

Traducción del español al croata de un fragmento del libro especializado del campo de psicología y la elaboración del glosario correspondiente

Kržić, Teodora-Antica

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:131:081321>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom](#).

Download date / Datum preuzimanja: **2024-08-25**



Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
University of Zagreb
Faculty of Humanities
and Social Sciences

Repository / Repozitorij:

[ODRAZ - open repository of the University of Zagreb
Faculty of Humanities and Social Sciences](#)



Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za romanistiku

**Prijevod ulomka stručne knjige iz područja psihologije sa španjolskog na
hrvatski jezik i izrada pripadajućeg glosara**

Ime i prezime studentice:

Teodora-Antica Kržić

Ime i prezime mentorice:

viša lektorica Branka Oštrec

Mjesto i datum:

Zagreb, ožujak 2023.

Universidad de Zagreb

Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales

Departamento de Estudios Románicos

**Traducción del español al croata de un fragmento del libro especializado del
campo de psicología y la elaboración del glosario correspondiente**

Nombre y apellido de la estudiante:

Teodora-Antica Kržić

Nombre y apellido de la mentora:

Branka Oštrec, lectora titular

Zagreb, marzo de 2023

Sažetak

Svrha ovog diplomskog rada jest izrada glosara iz područja psihologije na temelju ulomka knjige *El gran libro de los sueños* koju je napisao španjolski autor Emilio Salas. Glosar je sastavljen od stručnih termina čiji se prijevodi na hrvatski jezik ne mogu pronaći u rječnicima ili se radi o terminima koji ovisno o kontekstu mogu imati različite prijevode. Rad se sastoji od teorijskog i praktičnog dijela. U teorijskom se dijelu donose osnovne činjenice o terminologiji, prikaz njezine povijesti, kao i razlike i sličnosti s drugim srodnim granama, nakon čega se slijedi definicija glosara, njegova svrha te proces izrade. Na kraju ovog dijela predstavlja se autor, djelo te područje psihologije kojem tekst pripada. Zatim, u drugom dijelu rada, slijedi ulomak knjige napisane na španjolskom jeziku te prijedlog prijevoda odabranog ulomka na hrvatski jezik. Osim navedenog, u praktični dio spadaju analiza određenih prijevodnih rješenja te glosar koji je proizašao iz navedene analize od kojih su neka prijevodna rješenja detaljno prikazana u radu. Za prijevod teksta i izradu pripadajućega glosara bilo je potrebno čitati razne paralelne tekstove i glosare iz područja psihologije, tražiti pomoć stručnjaka te prikupiti potrebne informacije, a u nekim je slučajevima, zbog nedostatka odgovarajućih paralelnih tekstova, osmišljen vlastiti prijevod.

Ključne riječi: prevođenje, terminologija, glosar, stručni termin, prijevodno rješenje

Resumen

Esta tesina tiene como propósito crear un glosario en el campo de la psicología a partir de un extracto del libro *El gran libro de los sueños*, escrito por el autor español Emilio Salas. El glosario lo componen términos técnicos cuyas traducciones al croata no figuran en los diccionarios, o términos que cambian de significado dependiendo del contexto. La tesina está dividida en la parte teórica y la parte práctica. En la parte teórica se presentan los datos básicos sobre la terminología, se presenta su historia, así como las diferencias y similitudes con otras ramas afines. Luego sigue la definición del glosario, su finalidad y los procedimientos que se desempeñan a la hora de redactarlo. Por último, se presentan el autor, el libro y el dominio al que pertenece el libro, la psicología de los sueños. Posteriormente, la parte práctica del trabajo está compuesta de un extracto del libro en la lengua de origen, español, y una propuesta de su traducción a la lengua meta, croata. Además, la parte práctica incluye un análisis de ciertas soluciones de traducción que consta de varios ejemplos y un glosario resultante del análisis de dichas soluciones, algunos de los cuales se presentan en detalle en el trabajo. Con el propósito de comprobar si la traducción es válida y para crear el glosario en cuestión, se ha recurrido a diversos recursos. Se han leído varios textos paralelos y glosarios relacionados con la psicología, se han consultado especialistas en la materia y se estaban recopilando datos. En determinados casos, debido a la falta de textos paralelos adecuados, se ha acuñado una solución de traducción propia.

Palabras clave: traducción, terminología, glosario, término técnico, solución de traducción

Índice

1	Introducción.....	4
2	Marco teórico.....	5
2.1	Terminología en rasgos generales.....	5
2.2	La historia de la terminología.....	7 8
2.3	El límite entre lo general y lo especializado.....	9
2.4	La terminología y la lexicología.....	9
2.5	La terminología y la traducción.....	10
2.6	Glosario.....	11
2.7	Sobre el texto y su autor.....	13
3	Texto origen.....	15
4	La traducción.....	44
5	Análisis.....	7273
6	Glosario.....	8485
7	Conclusión.....	8687
8	Bibliografía.....	8889

1 Introducción

La más conocida y, probablemente, la más antigua división de la traducción se compone por un lado de traducciones técnicas y por otro, de traducciones literarias. Esta tesina contiene la traducción al croata de un texto español que aborda temas relacionados con la psicología de los sueños, por lo que pertenece al grupo de las traducciones técnicas. A este respecto, la finalidad de esta tesina es hacer un trabajo terminográfico cuyo resultado quede de manifiesto en el glosario, el cual se irá construyendo por medio de la traducción de un extracto del libro *El gran libro de los sueños* del escritor español Emilio Salas.

Es difícil definir solo un ámbito al que pertenece este libro. Dado que se detallan hechos psicoanalíticos y psicoterapéuticos, el apartado se puede clasificar en el ámbito de la psicología clínica. Pero, al mismo tiempo, pertenece al ámbito de la neuropsicología porque se estudian los procesos mentales y se intenta descubrir qué sucede en el cerebro mientras soñamos. Además, este libro aborda temas que pertenecen a la psicología general y experimental, que estudia los procesos psicológicos fundamentales, y la psicología social que investiga cómo el entorno social, familiar o laboral afecta nuestros procesos mentales. Se trata de un manual sobre la interpretación de los sueños cuyos destinatarios son todos lectores que están interesados en descubrir o por lo menos entender mejor qué significan sus sueños. El libro también resume la historia de la investigación de los sueños y respalda sus afirmaciones con ejemplos de experimentos que se realizaron con la finalidad de recopilar más información relacionada con esta actividad nocturna que los seres humanos – como también muchos animales – practicamos de manera involuntaria. Dicho esto, cabe resaltar que para la adecuada interpretación de muchas partes del documento es necesario contar con un conocimiento profundo en la materia que se aborda, y por tanto, el trabajo se ha dividido en dos partes.

La primera parte del trabajo consiste en la construcción del marco teórico que se principalmente basa en el enfoque de los estudios terminológicos de María Teresa Cabré, Adelina Gómez González-Jover, Silvia Montero Martínez e Isabel Santamaria Pérez. Al exponer y analizar los postulados de sus teorías se demostraría con qué dificultades se enfrentan los traductores a la hora de trabajar en textos especializados. Así pues, la parte teórica de esta tesina presenta los procesos necesarios y la metodología que se ha aplicado con la finalidad de obtener la terminología equivalente en la lengua croata. En rasgos generales, la parte teórica aborda la historia de la

terminología, el límite entre lo general y lo especializado, luego las similitudes y disimilitudes entre la terminología y la lexicología, como también entre la terminología y la traducción, proporciona la definición de glosario y sus objetivos y, por último, define de qué trata el libro traducido.

La segunda parte contiene la parte práctica, que parte de la traducción del extracto del libro desde el español como lengua de origen, al croata como lengua meta. Entretanto, se hace un análisis detallado de los casos en los que han surgido dificultades y su correspondiente explicación para la resolución. Por consiguiente, el glosario, que se constituye como resultado del proceso anteriormente mencionado, está compuesto de los términos problemáticos y sus traducciones al croata.

Finalmente, en la conclusión se hace un resumen de todo el proceso del trabajo hecho en la presente tesina.

2 Marco teórico

2.1 Terminología en rasgos generales

Para empezar, hay que definir la Terminología¹ como disciplina y dar una explicación de distintos conceptos de esta palabra, como también su propósito fundamental. Existen tres significados distintos para el concepto “terminología” como lo son: la disciplina, la práctica y el resultado de dicha práctica. Para Cabré (1993), la terminología es la disciplina encargada de los términos, y más concretamente de las directrices que definen cómo estos se recopilan. Además, la terminología engloba los términos de una materia especializada y cómo estos se compilan y clasifican en glosarios, vocabularios, diccionarios, bases de datos, tesauros, etc. (Ibid.). Al mismo tiempo, Montero Martínez, Faber y Buendía Castro (2011: 19) también definen tres significados distintos de la palabra terminología. Según ellas, la Terminología es: 1) una teoría que explica las relaciones entre los conceptos y los términos, 2) el trabajo de compilación, descripción y presentación de estos términos y 3) el vocabulario que pertenece exclusivamente a un dominio de especialidad. De

¹ La palabra terminología se escribe con mayúscula cuando se refiere a la disciplina teórica

forma paralela a la representación de la realidad, la terminología también sirve para transmitir el conocimiento, es decir, para la comunicación que puede realizarse directamente entre el emisor y el especialista o a través de un mediador como el traductor (Gomez, 2005: 232). De ahí se puede concluir que la terminología no solo transmite, sino también de alguna manera representa el conocimiento especializado y al mismo tiempo le ayuda al traductor a orientarse mejor a la hora de estructurar el conocimiento que el texto proporciona.

Aunque pueda parecer que la terminología ha tenido un desarrollo extraordinario en el último siglo como interdisciplina necesaria para representar y transmitir el conocimiento más especializado, tal y como afirma Gómez (2005), los principales impulsores del dicho desarrollo han sido aquellos lenguajes de ámbito profesional derivados sobre todo de la ciencia y la tecnología. Gómez (2005: 70) menciona siguientes ejemplos de lenguajes profesionales: coloquios y congresos nacionales e internacionales, creación de órganos científicos (revistas, periódicos de divulgación, revistas profesionales), publicaciones y obras científicas individuales y colectivas, enseñanza y formación (empresas, universidades), etc.

