, esa escena teatral y cartesiana comienza a ser descrita por nuestra narrativa constituyendo el espacio diegético, en realidad una metadiegesis mal parida, mal construida, mal lograda, misma que se convierte en ensoñación.

Esto da pie a la segunda reflexión: no creo que las ensoñaciones tengan valor como función adaptativa en el proceso evolutivo de los homínidos, como se ha propuesto por algunos autores. Simplemente son un subproducto nocturno del fenómeno diurno de la conciencia. Me explico: hoy sabemos que durante las distintas etapas que constituyen el sueño se llevan a cabo fenómenos de reparación constitutiva, síntesis de proteínas, disminución del metabolismo muscular, por citar algunos. Justamente y de manera paradójica, en el punto más profundo de la relajación, mucha de la actividad cerebral es electroencefalográficamente muy parecida, de hecho indistinguible, a la de la vigilia, con la excepción del mecanismo que justo impide

la acción del movimiento. Toda esta activación es completamente interna, generada desde adentro de la “caja negra”, mediante un proceso de memoria no cabalmente habilitada. Con una diegésis mal construida porque de alguna forma toda esa carga emocional recaudada durante la vigilia no puede ser desechada sino transformada, digerida con un proceso análogo al haber comido de manera *gourmet*, con mucha activación sensorial y deleite, los alimentos del día, para luego formar parte del mismo proceso de deconstrucción y aprovechamiento de cualquier alimento. A fin de cuentas, proveer la energía y los constituyentes nutricios para continuar sanos y con vida; y con un producto final común que desechamos todos... comamos lo que comamos. Este pareciera ser el escatológico final de las ensoñaciones, la vía final común del proceso de la conciencia diurna, provocativo, sin glamur.

Retomando la metáfora, en el proceso de construcción de las ensoñaciones habría que decir que para dar una explicación de algo en primera instancia debemos conocer al sujeto de dicha explicación, entre más conozcamos de él, la explicación reflejará mejor la esencia del sujeto. Para las ensoñaciones, esta operación estaría dada por la intensidad y la valencia del acto afectivo (Scarpelli *et al.*, 2019).

En realidad, la metáfora es en primera instancia un instrumento que nos ayuda a entrar y comprender situaciones, hechos o mecanismos pobremente elucidados y que por medio de ella convertimos en una especie de *pasacaglia*, es decir, en una tonadilla común, un referente para muchos o para todos con el cual se puede trasladar una idea que no explica a la primera la naturaleza del sujeto, objeto y sus circunstancias, pero me acerca, mediante un concepto previamente introyectado o parcialmente entendido. Esta sería la manera de explicar por qué diferentes personas sueñan ensoñaciones similares, con el mismo argumento, con la misma forma bizarra de presentarse en el escenario; de alguna forma es un cortometraje polivalente para muchos y esto se explica solo si existe una construcción o, en este caso, deconstrucción del patrón que genera el

fenómeno de conciencia, su almacenaje y el ensamblado desprolijo, abreviado, que da como resultado la ensoñación.

CÓMO PROBAR LA HIPÓTESIS CON UN MODELO DE PATOLOGÍA MENTAL

Lo anterior da pie a preguntarse qué sucede con este proceso, esta construcción, en los padecimientos mentales en los cuales justamente la valencia afectiva está comprometida, como sería el caso de los trastornos del espectro autista.

Los pocos reportes publicados al respecto mencionan sueños perturbadores, algunas veces con contenido sexual informe e indefinido que dejan sensaciones confusas, las que frecuentemente hacen despertar a los sujetos que los presentan (Sapountzis y Bennet, 2014).

También se ha tratado de dar una interpretación funcional en el espectro autista al hecho de la lateralización de la actividad electroencefalográfica durante los relatos de las ensoñaciones, relacionándolos con su valencia afectiva, negativa o positiva, y tomando en cuenta la “especialización del procesamiento de las emociones por los hemisferios cerebrales”. Se ha relacionado la activación del lóbulo frontal izquierdo con la expresión de emociones positivas, mientras que la activación del frontal derecho se ha ligado a las emociones negativas. En suma, los reportes muestran que la actividad alfa del electroencefalograma se asocia con las ensoñaciones, y el contenido de estas ensoñaciones estaría en relación con la lateralización en los lóbulos frontales del cerebro y la valencia emocional que expresan.

