

I

A LITERATURA CIENTÍFICA SOBRE OS PROBLEMAS DO SONHO

Nas páginas que se seguem, apresentarei a prova de que há uma técnica psicológica que permite interpretar os sonhos, e de que pela aplicação desse processo todos os sonhos surgirão como uma configuração psicológica significativa, que podemos inserir num lugar específico nas actividades psíquicas da vigília. Além disso, tentarei elucidar os processos que subjazem à estranheza e à obscuridade dos nossos sonhos, e deduzir desses processos a natureza das forças psíquicas cujo conflito ou cooperação são por eles responsáveis. Feito isto, darei a minha investigação por terminada, pois terá atingido o ponto em que o problema do sonho se entronca em problemas mais gerais, cuja resolução exige o recurso a materiais de índole diferente.

Começarei por apresentar uma curta resenha dos contributos dos autores que precedentemente se debruçaram sobre o assunto, e sobre o estatuto do problema na ciência contemporânea, visto que, ao longo do presente tratado, não terei muitas oportunidades de me referir a ambos os temas. Na realidade, apesar de milénios de esforços, poucos progressos se fizeram na compreensão científica dos sonhos. Este facto foi tão generalizadamente reconhecido pelos autores que nos precederam que nos parece supérfluo fazer remissão para pareceres individuais. Na literatura arrolada no final da presente obra, o leitor encontrará muitas observações estimulantes e abundante material de interesse para o nosso tema, mas pouco ou nada respeitante à verdadeira natureza do sonho, ou que resolva definitivamente qualquer dos seus enigmas. O leigo culto, claro, tem um conhecimento ainda mais limitado sobre o assunto.

A concepção dos sonhos vigente na era pré-histórica entre os povos primitivos e a influência que possa ter tido na formação da sua visão do mundo e da alma é um tema de tão elevado interesse que só relutantemente me absteenho de o tratar nestas páginas. Remeto o leitor para as bem conhecidas obras de Sir John Lubbock (Lord Avebury), Herbert Spencer, E. B. Tylor e outros autores, acrescentando apenas que o alcance destes problemas e especulações

só poderá ser compreendido uma vez completada a tarefa da interpretação do sonho que temos ante nós.

Uma reminiscência do conceito de sonho dos tempos primitivos parece informar a avaliação que dele faziam os povos da Antiguidade clássica¹. Partiam do pressuposto de que os sonhos estavam relacionados com o mundo dos seres sobrenaturais em que acreditavam e que continham manifestações dos deuses e demónios. Além disso, parecia-lhes que os sonhos deviam servir um propósito especial para o sonhador; que, em regra, prediziam o futuro. Como é evidente, a extraordinária variabilidade do conteúdo dos sonhos e das impressões que produzem no sonhador dificultava imenso a formulação de uma concepção coerente e exigia múltiplas diferenciações e a formação de grupos, de acordo com o respectivo valor e fiabilidade. A avaliação dos sonhos por parte de cada filósofo da Antiguidade dependia naturalmente da importância que estava disposto a atribuir à mântica em geral.

Nas duas obras de Aristóteles em que se faz referência aos sonhos, estes já são encarados como objecto da psicologia. É-nos dito que o sonho não é enviado pelos deuses, que não é de origem divina, mas antes demoníaca, pois a natureza é demoníaca e não divina, quer dizer, o sonho não é uma revelação sobrenatural, antes está sujeito às leis do espírito humano, que, é claro, é aparentado com o divino. O sonho é definido como a actividade psíquica da pessoa adormecida, na medida em que está adormecida.

Aristóteles conhecia algumas das características da vida onírica; por exemplo, sabia que um sonho converte as sensações ligeiras apercebidas durante o sono em sensações intensas («uma pessoa imagina que vai a andar pelo meio do fogo, e sente-se muito quente, quando se dá um aquecimento absolutamente insignificante deste ou daquele membro»), o que o leva a concluir que os sonhos poderão muito bem revelar ao médico os indícios de uma transformação somática que escapara à atenção durante o dia².

Como se sabe, os autores da Antiguidade anteriores a Aristóteles não consideravam o sonho como produto da alma que sonha, mas como uma inspiração de origem divina, e já neles se faziam sentir as duas tendências opostas quanto à avaliação da vida onírica que iremos encontrar em todas as épocas. Os antigos estabeleciam a distinção entre os sonhos verdadeiros e valiosos que eram enviados ao sonhador como avisos, ou para prever acontecimentos futuros e os sonhos vãos, fraudulentos e vazios, que tinham por intento induzi-lo em erro ou conduzi-lo à destruição.

Gruppe (*Griechische Mythologie und Religionsgeschichte*, p. 390) dá-nos uma subdivisão dos sonhos, por referência a Macróbio e Artemidoro: «Os sonhos eram divididos em duas classes. A primeira seria influenciada apenas

1 [1914] As observações que se seguem baseiam-se no criterioso ensaio de Buchsenschutz, *Traum und Traumdeutung im Altertum*, Berlim, 1868.