Es necesario entender que la Terminología como disciplina no es autónoma y autosuficiente, más bien se trata de una materia interdisciplinar. Cabré (2005) lo explica con que la Terminología principalmente pertenece a las esferas de la lingüística aplicada, pero al mismo tiempo se puede relacionar con otras ciencias como, por ejemplo, con las ciencias de la comunicación. Cabe destacar que la Terminología, por tener un metadiscurso muy amplio, es considerada la ciencia del lenguaje más importante. Define su objeto de estudio en relación con otras disciplinas de las que extrae conceptos y tiene sus propias bases y fundamentos teóricos. Es transdisciplinar por cuanto participa de todas las materias especializadas, ya que todas ellas poseen y usan una terminología para representar sus conocimientos (Pérez, 2009: 8). Además, la Terminología se suele considerar parte integrante de la Lingüística, más específicamente, de la Lexicología. Por lo tanto, sería necesario explicar la relación entre estas dos disciplinas. La disciplina de la terminología tiene como función principal encargarse de los términos de especialidad. Estos mismos términos define basándose en elementos lingüísticos, en las ciencias cognitivas y en especialidades diferentes. Los lingüistas definen los términos como un conjunto de signos lingüísticos que forman parte de un subgrupo dentro del elemento léxico de la gramática de un idioma. Según la lingüística, como remarca Gomez (2005), términos y palabras no son

distintos, se trata de unidades léxicas que componen la competencia léxica del hablante, puede ser una competencia general (común para todos) o una competencia especializada (usada solo por algunos hablantes). De allí proviene la importancia del contexto, dado que este define el valor especializado de las unidades léxicas. La lexicología como disciplina dispone de un campo más amplio, ya que engloba el estudio del léxico, es decir, del vocabulario. La lexicografía es el arte o la técnica de componer diccionarios y en este sentido, hay zonas de coincidencias entre la lexicología y la lexicografía, aunque la primera es más especulativa y la segunda más aplicada (Gómez, 2005: 13). La terminología puede considerarse como un subconjunto de la lexicología, puesto que su contenido es también el estudio teórico del léxico, concretamente, del léxico especializado (Ibid.).

En cuanto al objetivo principal, según Cabré (2004), la terminología como disciplina se propone entender la manera en que el conocimiento especializado se organiza en unidades conceptuales y denominativas que pertenecen a un sistema de comunicación y cómo facilitan la comunicación especializada. Esta comunicación especializada, como escribe Cabré (1993), no difiere mucho del proceso general de la comunicación. Sin embargo, existen ciertas restricciones en la comunicación especializada; el interlocutor es, en menor o mayor grado, especialista en una materia; los interlocutores cuando comunican saben que comparten cierta información; el mundo de referencia se limita al campo propio de especialidad; el sistema de comunicación incluye el lenguaje general, del que extrae la sintaxis, la morfología, etc., y el subcódigo de la especialidad, del que extrae la terminología específica; el tipo de texto es fundamentalmente informativo y descriptivo (Cabré, 1993: 5). Los interlocutores intercambian la información usando el lenguaje de especialidad tanto de forma escrita como también de forma oral. Dichos usos se basan en variaciones funcionales que están caracterizadas por su objetividad y por seguir una temática específica, por el uso preferente del canal escrito, y por el nivel de formalidad.

En el proceso de transferencia la terminología juega un papel relevante porque todas las especialidades disponen de unidades terminológicas específicas que representan sus conceptos y porque la calidad de una traducción especializada requiere como recurso habitual el uso de terminología adecuada al nivel de especialización del texto (Cabré, 2004: 27).

2.2 La historia de la terminología

Aunque los orígenes de la terminología, como escribe Adelina Gomez Gonzáles-Jover (2005), datan del siglo XVII, cuando se empezó a controlar la creación de las denominaciones para facilitar la comunicación y para que no haya malentendidos, recién en el siglo XX fue cuando se llegaron a establecer las bases lingüísticas de la terminología como materia autónoma e interdisciplinar. Este desarrollo sobre todo se debe a la revolución industrial y tecnológica.

En el período de integración se crearon diferentes escuelas, como la de Viena, la de Praga y la soviética, pero también son muy importantes los trabajos realizados y las iniciativas emprendidas en instituciones dedicadas a la investigación en Canadá, en Francia, en los países nórdicos y en Gran Bretaña (Ibid.). Gracias a esas aportaciones, la terminología amplía sus límites, de igual manera en sus postulados teóricos que en su ámbito más práctico. Cabré (cf. 1999: 122) hace una síntesis de las cualidades fundamentales que conforman la teoría general de la terminología en los siguientes puntos:

- A) Se conoce a la terminología autónoma como materia, y es descrita como el campo de intersección formado por las «ciencias de las cosas» y por otras disciplinas como la lingüística, la ontología y la informática.
- B) Esta teoría basa sus estudios en los términos técnicos y científicos que se entienden como componentes específicos de un ámbito de especialidad, con un uso focalizado en su ámbito correspondiente.
- C) Los términos son unidades semióticas que se componen de concepto y denominación caracterizadas por tener justificado su uso en campos de especialidad. Estos términos se crean partiendo del concepto que representen y, por lo tanto, se considera que la denominación es posterior al concepto.
- D) Algunas relaciones interconceptuales pertenecientes al mismo ámbito especializado difieren en tipo. La estructura conceptual de una materia es como se llama a este conjunto de relaciones entre conceptos.
- E) Un término determina su valor basándose en su posición dentro del entramado conceptual de una materia.
- F) La finalidad del estudio de los términos es promover una normalización conceptual y denominativa, monolingüe -en el caso de la comunicación profesional nacional- o plurilingüe, si se trata de la comunicación internacional.

- G) La normalización de la terminología busca asegurar la univocidad y acierto en el campo de la comunicación profesional impulsando el uso de términos normalizados.

2.3 El límite entre lo general y lo especializado

Para Gómez (2005), la lengua no es más que el uso que hace del lenguaje su comunidad de hablantes. Además del uso que hacen de la lengua los hablantes en su cotidianidad, se emplea igualmente en contextos específicos, como son los lenguajes profesionales que, a medida que crecen, enriquecen y alimentan la lengua general, siendo a menudo difícil discernir los límites entre la lengua general y la lengua especializada” (Ibid.). Al tratar de delimitar el lenguaje profesional, cabe mencionar la importancia de respetar las necesidades de la comunicación, la pragmática, los interlocutores y su contexto. No obstante, el objetivo final del léxico profesional es sin duda representar el conocimiento. Ciertas palabras, aunque provienen del lenguaje general, se han adaptado al léxico profesional y han adquirido un significado específico en su campo correspondiente. Precisamente estas palabras suelen ser las más problemáticas en la traducción técnica, ya que al traductor le podría pasar que ignore su polisemia y realice la traducción sin dar con el equivalente adecuado para el contexto dado.

2.4 La terminología y la lexicología

La lexicología nace con el propósito de estudiar lexemas que conforman el léxico general de una lengua. Adicionalmente, persigue explicar y describir cómo funciona el léxico y evaluar qué soluciones buscan los hablantes a la hora de denominar conceptos nuevos. Dependiendo de la lengua, los hablantes siguen diferentes pautas estructurales sistemáticas para crear términos. Por lo tanto, este estudio abarca la formación y el significado de los lexemas, las combinaciones de estos entre sí, además de la relación con otros niveles de la gramática, como la morfología, la fonología y la sintaxis (Gomez, 2005: 66).

Naturalmente, el estudio de la metodología y la sistematización del léxico especializado ha surgido más tarde que el del léxico general. Es cada vez más habitual recoger las palabras especializadas en los diccionarios generales, lo que se debe sobre todo al hecho de que los medios de comunicación de masas (como las obras de divulgación, periódicos, internet, etc.) tienen un alcance cada vez más amplio (Ibid.). Además, el constante crecimiento y difusión comercial de la tecnología son otros factores que promueven la proliferación de los términos técnicos en el uso cotidiano del lenguaje.

Aunque es evidentemente difícil establecer una línea divisoria entre lexicología/grafía y terminología/grafía, o, entre palabras y términos, simultáneamente estas siempre interactúan entre sí (Gomez, 2005).

2.5 La terminología y la traducción

La terminología y la traducción como disciplinas y como actividades están estrechamente relacionadas. Se trata de dos materias interdisciplinarias de base lingüística cuya materia prima es el lenguaje (Cabré, 2004). Ambas son materias recientes, pero al mismo tiempo representan actividades muy antiguas que surgieron para resolver necesidades prácticas de tipo informativo o comunicativo (Ibid.: 20). Los diccionarios, vocabularios y glosarios son los recursos más importantes que aligeran a los traductores y mediadores la difícil búsqueda de equivalencias. Sin embargo, cada vez que se está traduciendo un texto especializado, uno de los impedimentos más señalados por dichos usuarios profesionales es la escasez de material de referencia fidedigna, escrita por especialistas en el campo temático correspondiente (Gomez, 2005). Cabe destacar la importancia que tienen la especialización, la información lingüística disponible y la temporalidad de la terminología, en el sentido que esta debería estar al día con el contexto de la actualidad (Ibid.).

No obstante, la metodología que se usa para realizar un trabajo terminológico difiere en muchos aspectos de la metodología traductológica. Así, el proceso de recopilación de términos no puede partir de las formas sino de los conceptos, y, por esto no puede ser una traslación de nombres, sino una búsqueda de las denominaciones naturales que en cada lengua corresponden a un concepto especializado (que son, a fin de cuentas, las formas que usan los expertos en situación de comunicación profesional) (Cabré, 2004: 20). Una unidad terminológica es una unidad de conocimiento lexicalizada en una denominación, de uso frecuente en los textos especializados y la

adecuación y naturalidad de una traducción dependen en gran medida del recto uso de las unidades terminológicas reales (Ibid.). Cabe mencionar que la informática aportó mucho a la terminología, sobre todo en cuanto al inventario de los términos. Este salto cualitativo se ha experimentado fundamentalmente en dos aspectos: en la posibilidad de trabajar sobre corpórea representativos de textos automatizados, y en la utilización y explotación de los bancos de datos textuales, terminológicos y de conocimiento (Gómez, 2005: 17).