Otro hallazgo importante en el comportamiento emocional atípico en el autismo está dado por los reportes de ensoñaciones menos elaboradas comparadas con las de individuos normales (Daoust *et al.*, 2001); aquellas se reportan con menos palabras, menos contenidos, menos interacciones sociales y con menos expresiones de emoción que las de los controles; esto incluye una mayor prevalencia de emociones de valencia negativa que positiva. Toda esta evidencia, y en especial el trabajo de Daoust y



© Héctor Salazar. Drm-La soledad 01.
70 x 100 cm, glossy paper, precision pen, markers, airbrush, 2023.

colaboradores (2008) muestra que la generación de ensoñaciones en los pacientes con espectro autista debe de implicar una conectividad distinta comparada con la de individuos con desarrollo normal.

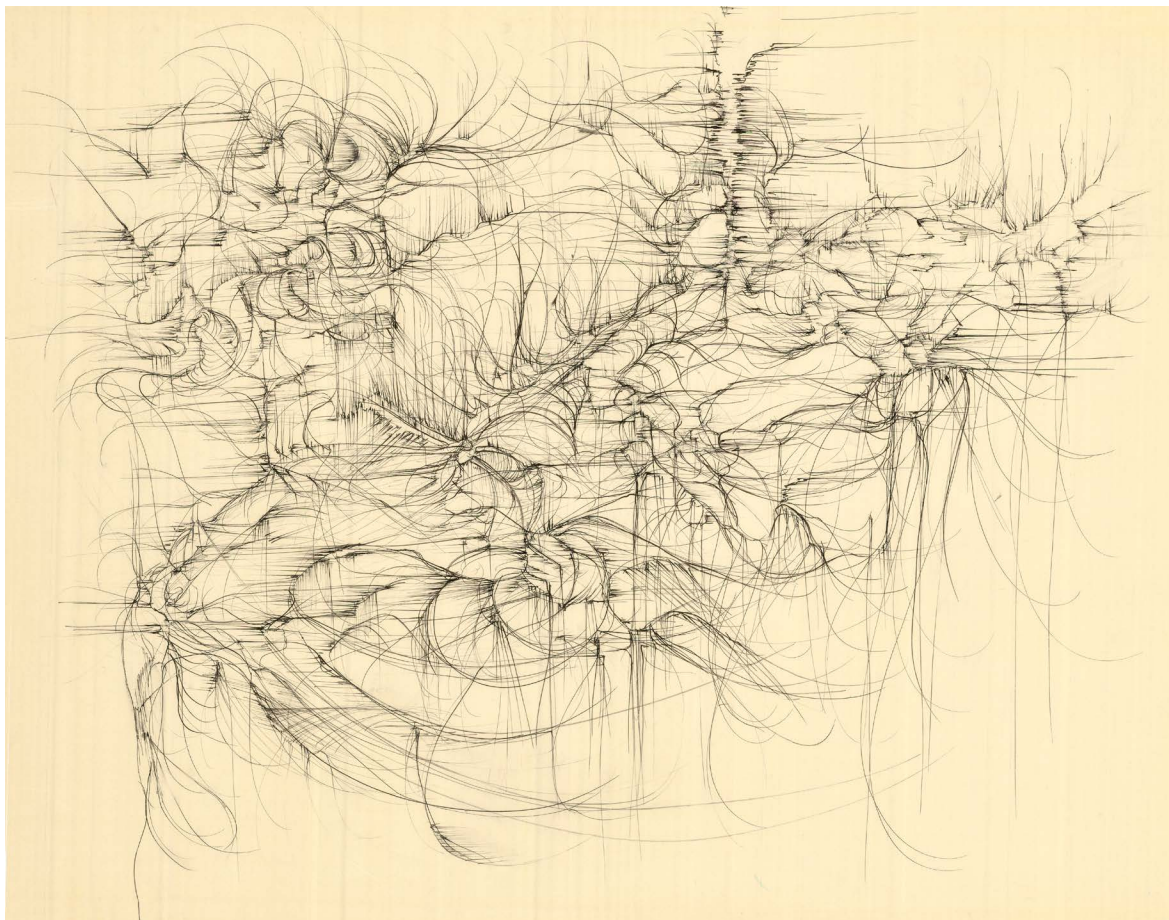
Por otro lado, se han asociado varias vías neuronales y neurotransmisores a las ensoñaciones, pero hay que ser cuidadosos en no confundir o asociar algunos neurotransmisores con la generación de las distintas etapas del sueño o, inclusive, con los sistemas del despertar a los que están relacionados, con su acción en las ensoñaciones o en los procesos de conciencia correspondientes. Para sustentar este punto me referiré a algunos fármacos que inducen o exacerban las ensoñaciones.