2 [1914] O médico grego Hipócrates debruça-se sobre a relação entre o sonho e as doenças num capítulo da sua conhecida obra.

pelo presente (ou o passado), não tendo importância para o futuro; incluía a *enypnia* (insónia), que reproduz directamente uma dada ideia ou a sua oposta, por exemplo, a fome ou a saciedade; e os *phantásmata*, que expandem a ideia de forma fantástica, como, por exemplo, o pesadelo, *ephiáltes*. A segunda classe de sonhos, por outro lado, era determinativa do futuro. A ela pertenciam: 1) As profecias directas recebidas em sonho (*chrêmatismós, oraculum*); 2) a previsão de um acontecimento futuro (*órama, visio*); 3) o sonho simbólico, que requer interpretação (*óneiros, somnium*). Esta teoria perdeu por muitos séculos.»

A tarefa da «interpretação do sonho» dependia destas diferentes avaliações. Como, em geral, se esperava dos sonhos que fornecessem elucidações significativas, mas, ao mesmo tempo, nem todos os sonhos eram imediatamente compreendidos, e era impossível ter a certeza de que determinado sonho incompreensível não predissesse realmente algo de importante, os intérpretes foram levados a procurar substituir o seu conteúdo incompreensível por algo que fosse simultaneamente compreensível e com significado. Na Antiguidade tardia, Artemidoro de Daldis era considerado a maior autoridade em matéria de interpretação do sonho; deixou-nos uma obra exaustiva, a que teremos de recorrer para suprir os escritos sobre o mesmo tema que se perderam³.

A concepção pré-científica do sonho entre os antigos estava, evidentemente, em perfeita sintonia com a sua visão geral do mundo, a qual, habitualmente, projectava como realidade externa aquilo que apenas possuía realidade na vida psíquica. Além disso, dava conta da impressão crucial produzida na vigília pelas recordações matinais do sonho; com efeito nessas recordações, o sonho, comparado com o resto dos conteúdos psíquicos, parece ser algo de estranho, como que vindo de outro mundo. Seria um erro supor que a teoria da origem sobrenatural dos sonhos carece de seguidores, mesmo na nossa época; com efeito, não falando já dos autores pietistas e místicos — que, com motivos perfeitamente legítimos, se atêm aos restos do reino do sobrenatural, outrora predominante, até tais restos terem sido varridos pela explicação científica —, não raro damos com pessoas bastante inteligentes, normalmente avessas a todas as excentricidades, que precisamente baseiam na natureza inexplicável dos fenómenos oníricos as suas crenças religiosas na existência e cooperação de forças espirituais sobre-humanas (Haffner). A validade atribuída à vida onírica por certas escolas da filosofia — por exemplo, pela escola de Schelling — é uma distinta reminiscência da incontestada crença na divindade dos sonhos que prevalecia na Antiguidade; e, para alguns pensadores, o poder

3 [1914] No que toca à história posterior da interpretação do sonho na Idade Média, vide Diepgen e as monografias de M. Förster, Gotthard, e outros. A interpretação dos sonhos entre os Judeus foi estudada por Almoli, Amram, e Löwinger, e, recentemente, com referência ao ponto de vista psicanalítico, por Lauer. Quanto aos métodos árabes de interpretação dos sonhos, foi-nos transmitido algum conhecimento por Drexel e F. Schwarz e pelo missionário Tfinkdji. A interpretação dos sonhos foi investigada entre os Japoneses por Miura e Iwaya, entre os Chineses por Secker e entre os Indianos por Negelein.

mântico ou profético dos sonhos continua a ser matéria de debate, porque as explicações tentadas pela psicologia são insuficientes para dar conta de todos os materiais acumulados, por mais que as simpatias das pessoas que se entregam ao pensamento científico as levem a repudiar sem rodeios esse ponto de vista.

Assim, torna-se extremamente difícil escrever a história do nosso conhecimento científico do problema do sonho, porque, por mais valioso que esse conhecimento possa ser em certos aspectos, não se detectam ainda verdadeiros progressos numa direcção definida. Ainda não se estabeleceram os alicerces de resultados confirmados sobre os quais os futuros investigadores possam continuar a trabalhar. Cada novo autor aborda os mesmos problemas de novo a partir do zero. Se quisesse enumerar tais autores por ordem cronológica, apresentando um apanhado das opiniões defendidas por cada um deles no que tange aos problemas do sonho, não estaria de maneira nenhuma em condições de traçar um quadro claro e completo do presente estado dos nossos conhecimentos sobre o assunto. Prefiro por isso basear o meu método de abordagem nos temas e não nos autores; para cada problema do sonho citarei todos os materiais encontrados na literatura com vista à sua solução.