2.6 Glosario

El presente apartado tiende a mostrar los procedimientos que se realizan a la hora de redactar un glosario. Un glosario terminológico se puede definir como un listado ordenado de términos que se compone de una serie de informaciones a nivel lingüístico, nocional, semántico y documental, y con su equivalencia en otro u otros idiomas (Rodríguez, 2016). El propósito fundamental de un glosario es facilitar la comprensión de las unidades terminológicas que pertenecen a un lenguaje de especialidad en particular. El uso de glosarios especializados es un recurso de valor fundamental para los traductores. En ellos deben estar resueltos los problemas puntuales de terminología. Según Gómez (2005), para poder llevar a cabo la elaboración de un glosario, primero hace falta identificar qué unidades terminológicas pertenecen al lenguaje de especialidad en cuestión y luego es necesario extraerlas. Ya se ha mostrado en el apartado 2.3. que a menudo es difícil determinar con seguridad si un término es general o especializado y justo por este motivo el conocimiento y la investigación sobre el ámbito en cuestión son imprescindibles. La necesidad de sistematización para el desarrollo de extractores terminológicos promueve una reflexión teórica sobre las características formales que tienen que tener las unidades del texto para ser consideradas terminológicas, y sobre si realmente existe una manera objetiva de identificarlas (Nazar, 2011: 36). Según Cabré (1999), el contexto es la clave para detectar las unidades terminológicas, ya que él da el valor. Al mismo tiempo, la misma forma de la unidad puede aparecer con otro significado, no especializado, en el lenguaje general.

Una vez extraídas las unidades terminológicas, se procede con la búsqueda de sus equivalentes en la lengua meta. Hay que tener en cuenta que las lenguas disponen de diferentes recursos denominativos, puesto que se hallan en estadios diferentes de desarrollo, pero en todas

las lenguas se pueden expresar todas las realidades (Cabré, 2004). Según Cabré (2000: 15), la documentación especializada es la base de un trabajo terminográfico, ya que los traductores y terminólogos no inventan los términos, sino que los encuentran en los textos escritos por los especialistas. Por este motivo es importante ir consultando dicha documentación a lo largo de todo el proceso de la traducción, y no usarla solo durante la preparación.

Esta documentación especializada puede incluir (Cabré, 2000: 160):

- 1) obras terminológicas o lexicográficas especializadas
- 2) obras de contenido especializado
- 3) obras de lexicografía general.

Hecho la recopilación de los datos pertinentes, los pasos para la elaboración del glosario se pueden describir de la siguiente forma (Rodríguez, 2016: 59):

Etapa 1. Definición y delimitación del trabajo. En esta primera etapa es donde se delimita el tema a investigar y se define tanto la audiencia objetivo como las funciones y la finalidad del glosario.

Etapa 2. Preparación del trabajo. Se debe recopilar toda la información necesaria acerca del tema del cual se pretende elaborar un glosario.

Etapa 3. Elaboración de la terminología. En esta etapa, se deben extraer del corpus aquellos segmentos que se consideran ser términos propios del campo de especialidad que se trabaja.

Etapa 4. Presentación del trabajo. En esta cuarta etapa, se presenta el trabajo editado de manera esquemática.

Etapa 5. Supervisión del trabajo. En esta etapa se lleva a cabo, fundamentalmente, un proceso de revisión del trabajo por parte de expertos en la materia especializada con el fin de solucionar posibles errores.

Etapa 6. Tratamiento y resolución de los casos problemáticos. En la última fase se procura resolver los problemas derivados de la terminología que se ha analizado.

2.7 Sobre el texto y su autor

El texto que ha servido de corpus para la elaboración del glosario pertenece al libro con el título «El gran libro de los sueños», escrito por Emilio Salas. Se publicó por primera vez en 1987, pero luego hubo otras ediciones nuevas.

Emilio Salas nació y trabajó en Barcelona, en una empresa metalúrgica, pero tuvo que dejar ese trabajo e ir a ayudar a su padre en su librería de compra, venta y alquiler de libros. La librería se convirtió en un pasatiempo para él y, puesto que era un lugar de tertulia más que un lugar de venta, por allí pasaron muchos escritores, pintores, coleccionistas, etc. Se jubiló en el año 1975 y no fue hasta entonces que empezó a dedicarse a la escritura. Algunos de los libros que publicó son: “El poder de las pirámides”, “El gran libro del Tarot” y “El libro de los nombres”.

El texto traducido y los términos extraídos pertenecen al ámbito de la psicología, aunque, como ya está explicado en la introducción, no se puede definir solo un ámbito concreto de la psicología al que pertenece el libro. Dado que en el texto se describen hechos psicoanalíticos y psicoterapéuticos, el libro se relaciona directamente con el ámbito de la psicología clínica y de la salud. No obstante, puesto que se estudian los procesos mentales que ocurren mientras soñamos, el libro pertenece también al ámbito de la neuropsicología. Asimismo, el autor aborda temas que se circunscriben a otras ramas de la psicología. La psicología básica y psicología la experimental están orientadas a procesos psicológicos fundamentales, como es la memoria. La psicología social se dedica a investigar la manera en que el entorno social, familiar y laboral afecta los procesos mentales de una persona.

Los motivos para elegir este libro han sido diversos. Predomina el interés por los procedimientos del cerebro humano mientras dormimos y por el poder del nuestro inconsciente. Por consiguiente, vale destacar el interés en el significado de los sueños, como también en los motivos por los que soñamos. Por último, este libro se ha elegido con la intención de descubrir más acerca de la influencia que estos sueños tienen sobre nosotros. A pesar de que hayan sido numerosos los experimentos y estudios relacionados con los sueños, hasta hoy en día sabemos relativamente poco sobre los procedimientos cerebrales que ocurren mientras dormimos. Este hecho explica por qué las opiniones de los expertos suelen diferir tanto en cuanto al significado de los sueños, pero también con la sola existencia del significado de los sueños.

El siguiente apartado representa la parte práctica del trabajo y consiste en el texto origen en español y su traducción al croata.

Emilio Salas

El gran libro de los sueños



Ediciones Martínez Roca, S. A.

Primera parte

El estudio de los sueños

1

Dormir y soñar

Si tenemos en cuenta que dormimos unas ocho horas diarias, nos daremos cuenta de que pasamos durmiendo una tercera parte de nuestra vida, es decir, que a los sesenta años habremos perdido unos veinte sin hacer nada, simplemente tumbados en la cama.

Si esto se lo contamos al médico, se echará a reír y nos responderá que este tiempo «perdido» es imprescindible para que nuestro cuerpo se recupere del desgaste ocasionado por la actividad diurna, y que la regeneración celular, imprescindible para reponer células gastadas, cerrar heridas y conservar la salud se realiza casi por completo mientras dormimos.

Pero si ahora acudimos a un fisiólogo especializado en el estudio del sueño, nos dirá que con unas tres horas hay más que suficiente para dicha recuperación orgánica, lo que no impide que el resto del tiempo que pasamos durmiendo y que aparentemente no sirve para nada, sea tanto o más útil que el empleado en la recuperación física, pues lo empleamos en soñar, y que no existe la menor duda de que sin soñar no podríamos vivir. Y es que si el dormir es para regenerar el cuerpo, el soñar es para reorganizar el alma o, si queremos ser más precisos, nuestra conciencia.

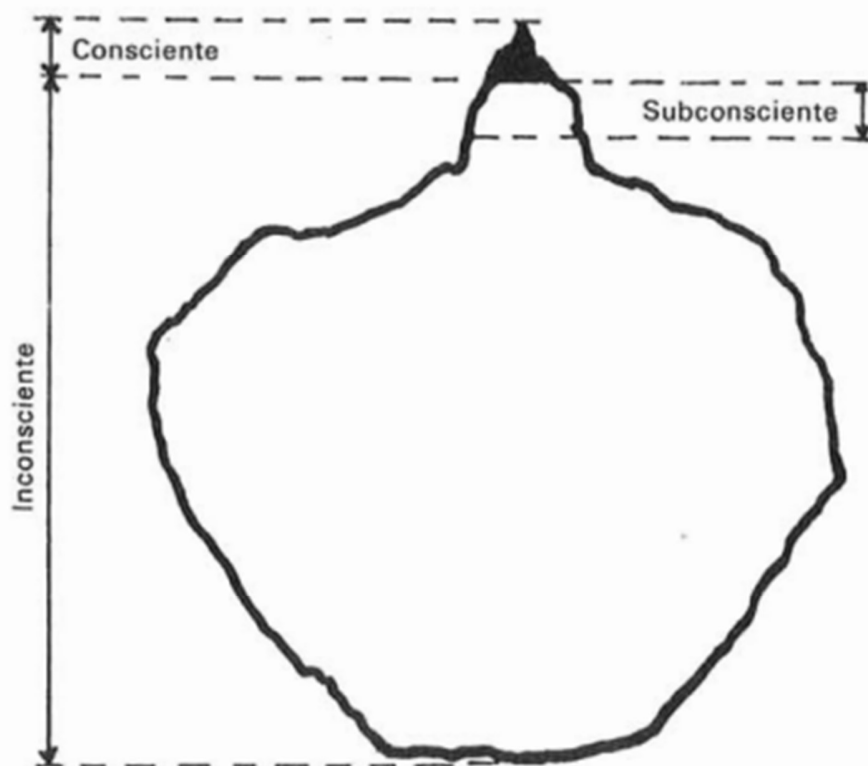
La conciencia: consciente, subconsciente e inconsciente

Hubo un tiempo en que solía decirse: «Dios es el refugio de la ignorancia», y es que cuando se ignoraba algo se recurría a Dios como

último recurso o argumento. «Sólo Dios puede saberlo», «Lo hizo Dios», «Misterios divinos», en efecto, eran frases comunes para salir de apuros. Pues bien, ahora estamos en otro tiempo en que podríamos aprovechar la misma frase sustituyendo «Dios» por «inconsciente», pues todo aquello que ignoramos o no sabemos explicar de nuestra vida psíquica lo atribuimos al inconsciente, aunque muchas veces no sepamos muy bien qué es, dónde empieza y dónde termina: y es que, en realidad, consciente, subconsciente e inconsciente son divisiones más o menos reales y más o menos arbitrarias de lo que hemos dado en llamar conciencia. Entendiendo por conciencia el conjunto de todos los contenidos de nuestra psique, de nuestra alma.

Con frecuencia se compara a nuestra conciencia con un iceberg del cual la parte que sobresale por encima de las aguas sería el consciente y lo que permanece oculto por debajo de las mismas el inconsciente; y en este símil, muy gráfico y adecuado a la realidad, el subconsciente sería aquella parte del inconsciente que se halla en íntimo contacto con el consciente.

Más o menos la imagen sería la siguiente:



Como es natural, en la realidad los límites entre las distintas zonas no están bien delimitados sino que son confusos, y lo único que permanece claro es que aquello que *ahora* tenemos en la mente es lo

consciente; lo que *ahora* tenemos olvidado, fuera de la mente, lo inconsciente; y lo que *ahora* no tenemos en mente pero «casi» lo está y podemos acceder a ello con facilidad estará en el subconsciente.