Está bien documentado que la administración de colinomiméticos, o antagonistas de la colinesterasa (Watson et al., 2010), la dopamina y agonistas opioidérgicos no solo incrementa la cantidad o el tiempo del soñar, sino también la intensidad afectiva de los mismos, que se reportan como “más vívidos o veraces”, inclusive como pesadillas, particularmente en los pacientes con enfermedad de Parkinson medicados con agonistas dopaminérgicos o el precursor levodopa (Happe et al., 2001).

Existe también una gran cantidad de plantas catalogadas como medicinales que de forma ancestral se han utilizado e identificado como inductoras o productoras de ensoñaciones; un par de ejemplos son *Calea zacatechichi* y *Salvia divinorum*, las cuales se han usado de forma ritual por antiguas etnias con el fin de inducir ensoñaciones utilizadas como material premonitorio o adivinatorio por chamanes o colectivos tribales. Ciertamente, muchas de estas sustancias producen alucinaciones o están muy cerca de hacerlo. Esta línea de estado puede estar determinada por la dosis, que en la mayoría de los casos es difícil de determinar ya que la forma de administración (infusiones o extracciones) no permite controlar con exactitud la cantidad de componentes o sustancias activas ingeridas.

Nuestro grupo ha realizado algunos acercamientos experimentales con modelos animales en los cuales se ha podido determinar el papel de *Salvia divinorum* en la actividad electrocorticográfica de la rata; y creo que es muy importante delimitar la función de estos modelos como fuente de conocimiento, frecuentemente connotados como reduccionistas y, por tanto, poco válidos como fuente epistémica. Al respecto, pienso que son aproximaciones reducidas, que no reduccionistas, es decir, son modelos que responden a preguntas más o menos acotadas en sus interacciones, lo que nos ofrece ciertos controles de validez epistémica.

Los resultados de estos estudios mostraron que la actividad electrocorticográfica de las ratas a las que se administró un extracto de *Salvia divinorum* incrementó el espectro de potencia absoluto en



© Héctor Salazar. Tremor1-b-lsddd-100 ug. 50 x 65 cm, glossy paper, precision pen, 2023.

las regiones cerebrales anteriores, relacionadas con la actividad motora, y disminuyó la potencia absoluta en la región posterior, relacionada con la actividad somatosensorial. Este efecto se da de la misma forma y en el mismo periodo que cuando se consume inhalada en el humano, el cual reporta alucinaciones visuales potentes y bizarras con efecto de corta duración (Simón-Arceo *et al.*, 2017). Esto nos proporcionó las herramientas experimentales para poder determinar el papel del agonismo *k* opioide sobre estos procesos (Coffeen *et al.*, 2019). En este sentido, el sueño y los estados conductuales que acompañan al fenómeno onírico también han sido reportados en el pulpo, un cefalópodo aparentemente primitivo, pero con capacidades cognitivas excepcionales; aunque la evidencia