Mas, como não consegui dominar a totalidade desta literatura — dada a sua enorme dispersão e o seu imbricamento com a literatura de outros temas — tenho de pedir aos leitores que se contentem com o meu apanhado tal como se encontra, na esperança de que não me tenha escapado nenhum facto fundamental nem nenhum ponto de vista importante.

Até há pouco, na sua maioria, os autores tendiam a tratar conjuntamente do sono e do sonho, abordando simultaneamente ainda as condições análogas de índole psicopatológica e outros fenómenos semelhantes, como, por exemplo, as alucinações, as visões, etc. Por outro lado, nas obras mais recentes, assistiu-se a uma tendência dos autores para se aterem mais estritamente ao tema, tomando, por exemplo, como objecto de estudo um problema isolado da vida onírica. Nesta mudança, tenderia a ver uma expressão da crescente convicção de que, nestas matérias obscuras, só se alcançará um conhecimento esclarecido e certo por meio de pormenorizadas investigações. É essa investigação pormenorizada, e, mais especificamente, de natureza psicológica, que se expõe nas presentes páginas. Tive poucas oportunidades de me preocupar com o problema do sono, pois se trata essencialmente de um problema fisiológico, embora as alterações na determinação funcional do aparelho psíquico devam ser incluídas na descrição do estado de sono. Assim sendo, não se abordará aqui a literatura do sono.

O nosso interesse científico pelos fenómenos dos sonhos como tal leva-nos a propor as questões que se seguem, que, de certa maneira, são interdependentes e se fundem umas com as outras.

A

A RELAÇÃO DO SONHO COM A VIGÍLIA

O juízo ingênuo do sonhador ao acordar pressupõe que o sonho — ainda que não tenha vindo de outro mundo — o transportou para outro mundo. O velho fisiólogo Burdach, a quem devemos uma cuidadosa e pormenorizada descrição dos fenómenos dos sonhos, manifestou a sua convicção numa passagem frequentemente citada (p. 474): «A vigília, com as suas penas e alegrias, os seus prazeres e dores, nunca é repetida; pelo contrário, o sonho visa aliviar-nos disso. Mesmo quando todo o nosso espírito se encontra assoberbado por um assunto, quando os nossos corações estão subjugados por um amargo sofrimento, ou quando uma tarefa solicita ao máximo as nossas capacidades mentais, o sonho ou nos transmite algo completamente estranho, ou selecciona para as suas combinações apenas uns poucos elementos da realidade; ou então, limita-se a entrar em ressonância com o nosso estado de espírito, simbolizando a realidade». J. H. Fichte (p. 541), precisamente no mesmo sentido, fala dos sonhos *supletivos*, dizendo que são um dos benefícios secretos da natureza auto-curativa do espírito. L. Strümpell manifesta-se semelhantemente na sua obra *Natur und Entstehung der Träume*, um estudo que goza merecidamente de alta estima: «Quem sonha vira as costas ao mundo da consciência do estado de vigília» (p. 16); «No sonho, perde-se quase completamente a recordação do conteúdo ordenado da consciência em estado de vigília e do seu comportamento normal» (p. 17); «O isolamento da alma no sonho quase sem qualquer recordação do normal conteúdo e evolução da vida de vigília...» (p. 19).

Contudo, na sua esmagadora maioria, os autores que se debruçaram sobre o assunto adoptaram uma visão contrária da relação do sonho com a vigília. Assim, por exemplo, Haffner (p. 19): «Em primeiro lugar, o sonho é uma continuação da vigília. Os nossos sonhos estão sempre associados com as ideias que pouco antes se apresentaram à nossa consciência. Uma observação rigorosa encontrará quase sempre um fio pelo qual o sonho se liga às experiências do dia que o precede.» Weygandt (p. 6) contradiz directamente a afirmação de Burdach atrás citada: «Com efeito, verifica-se muitas vezes, e, aparentemente, na grande maioria dos sonhos, que estes nos remetem directamente para a vida quotidiana, em lugar de nos libertar dela». Maury (*Le sommeil et les rêves*, p. 56) exprime a mesma ideia numa fórmula concisa: «Sonhamos com o que vimos, desejámos ou fizemos.» Jessen, na sua *Psychologie*, publicada em 1855 (p. 530), é um pouco mais pormenorizado: «O conteúdo dos sonhos é sempre mais ou menos determinado pela personalidade, idade, sexo, situação na vida, educação e pelos hábitos, acontecimentos e experiências de toda a vida passada do indivíduo.»

O filósofo I. G. E. Maass adopta a atitude mais inequívoca no que toca a esta questão (*Über die Leidenschaften*, 1805): «A experiência corrobora a nossa asserção de que, o mais das vezes, sonhamos com as coisas para as quais se dirigem as nossas paixões mais acesas, o que mostra que as nossas paixões