El inconsciente, archivo de vivencias

Durante el día, cuanto hacemos, sentimos o pensamos se va almacenando en la conciencia, pues es bien sabido que no olvidamos absolutamente nada, como lo prueba el hecho de que mediante la hipnosis es posible recordar hasta la menor palabra y el menor hecho de nuestra vida, haga el tiempo que haga de lo sucedido. Pero este almacenamiento podríamos decir que es automático e indiscriminado, por lo que en otro momento deberemos proceder a su «clasificación y archivo» en el lugar correcto de nuestra conciencia.

Siempre que se archiva una ficha, para colocarla en el sitio exacto que le corresponde hay que remover las otras fichas del mismo departamento; y en nuestra conciencia ocurre lo mismo, pues para «archivar» un hecho, una palabra o un sentimiento debemos «remover» —es decir, actualizar— el mismo tipo de hechos, palabras o sentimientos que ya estaban «archivados», es decir, aparentemente olvidados, enterrados en el fondo del inconsciente. Todo este proceso —figurado, claro está— viene a ser una parte de lo que ocurre mientras dormimos, y también explica por qué hay palabras y acontecimientos que nos afectan mucho más profundamente que otros, pues al «archivarlos» debemos remover heridas de nuestra alma que no cicatrizaron y que fueron ocasionadas por hechos anteriores que nos fueron muy penosos. De hecho, ésta es la base en que se fundamenta todo el psicoanálisis.

El procedimiento del inconsciente

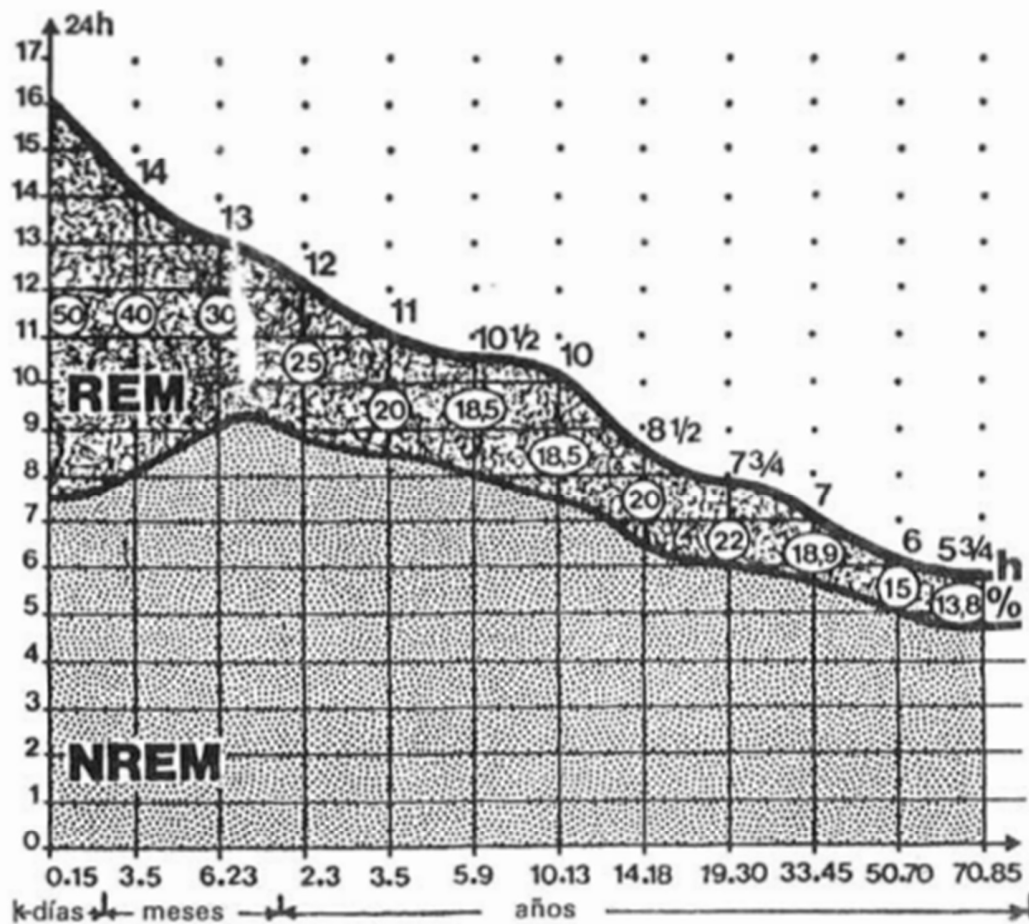
Pero las cosas nunca son sencillas, y del mismo modo que al hablar de la regeneración celular dijimos que se realizaba «preferentemente» mientras dormíamos, ahora deberemos reconocer que el soñar y la actividad del inconsciente también se dan preferentemente mientras dormimos, pero que en realidad ambas funciones, regeneración celular y trabajo del inconsciente, se siguen dando, aunque en otras proporciones, durante todo el día, y no es raro tener que reconocer que muchas veces soñamos despiertos. Como dice Jung:

«... en el fondo existen muy pocos momentos en que somos realmente conscientes... por el contrario, el inconsciente es un estado constante, duradero... mientras escuchamos, hablamos, leemos,

nuestro inconsciente sigue trabajando aun cuando no nos demos cuenta. Puede demostrarse que el inconsciente teje permanentemente un vasto sueño que, imperturbable, va siguiendo su camino por debajo de la conciencia y emerge por la noche en los sueños y, en ocasiones, incluso durante el día.»

Lo que llegamos a soñar

Los animales de sangre fría no sueñan nunca; por las noches y en tiempo frío, al bajar la temperatura ambiente por debajo de cierto lí-



Horizontalmente: edad en días, luego en meses y finalmente en años.

Verticalmente: duración del sueño en 24 horas.

REM: corresponde al sueño paradójico (soñar).

NREM: corresponde al resto del sueño (dormir).

(Curvas según Roffwarg, Muzzio, Dement, revista Science, 1966.)

mite, caen en un letargo en que todas sus funciones vitales quedan prácticamente paralizadas, incluso las del cerebro; cuando vuelve a lucir el sol o la temperatura sube hasta un grado aceptable para ellos, vuelven a recuperar todas sus funciones vitales.

Que nosotros sepamos, el único animal de sangre fría que presenta indicios de soñar es el camaleón. También lo hacen todos los animales de sangre caliente, desde los pájaros, que sueñan un 0,5% del tiempo que pasan dormidos, hasta el hombre, que llega a soñar un 20% de dicho tiempo. Sólo existen muy raras excepciones a esta regla, como por ejemplo el ornitorrinco australiano, verdadera rareza de la naturaleza, que no sueña nunca.

Y concretándonos al hombre, debemos resaltar que los porcentajes son muy distintos y van disminuyendo desde el momento en que nacemos hasta que morimos, pues el recién nacido sueña más de la mitad del tiempo que duerme —que es mucho—, y luego con los años va variando, pues a los sesenta años por ejemplo, ya sólo sueña un 15% del tiempo que se duerme a la vez que se duermen menos horas; y hasta el final de la vida ambas cosas, dormir y soñar, siguen disminuyendo, como puede comprobarse en el gráfico de la página anterior, diseñado por P. Fluchaire.

La importancia de estas estadísticas es la de hacernos ver que el soñar es un privilegio de los animales superiores y del hombre; es decir, de aquellos que son capaces de aprender, de sacar consecuencias de los hechos y guardar las conclusiones; y que al empezar la vida, como todo es nuevo, todo precisa ser guardado y archivado, mientras que con los años la actividad se va reduciendo y con ella la necesidad de incorporar nuevas vivencias a la conciencia.

2

La historia de una nueva-vieja ciencia

Mucho antes de que los hombres se interesaran en por qué dormimos y soñamos, ya se hallaban preocupados en interpretar qué podían significar los sueños, y tanto es así, que con las primeras muestras del lenguaje escrito, hará unos 6000 años, ya encontramos interpretaciones de sueños; luego, escritos babilónicos que se remontan a 4000 años ya son mucho más completos sobre este tema.

A partir de estas lejanas fechas, todas las culturas y libros sagrados nos hablan de los sueños y de su importante papel en la historia de la humanidad ya que los consideraron la mejor prueba de la existencia del alma, de los dioses y de otra vida, pues para ellos quienes les hablaban y aconsejaban desde el mundo de los sueños eran dioses y difuntos.

Y esto en todas las religiones, incluso las judeo-cristianas; en el Talmud, por ejemplo, existen 217 referencias a los sueños, y unas 60 en la Biblia. Y luego, ni Gengis Khan habría conquistado medio mundo, ni Napoleón habría hecho otro tanto sin la ayuda de los sueños, lo que ni el uno ni el otro ocultaron jamás. Y podríamos poner muchísimos más ejemplos.

Freud, Jung y el psicoanálisis

Hasta 1900 todas las «Claves de sueños» (que así se llamaban las recopilaciones de sueños interpretados) no pasaban de ser copias y recopias de tratados onirománticos de la antigüedad adornados con

citas de los textos sagrados y algún que otro añadido más o menos fantasioso.

Pero en dicho año de 1900 aparece una obrita de cien páginas escrita por un médico vienés que se titula *Die Traumdeutung* y cuyos 600 ejemplares tardaron unos ocho años en venderse, pues el mundo científico intentó ignorarlo mientras pudo. Este médico se llamaba Sigmund Freud y la obra se ha traducido como *Interpretación de los sueños*. En la actualidad es el libro de sueños más vendido en todo el mundo.

Aun cuando no fue Freud quien descubrió el inconsciente, pues Janet, Schopenhauer, Bergson y otros ya lo habían definido —al menos teóricamente—, sí fue el primero en darse cuenta del importante papel del mismo y de que los sueños eran una vía de comunicación entre consciente e inconsciente, lo que los convertía en una función esencial para la vida psíquica.

Pero Freud era un médico y, en el fondo, para él los sueños no eran más que un importantísimo medio terapéutico. Hizo un gran descubrimiento que ha sido el nacimiento de una nueva ciencia; o mejor dicho, el renacimiento de una antigua ciencia que se había ido perdiendo, pues el estudio de los sueños no sólo nos demuestra que son la puerta entre consciente e inconsciente, sino también el cómo y el porqué de otra ciencia igualmente importante: la simbología. Es por ello que en este capítulo la denominó como una nueva-vieja ciencia.

Volviendo a Freud, debemos reconocer que como todos los grandes precursores puso la primera piedra sobre la que luego sus discípulos, Jung en especial, completarían el edificio en que se ha convertido el psicoanálisis. Fue Jung quien demostró que los sueños son la más clara, sincera, verdadera y espontánea representación del conjunto del inconsciente y del alma.