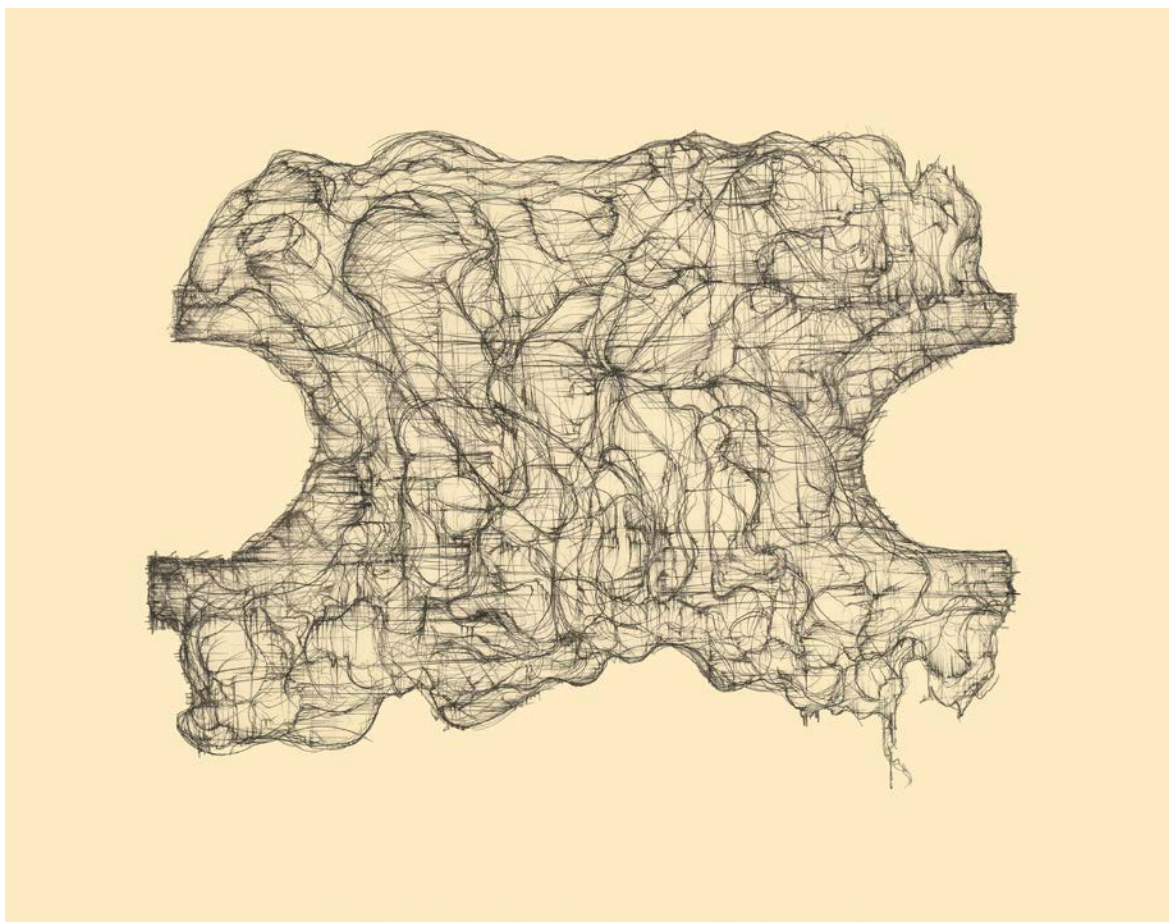
es un correlato conductual, estos enfoques experimentales tienen un gran valor epistémico y deben ser valorados.

CONSIDERACIONES FINALES

Como podemos observar, hay varios actores con distintos protagonismos es este complejo y transversal proceso que son las ensoñaciones. Creo que estas son un subproducto o producto residual del no menos complejo proceso que es la conciencia. Espero que este ensayo ofrezca una alternativa epistémica para futuras discusiones sobre el tema.

R E F E R E N C I A S

Pellicer F (2024) La metáfora: ¿instrumento de la inteligencia o mecanismo de la conciencia? *Elementos* 94:29-31.



© **Héctor Salazar**. 5A9Q-HNP. Cuero-4fk-70 um. 50 x 65 cm, glossy paper, precision pen, markers, airbrush, 2023.

Rivera-García AP, Cruz-Aguilar MA and Ramírez-Salado I (2020) REM, Sleep and Dreams: Towards Emotional Insight. In: Ramírez-Salado Ignacio, Rivera-García Ana Paula C-AM (Eds.) *Sleep, cognition and Emotion: From molecules to Social Ecology*. New York: NOVA Science Publishers, p. 203-28.

Scarpelli S, Bartolacci C, D'Atri A, Gorgoni M and De Gennaro L. The functional role of dreaming in emotional processes. *Front Psychol* 10:1-16.

Sapountzis I and Bennett L (2014) Sharing Alien States and Experiences through Dreams: Working with Adolescents on the Autism Spectrum. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy* 13(2):98-107.

Daoust A, Mottron L and Godbout R (2001). Dream content analysis in Asperger's Syndrome. *Sleep* 24:A184-5.

Daoust AM, Lusignan FA, Braun CMJ, Mottron L and Godbout R (2008). EEG correlates of emotions in dream narratives from typical young adults and individuals with autistic spectrum disorders. *Psychophysiology* 45(2):299-308.

