

# **La racionalidad de los sueños**

Valeria P. Varela Rodriguez

Escuela de Arquitectura y Diseño PUCV

Presentación: Epistemología en Arquitectura y Diseño 2023

Profesor(es): Arturo Chicano, Emily Hutt

27 de Octubre 2023

## Los sueños ¿irracionales o racionales?

Al momento de despertar, algunas veces podemos recordar lo que soñamos; Estos varían en el nivel de coherencia, algunos tienen sentido mientras que la mayoría parecieran no tener sentido alguno, como si se tratara de un desorden de pensamientos dentro de nuestra mente, los cuales se distorsionan, manifestándose como un caos que no podemos entender, algunos están relacionados con eventos ocurridos en nuestra vida que nos marcaron (ya sea a corto o largo plazo) mientras que otros parecieran provenir de ningún lado, por más que intentemos recordar, llegando a ver imágenes que ponen en duda nuestra manera de pensar, preguntándonos ¿Por qué en mis sueños ocurren cosas que generalmente yo no pensaría?.

Según los estudios, cuando una persona duerme, deja de ser consciente de lo que está ocurriendo a su alrededor, por lo tanto, cuando estamos soñando, entramos en un mundo inconsciente, al cual es denominado “mundo irracional” debido a que la razón no se encuentra en actividad cuando estamos durmiendo. Sin embargo, según Freud, las emociones enterradas en la superficie subconsciente suben a la superficie consciente durante los sueños, por lo cual, son pensamientos no conscientes que se manifiestan a través del lenguaje especial de los sueños, pero de alguna manera, permanecen en nuestro ser retenidas.

En este caso, considerando que nuestras mentes guardan recuerdos y emociones que se almacenan en el subconsciente, el cual se manifiesta a través de los sueños, también tomando en cuenta que el subconsciente no se puede percibir de manera consciente, sin embargo, puede influir en nuestra manera de actuar ante determinadas situaciones, por lo que no es del todo inconsciente. ¿Podemos deducir que los sueños son realmente irracionales?

**Palabras clave:** Sueños, subconsciente, razón, inconsciencia, lenguaje

## La psicología de los sueños

Freud abre el texto de *La interpretación de los sueños* para destacar su hipótesis fundamental:

“Que el deseo onírico reprimido por instancias mentales superiores mueve el mundo subterráneo, que lo sofocado en las profundidades del alma encuentra, por la vía del sueño, un camino para abrirse paso hasta la conciencia.”

Habitamos en un lenguaje donde la mente consciente registra miles de frases, sensaciones, imágenes, sonidos, etc. Algunos se mantienen en la superficie de nuestra consciencia, de manera en que podemos actuar o comunicarnos en base a lo que sentimos y sabemos, sin embargo, el subconsciente registra aún más información que queda almacenada en lo más profundo de nuestros pensamientos, hasta el punto de no saber que están ahí, por lo que podría decirse que son inconscientes.

Como explica el artículo *“La teoría del inconsciente de Sigmund Freud”* de Adrián Triglia año 2015:

“El inconsciente planteado por la teoría freudiana está compuesto por elementos racionales y emocionales concretos que permanecen reprimidos por tener un significado problemático para la mente consciente. Es decir, no se mantienen ocultos por su complejidad o su poca relevancia en el día a día de la persona. Más bien al contrario, estos elementos reprimidos a los que se refieren algunos psicoanalistas acostumbran a ser ideas relativamente simples que pueden ser "traducidas" a la consciencia mediante operaciones simbólicas y cuya presencia en el inconsciente, a pesar de pasar inadvertida, conforma una especie de "gafas" para leer la realidad mediante pensamientos que, en cierto sentido, son recurrentes”

Tomando en cuenta esto, al momento de soñar, si bien estamos en un estado de vulnerabilidad al no ser conscientes de nuestro alrededor, entramos al “mundo inconsciente o irracional ” pero luego de comprender que el inconsciente no es irracional, al contrario, tiene su propia manera de organización y pensamiento, estamos cada vez más alejados de ver los sueños como algo irracional, pero entonces; por más racional que es lo inconsciente ¿Por qué no podemos comprenderlo?

## **Referencias**

*Sigmund Freud "La interpretación de los sueños" (1900), en ibid., vol. iv y v, pp. 1 y 17*

*<https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-inconsciente-sigmund-freud>*