Fue Jung quien definió el inconsciente colectivo en el que se acumula toda la experiencia de la humanidad, por no decir de la creación, y sobre lo que nos extenderemos más adelante. Y a partir de él, de Adler y demás discípulos, se ha creado todo un conocimiento de nuestro mundo interior y toda una ciencia de la interpretación de los sueños que ya nadie puede poner en duda.

Kleitman y el mecanismo del sueño

En 1920, el fisiólogo norteamericano Kleitman empezó a estudiar el fenómeno del sueño y en 1952 publicó el resultado de sus investigaciones.

Para estudiarlo mejor, una vez se quedó durante 180 horas (siete

días y medio) sin dormir; y en 1938 se encerró durante 32 días en el fondo de una gruta de Kentucky.

Más tarde, se le ocurrió registrar con el electroencefalógrafo las variaciones del potencial eléctrico del cerebro mientras dormimos y soñamos, y fue agregando nuevos perfeccionamientos para poder registrar además las variaciones del potencial eléctrico que se producen cuando los músculos del ojo se contraen y relajan, comprobando que el ojo se desplaza con gran rapidez al mismo tiempo que se modifican las ondas cerebrales, fenómeno que designó con el nombre de REM (de *Rapid Eye Movement* = movimiento rápido del ojo), y que este movimiento sólo se produce mientras soñamos. Más adelante se ha llamado sueño paradójico a aquella parte del sueño en que soñamos.

En 1953 Kleitman aceptó la colaboración de un estudiante de medicina llamado William Dement, y poco a poco a nuevos colaboradores, con los que siguieron a los sueños con mayor precisión. Los movimientos del ojo les demostraron que cuando soñamos «vemos» la escena y la seguimos con los ojos, del mismo modo que todos nuestros músculos siguen —aunque imperceptiblemente— todos los movimientos del sueño.

Y es que la actitud del soñador frente al sueño es la misma de un espectador que asiste a una función de teatro o al desarrollo de una película. Como dijo uno de los participantes en la investigación, George Mann, cuando asistimos a una función teatral comenzamos por agitarnos en nuestra butaca hasta que empieza la acción, en cuyo momento dejamos de movernos, lo que no impide que inconscientemente sigamos incluso físicamente los movimientos de los actores. Cuando llega el entreacto volvemos a agitarnos, después de lo cual la función prosigue de la misma forma hasta que se termina. Pues bien, nosotros asistimos cada noche a un espectáculo que sólo se representa en nuestro cerebro.

Los sueños, hoy

Algo más tarde, los franceses iniciaron sus investigaciones en Lyon, por una parte el profesor Jouvét y su equipo en la facultad de Medicina a partir de 1959 y, por otra, Ruckebush en la Escuela Nacional de Veterinaria desde 1962.

En la actualidad, más de mil investigadores repartidos por todo el mundo siguen investigando y ampliando conocimientos siguiendo las huellas de los que todavía son los «dos grandes», Jouvét en el Centro Claude-Bernard de Lyon, y Dement, ahora afincado en Stanford, y sus conclusiones son verdaderamente extraordinarias.

3

La fisiología del sueño

Hemos visto como Kleitman descubrió el fenómeno del REM y su hipótesis de que se producía cuando el paciente soñaba. ¿Cómo verificó su hipótesis? Pues muy sencillo, despertándolo para preguntárselo. En 152 experiencias de una serie de 191, el durmiente al que se despertó en el momento en que se estaban produciendo los REM confirmó que estaba soñando; sólo 39 no pudieron afirmarlo con toda seguridad o no lo recordaban. Por el contrario, de las 16 veces en que a pesar de registrarse los REM no se despertó a los durmientes dejándoles dormir toda la noche, 15 veces no recordaron nada.

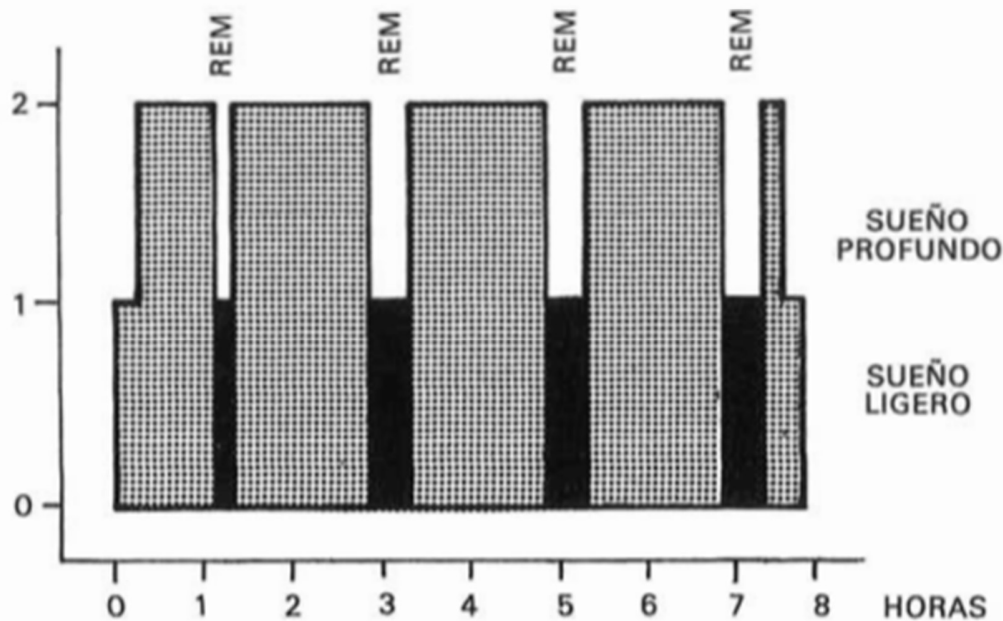
Es así como actualmente podemos saber gracias al REM cuándo soñamos y cuándo nos limitamos a dormir; es posible obtener cifras sobre la frecuencia, la profundidad y la duración del sueño y de los sueños, con lo cual lo que hasta ahora era puramente especulativo pasa a convertirse en realmente científico y controlable, y es también así que podemos afirmar que todos los animales superiores también sueñan.

Los primeros resultados

Según estos primeros estudios de Kleitman, cuando nos quedamos dormidos existe un estadio inicial en el que se va produciendo el corte con el mundo objetivo, durante el cual algunas veces existe una sensación como si se flotara. Luego, unos 15 minutos después de iniciar el sueño se llega al sueño profundo. A los 60 o 70 minutos aparece el primer sueño (REM) que dura de 9 a 10 minutos. Entonces se reanuda el

sueño profundo por otros 90 minutos y surge el segundo sueño, de unos 20 minutos de duración, seguido de otros 90 minutos de sueño profundo, tras los cuales aparece el tercer sueño de unos 25 minutos; y el ciclo sigue con el cuarto sueño de unos 20 o 30 minutos. Después de algunos minutos de sueño profundo primero y de ligero después, entre la 7.^a y la 8.^a hora de sueño se produce el despertar definitivo.

Visto gráficamente vendría a ser algo así:



De estas experiencias, Kleitman dedujo que en el sueño existían dos niveles, el sueño ligero y el sueño profundo, y guiándose por la mayor actividad cerebral que se registra en los períodos REM, creyó que durante los mismos se producía una disminución en la profundidad del sueño; es decir, que se trataba de períodos de sueño ligero durante los cuales soñamos.

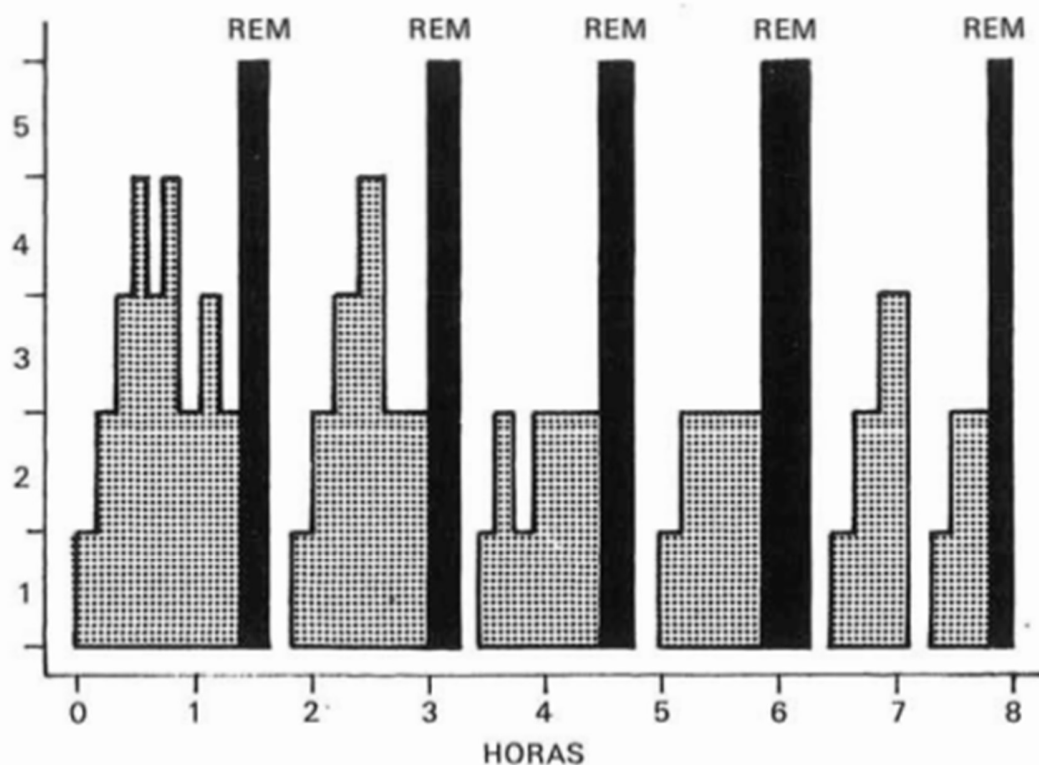
Las experiencias de Michel Jouvet

No obstante, cuando Jouvet profundizó en estos estudios en Lyon, pronto pudo comprobar que los estadios del sueño no son dos, sino cinco, y que precisamente el REM es el más profundo de todos ellos, siendo además la última porción de una fase de sueño tras la cual, y aunque luego no lo recordemos, se produce un corto despertar, con lo que podríamos decir que concluye una fase del sueño nocturno, para vol-

ver a empezar todo el proceso con ligeras variantes hasta completar cuatro o cinco fases separadas entre sí por unos minutos en los que estamos despiertos.