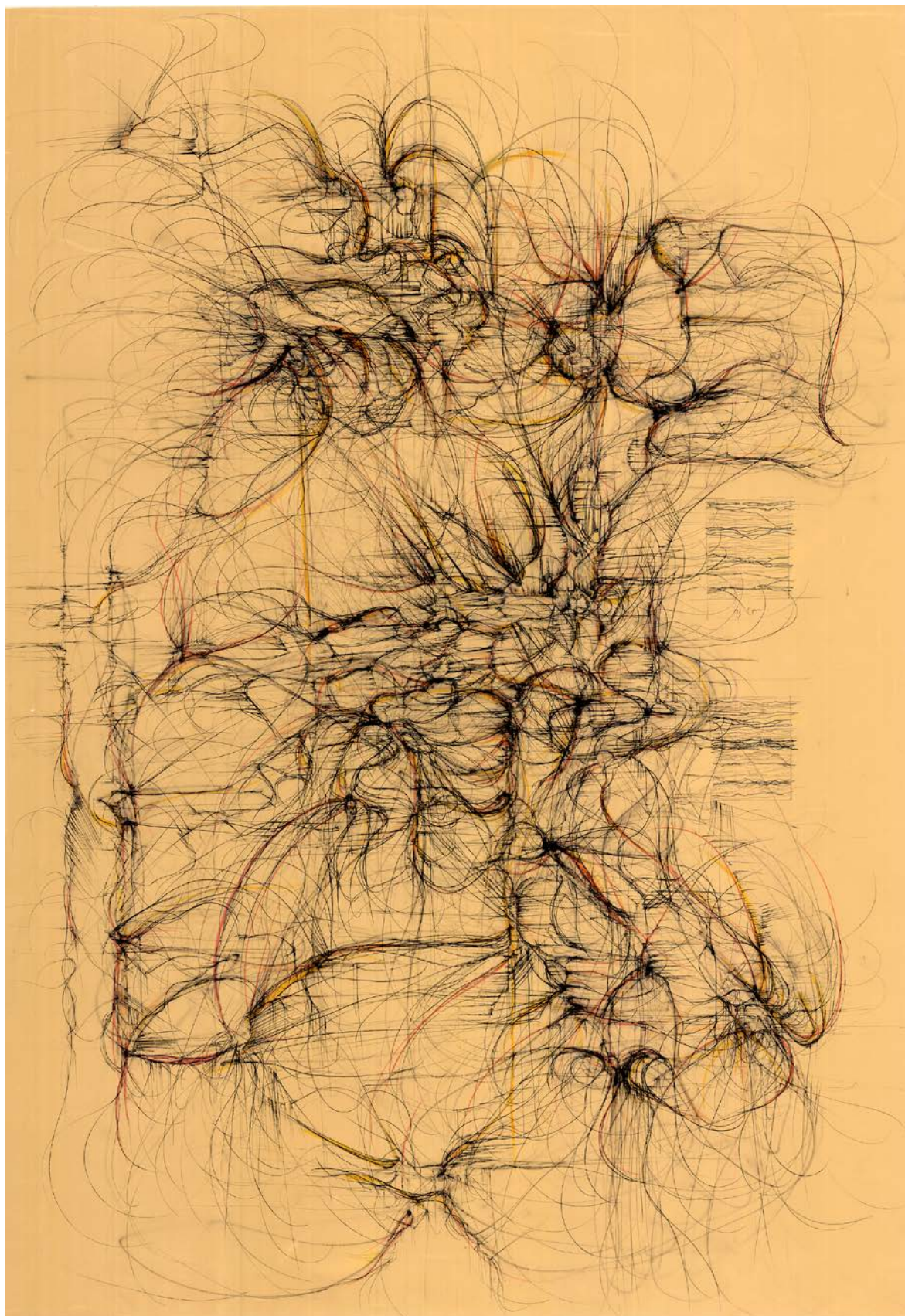
Watson CJ, Baghdoyan HA and Lydic R (2010). Neuropharmacology of sleep and wakefulness. *Sleep Med Clin* 5(4):513-28.

Happe S, Schrod B, Faltl M, Muller C, Auff E and Zeitlhofer J (2001). Sleep disorders and depression in patients with Parkinson's disease. *Acta Neurol Scand* [Internet] 104(5):275-80.

Simón-Arceo K, González-Trujano ME, Coffeen U, Fernández-Mas R, Mercado F, Almanza A, Contreras B, Jaimes O and Pellicer F (2017). Neuropathic and inflammatory antinociceptive effects and electrocortical changes produced by *Salvia divinorum* in rats. *J Ethnopharmacol* 206:115-24.

Coffeen U and Pellicer F (2019). *Salvia divinorum*: From recreational hallucinogenic use to analgesic and anti-inflammatory action. *J Pain Res* 2:1069-76.

Francisco Pellicer
Instituto Nacional de Psiquiatría
Ramón de la Fuente Muñiz
pellicer@imp.edu.mx



© Héctor Salazar. Oro-2-4k. 70 x 100 cm, glossy paper, precision pen, markers, airbrush, 2023.