Lo curioso del caso es que cuando soñamos, durante el REM, la actividad cerebral es la máxima que se da durante todo el tiempo que dormimos; es decir, que cuando el cuerpo se halla más profundamente dormido es cuando paradójicamente el cerebro se halla más despierto. Es precisamente por ello que se ha dado en llamar *sueño paradójico* a los períodos de REM.

Tras las modificaciones introducidas por las experiencias de Jouvett, la gráfica de nuestro sueño quedaría como sigue:



1 = Sueño muy ligero. 2 = Sueño ligero. 3 = Sueño profundo. 4 = Sueño muy profundo. 5 = Sueño paradójico (soñar).

Por qué olvidamos los sueños

Ahora que sabemos cómo se desarrollan nuestras noches y que cada noche soñamos varias veces, la primera pregunta que a todos se nos ocurre es: ¿por qué olvidamos la mayor parte de estos sueños y aquellos que recordamos es de una forma vaga e inconexa?

Los especialistas del sueño nos responden a esto diciendo que siempre es posible recordar los sueños si despertamos en el momento adecuado, o si realmente queremos recordarlos y tomamos las medidas adecuadas. Lo que ocurre es que la famosa «censura» freudiana existe e inconscientemente tendemos a sofocar el sueño, a impedir que aflore al consciente y desde el subconsciente se vaya hundiendo en lo más profundo de la conciencia.

Es por ello que si se permite que el sueño complete todo su ciclo normal, éste queda archivado en el inconsciente y sólo nos queda el recuerdo de haber soñado o como máximo algunos detalles del mismo. Pero si nos despertamos bruscamente cuando está finalizando una fase REM, recordaremos casi perfectamente el sueño, porque el brusco despertar ha perturbado la labor de nuestra censura interna.

La censura interna

Según Freud, el motivo y la función de los sueños consiste en que a través de los mismos podamos satisfacer deseos reprimidos que conscientemente nos negamos a reconocer a causa de una educación forjada de acuerdo con las necesidades y prohibiciones de la vida en sociedad y de los tabúes de una moral convencional; pero ello no impide que dichas necesidades y deseos sigan existiendo en lo más profundo del inconsciente y puedan aflorar cuando menos lo esperemos o cuando al dormir aflojamos el dominio sobre nosotros mismos.

Esta represión llega a ser totalmente automática y es la misma que nos hace escandalizar ante ciertas palabras, escenas, e incluso el mero pensamiento de que en nosotros puedan existir deseos «impuros» e «inmorales»; y es también la misma que hace que en los sueños estos deseos se manifiesten enmascarados y disimulados en forma de imágenes simbólicas, para evitar que reconozcamos el deseo prohibido que nos negamos a nosotros mismos.

Pero si nuestra censura interna nos hace olvidar los sueños, lo que no puede impedir son sus reacciones fisiológicas y su repercusión sobre las glándulas de secreción interna, siendo éste el motivo de que existan enfermedades que se agravan a causa de los sueños, como por ejemplo los ataques nocturnos de angina de pecho, o algunos accesos de úlcera de estómago, que se ha comprobado que son más frecuentes por la noche que durante el día.

Del mismo modo, enfermedades incipientes con síntomas que todavía pasan desapercibidos durante el día, pueden ser detectadas o intuidas a través de los sueños que provocan. Y que muchos trastornos mentales, a veces también incipientes, se detecten gracias a que provocan sueños repetitivos, indicio de que una persona enferma libra la mis-

ma batalla noche tras noche, mientras que cuando se goza de buena salud, los sueños siempre son distintos y se renuevan sin cesar; de aquí la utilidad del análisis de los sueños cuando existen neurosis u otros trastornos similares.

Y lo que tampoco puede impedir nuestra censura interna es que nuestros sueños queden archivados en la memoria y exista la posibilidad de recuperarlos si sabemos cómo hacerlo.

La necesidad de los sueños

Otra cuestión que siempre se nos ocurre es la de si la cantidad de tiempo que dedicamos a soñar es constante, o si puede aumentarse o disminuirse de algún modo.

Todas las experiencias realizadas han demostrado que es imposible incrementar el tiempo que habitualmente dedicamos a soñar y que tampoco existe una forma natural de disminuir el tiempo que soñamos ni dejar de soñar, si bien esto último puede conseguirse gracias al empleo de drogas u otros procedimientos más drásticos, pero ello siempre comporta graves riesgos para la salud, e incluso para la vida.

En efecto, cuando a una persona se le priva de su ración diaria de sueños empieza a sufrir alucinaciones y trastornos nerviosos que llegan a la neurosis y las convulsiones, y el sujeto busca desesperadamente la forma de recuperar sus sueños perdidos, aunque sea intentando soñar repetidas veces durante el día brevísimos instantes, cuestión de pocos segundos cada vez. En voluntarios humanos siempre se han detenido las pruebas al llegar a este punto, pero, en animales, Juvet ha llevado las experiencias a su máximo grado: experimentando con gatos localizó un punto muy preciso cerca del encéfalo cuya coagulación implicaba la desaparición total de los sueños.

Localizado dicho punto procedió a su destrucción, comprobando que los animales así tratados seguían de momento su vida normal, comiendo, bebiendo y durmiendo, pero a los dos o tres días (al igual que sucedía con los hombres) empezaban a presentar alucinaciones y convulsiones, y al cabo de un tiempo, siempre antes de tres meses, terminaban por morir a pesar de hallarse sanos y sin que existiera nada que lo justificase, aparte, claro está, de la carencia de sueños.

No obstante, existen casos que parecen inexplicables: en ciertas personas a las que debe tratarse una narcolepsia, es necesario mantenerlas durante meses tratadas con drogas que suprimen la actividad onírica. En estos casos lo sorprendente es que aparte de ciertos efectos ya esperados de estas drogas no se presenta la menor perturbación del comportamiento, de la memoria, de la inteligencia ni de nada que pueda relacionarse con la pérdida de los sueños.

Claro está que, al igual que hemos dicho anteriormente, es posible que durante el día o incluso en algunos instantes nocturnos tengan algunos segundos de sueños muy esporádicos que sería imposible detectar. Y lo mismo podría ocurrir con aquellas raras personas que no duermen nunca.

Llegados aquí surgen multitud de preguntas casi todas ellas todavía sin respuesta: ¿Qué es lo imprescindible, el hecho de soñar o el contenido de los sueños? ¿Es que el cerebro no puede dejar de trabajar nunca, pues si se detiene más allá de un cierto límite de tiempo ya no puede volver a activarse? ¿Es que el sueño nos permite el acceso a otras realidades, a otras formas de existencia, a otra vida inmaterial, desligados de la cual no podemos seguir viviendo?

4

El lenguaje de los sueños

Si bien todavía quedan muchas preguntas a las que no podemos responder, de lo que no cabe la menor duda es que el sueño es una conversación con nosotros mismos en la que el inconsciente nos enfrenta a problemas, necesidades o cuestiones que nos atañan directamente, y lo hace en un lenguaje propio, muy cinematográfico y simbólico.

Este lenguaje se diferencia del que empleamos habitualmente por el hecho de que no es el idioma que aprendimos conscientemente y luego vamos elaborando, sino que es un lenguaje instintivo y común a toda la humanidad; y dado que cada uno de nosotros va incorporando nuevos contenidos a la conciencia durante toda la vida, este lenguaje interno se va modificando y adaptando a estos contenidos. Pero por más que lo hagamos propio y lo personalizemos, sus características esenciales permanecen inalteradas, pues pertenecen al inconsciente colectivo de la humanidad.

El inconsciente colectivo

Como dijimos anteriormente, fue Jung quien definió el inconsciente colectivo gracias al estudio de los sueños, en los que advirtió que repetidamente aparecen los mismos símbolos y conceptos que son comunes a toda la humanidad, y ello sin que el soñador tenga la menor idea del porqué de los mismos, e incluso la mayor parte de las veces sin saber qué significan.

Así por ejemplo, en el caso de una paciente que idolatraba a su

padre al extremo de considerarlo como un dios, registró el siguiente sueño:

«Su padre (que en realidad había sido de baja estatura) estaba con ella en una colina cubierta de campos de trigo. Ella resultaba muy pequeña en comparación con él, que aparecía como un verdadero gigante. La levantó del cuello, teniéndola en brazos como a una niña pequeña. El viento acariciaba los campos de trigo y, tal como las espigas se mecían al viento, el padre la mecía a ella en sus brazos.»

En este sueño podemos apreciar varios símbolos muy significativos, como el del trigo, el del gigantismo del padre, el mecerla en brazos y, muy especialmente, el del viento.

Ahora bien, la idea que la paciente temía de Dios se acercaba mucho más a la infantilista de un venerable anciano sentado en un trono, que residía en el cielo, desde donde juzgaba, ordenaba, premiaba o castigaba y concedía sus favores, que a la arcaica de un genio pagano de la naturaleza.

Y es bien sabido que si analizamos en su idioma original, el griego, aquel axioma clásico que dice «Dios es espíritu», veremos que la palabra *pneuma* significa a la vez *espíritu* y *viento*; es decir, que traduce un simbolismo universal y casi eterno en el cual Dios es un ente constituido o simbolizado por un viento infinitamente más fuerte y más grande que el hombre, o como un hálito invisible e impalpable que todo lo interpenetra.

Este mismo concepto lo hallaremos en el hebreo e incluso en el árabe, en el que la palabra *ruh* puede significar a la vez *aliento* y *espíritu*. Y todo ello sin salirnos del ámbito de nuestra civilización, pero igualmente podríamos hallar el mismo simbolismo en casi todas las demás religiones y mitologías, antiguas o exóticas.

De tal simbolismo primitivo, Jung acumula gran número de ejemplos en su libro sobre las transformaciones y símbolos de la libido, y le hace llegar a la conclusión de que en el inconsciente existe una diferenciación en los materiales que lo integran en dos grandes categorías: las pertenecientes al inconsciente personal, elaborado por el propio individuo a través de la vida, y las pertenecientes al inconsciente colectivo de la humanidad, que serían como unas categorías heredadas o arquetipos que se transmiten y perpetúan en toda la especie humana.

El inconsciente colectivo se hereda

En efecto, actualmente sabemos que dentro de los genes ya se hallan predeterminadas todas las características que formarán el nuevo ser; es decir, tanto las predisposiciones, cualidades y defectos físicos, como las posibilidades intelectuales. Por lo tanto, no hay nada que impida que podamos heredar en la misma forma los contenidos del inconsciente colectivo que se han ido acumulando en el mismo desde que el hombre existe como especie diferenciada, por no incluir además lo que la misma especie humana ya heredó de sus antepasados en la evolución. Y del mismo modo que durante la gestación se va completando el cuerpo del nuevo ser hasta en sus mínimos detalles, es casi seguro que también se van desarrollando los contenidos del inconsciente colectivo, ya prefigurado en los genes.

Este inconsciente colectivo sería el que en los animales encerraría lo que hemos dado en llamar «el maravilloso instinto», que les permite hacer cosas que de otro modo resultaría inconcebible que las hicieran sin que nadie se las haya enseñado. Y en los hombres, además de los instintos nos dota de esta mente que se ha dado en llamar pre-lógica o primitiva, que se halla en la base del lenguaje de los sueños, en la cultura de los pueblos primitivos e incluso en lo que se ha dado en llamar «tradición oculta de la humanidad».

La mentalidad pre-lógica

Es imposible realizar aquí un estudio detallado de la mentalidad pre-lógica porque nos saldríamos del marco de nuestro trabajo, pero no podemos dejar de mencionar que se trata de una forma de mentalidad en la que si bien el proceso deductivo es correcto, parte de unas premisas que no son necesariamente las mismas que nos son habituales, y posee una amplitud que nunca tendrá la mentalidad lógica, limitada por la concatenación de silogismos de la que no le permitimos separarse. Y los dos principios básicos en los que se fundamenta son la intuición y la ley de las correspondencias.

Por intuición entendemos aquel conocimiento que adquirimos sin saber cómo, y que a pesar de que aparentemente no se sustenta en nada, es tanto o más cierto que el que podemos adquirir a través de los sentidos o de la deducción. Es aquel saber que llega directo a la mente sin intermediarios y que desgraciadamente se está perdiendo ahogado por la racionalidad. Es en la intuición en lo que se basan la mayoría de las técnicas adivinatorias, los procesos paranormales e incluso la fe.

Por ley de las correspondencias entendemos aquel conocimiento —también inexplicable por la lógica— que nos dice que cuando en un

plano de la vida o del universo ocurre algo, este mismo algo repercute en todos los demás planos aun cuando no sepamos el porqué. Es la ley que forma la base de los augurios y prácticas mágicas de todos los tiempos; es la ley que ha permitido hallar el poder curativo de muchas plantas y sustancias; es la misma ley que subyace en la homeopatía. Es la ley que permite a nuestros sueños sustituir una idea por una imagen que la exprese y a alterar las formas de las cosas, e incluso las mismas formas, para expresar un proceso. Es, en una palabra, la ley que posibilita el lenguaje de los sueños y la existencia de todos los simbolismos y arquetipos del universo.

El lenguaje pre-lógico

Pero además, la mentalidad lógica, la que usamos en la vida diaria, posee una finalidad de comunicación con los demás, y por ello, su lenguaje se ve obligado a discurrir linealmente y a formularlo todo en palabras. Incluso cuando «hablamos lógicamente» con nosotros mismos lo hacemos siempre pensando en palabras.

En cambio, la finalidad de la mentalidad pre-lógica es la de comunicarnos con nosotros mismos (o directamente con otras mentes, en casos muy especiales) y por ello es un libre discurrir del pensamiento sin la menor traba, y su lenguaje se basa tanto en palabras como en imágenes que se encadenan y arrastran unas a otras, de tal forma, que aun pareciendo que lo hacen sin orden ni concierto poseen una finalidad y amplitud de la que no es capaz el lenguaje formado sólo con palabras.

Y entre nosotros, las formas más habituales y conocidas de lenguaje pre-lógico lo constituyen el surrealismo, la poesía, el ocultismo y el lenguaje de los sueños, tanto cuando soñamos despiertos como cuando lo hacemos dormidos.

Sentadas estas conclusiones que creemos fundamentales, pasemos a analizar las características más importantes del lenguaje de los sueños, que resumiremos en: condensación, desplazamiento y simbolismo.

La condensación

La condensación consiste en que un solo objeto, persona o situación adquieren las características de otras varias, de tal modo que una persona puede representar a la vez a un amigo, al padre, a la madre o al jefe de oficina; o que una palabra se forme por la condensación de otras varias. Así, por ejemplo, en un sueño podemos oír la palabra

«cocama» sin saber lo que significa, pero al analizar el contexto del sueño descubrimos que es una condensación de «coche cama».

A la vez, al expresarse el sueño preferentemente en imágenes, cada una de ellas puede expresar varias cosas o incluso todo un proceso con tan sólo modificar su forma o transformarse en otra cosa distinta. Así, en el ejemplo de Jung que citamos en la página 26, cuando el padre aparece convertido en un gigante, esta sola imagen ya nos describe todo el proceso de magnificación del padre en la conciencia de la soñadora.

El desplazamiento

Consiste en transferir los sentimientos y emociones que sentimos por una persona, objeto o situación (o de carácter indeterminado), a otras personas, objetos o situaciones que en realidad son indiferentes, o al contrario. Así, por ejemplo, en el sueño podemos sentir gran atracción por una persona que no nos inspira nada en la vida real, o que nos es perfectamente desconocida, mientras que a lo mejor en el mismo sueño se nos aparece como indiferente aquella otra a quien en realidad amamos.

Lo que ocurre es que en esta vida vivimos bajo unos condicionamientos religiosos, morales y sociales impuestos que en lo más profundo de nuestro ser rechazamos o chocan con deseos y apetencias «impropias» que no nos atrevemos a confesarnos ni a nosotros mismos, especialmente en lo que se refiere al sexo, en el que todavía existen demasiados tabúes.

En el sueño, suprimida la censura consciente y careciendo de importancia lo *normal* y *correcto*, o lo que *ya es nuestro* por el mero hecho de serlo, estos deseos o apetencias escondidas en el inconsciente pueden aflorar y personificarse en quien menos se espera, pues lo que revela el sueño es el deseo o la apetencia «impropias», y no en quién se encarna.

Y éste es el mismo motivo de los desplazamientos en que trastocamos el valor de las cosas y un objeto secundario en la vida real se convierte en algo esencial en el sueño, o por el contrario, cuando algo esencial pierde todo su valor en el mismo.

El simbolismo

Existen muchas definiciones del símbolo, pero todas las que hemos hallado en diccionarios y obras de divulgación son erróneas, ya sea por querer expresar lógicamente algo que es pre-lógico —o si se quiere a-

lógico— o por confundir el *símbolo* con el *signo* en sus distintas variantes (emblema, atributo, alegoría, etc.), y es que, en realidad, más que definiciones lo que podemos dar del símbolo son aproximaciones a su verdadera esencia.

El símbolo se diferencia del signo en que este último es un símbolo congelado (lo decía Hegel de la alegoría), pues el signo no es más que una convención arbitraria en la que se mantienen claramente diferenciados el significado y el significador, mientras que —como dice Gilbert Durand— el símbolo presupone la identificación entre ambos desde el punto de vista de un dinamismo organizador.

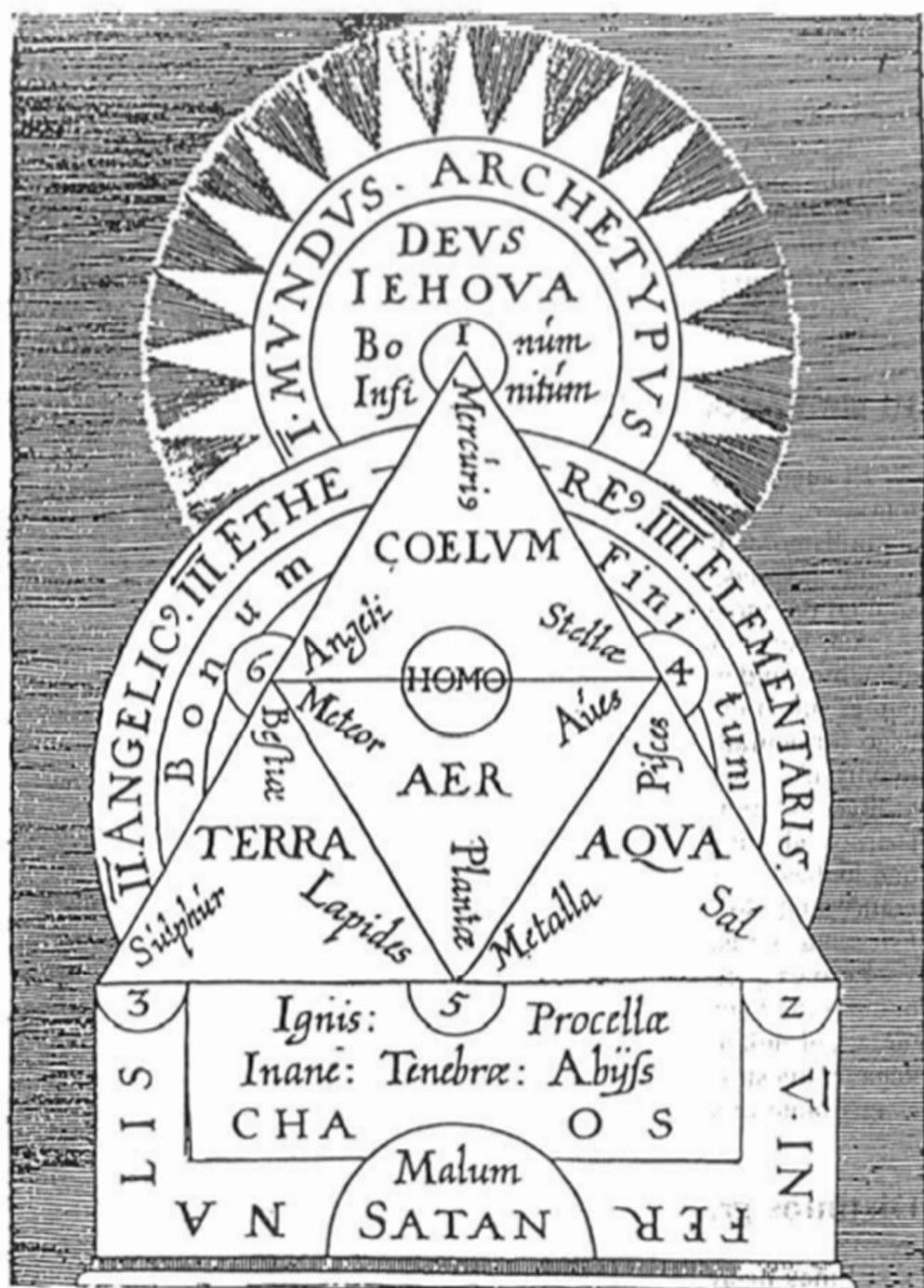
El símbolo es mucho más que un signo meramente representativo; está cargado de afectividad y dinamismo y, además de representar algo en forma más o menos velada, es realizador. Lo que es muy evidente en su forma de arquetipo, que según Jung es como un prototipo tan profundamente inscrito en el inconsciente colectivo que llega a constituir una estructura, un modelo preformado, una imagen-guía ancestral.

Además de esta definición de Jung, quizá la más acertada sea la que dio Platón de lo que él llamaba «idea», de la que decía que es «una realidad primordial de la que surgen, como ecos y desdoblamientos, las realidades existenciales». O aquella otra de Goethe, que afirma que «en el símbolo, lo particular representa a lo general, no como un sueño ni una sombra, sino como viva y momentánea revelación de lo inescrutable». Pero, repetimos, todo esto no son definiciones, sino meras aproximaciones a la verdadera esencia del símbolo.

Es muy frecuente identificar el símbolo con el arquetipo, pero debemos hacer constar que si bien esto puede aceptarse desde un punto de vista puramente humano, el símbolo es mucho más universal y podría existir aun cuando el hombre no existiera, pues se funda en el orden cósmico determinado por la ley de las correspondencias, ya definida por Hermes en su *Tabula smaragdina* cuando dice: «Lo que está abajo es como lo que está arriba, y lo que está arriba como lo que está abajo, para hacer el milagro de una sola cosa», que Goethe complementa con «... Y lo que está dentro también está fuera».

Por último, y para terminar con este somero análisis de lo que son los símbolos en general, citaremos unas frases de Juan-Eduardo Cirlot que sitúan al símbolo en su verdadera dimensión:

«... En la fachada de un monasterio puede verse: *a*) la belleza del conjunto; *b*) la técnica constructiva de la realización; *c*) el estilo a que pertenece y sus implicaciones geográficas e históricas; *d*) los valores culturales y religiosos implícitos o explícitos, etc.; pero también: *e*) el significado simbólico de las formas. En tal caso, la comprensión de lo que simboliza un arco ojival bajo un rosetón constituirá un saber rigurosamente *distinto* frente a los demás que



Simbolismo hermético del universo (Grabado del siglo XVI.)

hemos enumerado. Posibilitar el análisis de este carácter es nuestro objeto fundamental, sin que, precisémoslo una vez más, confundamos el núcleo simbólico de un objeto o la transitoria función simbólica que lo exalte en un momento dado con la totalidad de este objeto como realidad en el mundo. El hecho de que el claustro romano coincida exactamente con el concepto de *temenos* (espacio

sagrado) y con la imagen del alma, con la fuente y el surtidor central, como *sutratma* (hilo de plata) que liga por el centro el fenómeno a su origen, no invalida ni siquiera modifica la realidad arquitectónica y utilitaria de dicho claustro, pero enriquece su significado por esa identificación con una «forma interior», es decir, con un arquetipo espiritual.»

El simbolismo en los sueños

El sueño, como todos sabemos, utiliza un lenguaje gráfico, cinematográfico, y es muy comprensible que se sirva de símbolos ya que el simbolismo es la forma de expresión de la mentalidad pre-lógica. Pero es que, además, el símbolo incrementa notablemente la fuerza y expresividad del mensaje contenido en las imágenes.

Así, para poner un ejemplo, en occidente el pan siempre ha sido el alimento fundamental. Pues bien, visto simbólicamente, un pedazo de pan es mucho más que un trozo de alimento, que un poco de harina de trigo fermentada y cocida. El pan simboliza el ALIMENTO, así, en mayúsculas, pues incluso en la plegaria fundamental de los cristianos se dice: «el pan nuestro de cada día...», y con ello no sólo queremos referirnos al alimento material, sino también al alimento espiritual, ya que incluso en la eucaristía el pan *es* el cuerpo de Dios. Es decir que, como símbolo, el pan expresa infinitamente más cosas que el pan físico, ya sea en materia, en imagen o en palabra.

Pero es que, además, ya hemos hablado de la «censura» que impide que pasen al consciente contenidos que rehusamos o no podemos aceptar, y del único modo que el sueño puede burlar esta censura y hacer llegar a nuestra parte consciente el mensaje de nuestra parte instintiva es mediante imágenes simbólicas.

Distintos grados del simbolismo onírico

El más ligero análisis de los sueños nos hace ver que los símbolos que los integran pueden clasificarse de muy diversas maneras, pero a nosotros nos interesa hacerlo de tal modo que nos aclare el por qué algunos símbolos son muy fácilmente traducibles, mientras que otros sólo pueden ser interpretados por el propio soñador. Es por ello que nuestra clasificación atenderá a su grado de universalidad y los dividiremos en: universales, locales y personales.

Entendemos por símbolos universales los que son comunes a toda la humanidad, tanto a través del tiempo como en los distintos continentes y civilizaciones: es decir, aquellos que podemos considerar como

pertenecientes a lo más profundo y ancestral del inconsciente colectivo, por ser los primeros que existieron y se sedimentaron en él. Así, son universales el simbolismo del agua, el fuego, de la cruz y tantos otros.

Consideramos locales aquellos otros que, a pesar de ser generales, lo son dentro de una cultura o de una época, pero no en las demás, pues se sedimentaron en nuestro inconsciente mucho más tarde, dentro de dicha época y civilización.

Así, por ejemplo, será local el simbolismo del teléfono, del ferrocarril o del avión, que pertenecen a nuestra época y civilización. O el del mono o del gato, que poseen simbolismos muy distintos según el tiempo o el lugar. El gato, por ejemplo, en el antiguo Egipto simbolizaba la fuerza y la agilidad al servicio del hombre y, por ello, se consideraba un buen augurio. En cambio, entre los nyas de Sumatra se lo considera el guardián del infierno por lo que soñar con él es un presagio fatal.

Por otra parte, cuando se produce un acontecimiento que ocasiona un trauma en nuestra alma, cualquier objeto, persona o detalle que consciente o inconscientemente atraiga nuestra atención, quedará ligado permanentemente a dicho acontecimiento, convirtiéndose en un símbolo del mismo. Es de esta forma que en el transcurso de la vida, pero más especialmente en la infancia, vamos creando toda una serie de símbolos que son propios y distintos para cada uno de nosotros, y que constituyen lo que llamamos símbolos personales por pertenecer al inconsciente personal y no al colectivo de la especie.

Pero, a veces, los símbolos personales vienen a coincidir con algo que ya poseía un simbolismo propio, local o universal, y entonces, tanto puede ocurrir que ambos simbolismos se superpongan y entremezclen, como que sea el simbolismo particular el que prevalezca a partir de aquel momento para dicha persona.

Los diccionarios de sueños

Y es aquí donde surge la gran división de opiniones sobre la validez de los diccionarios de sueños, entendiéndose por ello los que tienen su fundamento en la experiencia psicoanalítica y en la recopilación de los símbolos universales y locales más frecuentes, y no aquellas otras «claves de sueños» que se han editado copiando y desfigurando los tratados onirománticos de la antigüedad.

Si se nos pregunta cuál es el grado de fiabilidad, y por lo tanto de utilidad, de dichos diccionarios —del nuestro, por ejemplo— deberemos confesar que no sirven para nada, pero que al mismo tiempo son imprescindibles. Y ello es debido a la clasificación que terminamos de reseñar, dado que cuando nos cuentan un sueño es imposible saber a

priori si el simbolismo que contiene es universal, local o personal.

Querer interpretar un sueño basándonos íntegramente en un diccionario de sueños es totalmente absurdo; antes es necesario conocer profundamente al soñador o intentar aclarar lo que el sueño despierta en él: sentimientos, recuerdos, etc. Es decir, requiere una paciente labor previa que permita deslindar y reconocer los simbolismos personales que sólo él conoce, aunque sea inconscientemente; cuando hayamos hecho esto es cuando podremos acudir a la interpretación de los demás simbolismos e interpretar el sueño, pero no antes.

5

Utilidad de los sueños

Llegados a este punto es lógico que nos preguntemos por qué nos ocupamos tanto de los sueños y si los mismos pueden ser de alguna utilidad o se limitan a ser fantasías incoherentes de nuestro cerebro cuando libre de todo control y dirección produce imágenes y más imágenes procedentes de nuestra memoria pasada o de los acontecimientos del día. Porque si así fuera, sería inconcebible que la humanidad no cesara de buscar una interpretación a los sueños, y a través de los siglos persistiera en la creencia de que encierran mensajes a los que vale la pena prestar atención.

Actualmente sabemos que nuestro cerebro es un ordenador viviente mucho más poderoso que cuantos haya podido crear el hombre, y también sabemos que una de sus funciones es la de archivar en la conciencia cuanto hacemos, sentimos o pensamos, de tal modo que no olvidamos absolutamente nada durante toda la vida.

Archivo de la información diaria

Pues bien, la primera función que desempeñaría el cerebro durante el sueño sería la de codificar todos estos datos en una forma especial que permitiese su fijación en la memoria lo que podríamos denominar *sueños de codificación*, de los que raras veces somos conscientes, pero que cuando lo somos podremos reconocer porque aparecen en el mismo los hechos ocurridos durante el día mezclados y deformados de una manera que nos parece absurda e irracional, y con una impor-

tancia y valoración muy distinta de la que les asumíamos en la vigilia.

Aun cuando el símil del ordenador pueda ser más real que el del archivo —que fue el que empleamos en el capítulo primero— nosotros preferimos este último porque nos permite ver con más claridad las siguientes funciones del cerebro durante el sueño, aun cuando sólo sea a causa de ser menos abstracto y más visualizable mentalmente que un programa de archivo de datos. Y estas funciones, compatibles, complementarias y casi siempre simultáneas con el archivo de la información diaria, son las de resolver problemas pendientes y la de «conversar» con nuestro inconsciente, aparte de algunas otras más complejas, como la perspectiva del futuro inmediato o el ser la sede de algunos fenómenos paranormales.

Resolución de problemas durante el sueño

Son muy conocidos los casos de personas célebres que resolvieron sus problemas gracias a los sueños; el mismo Edison no se recataba en reconocer que cada vez que se le presentaba un problema aparentemente insoluble se iba a dormir, prescindiendo que fuera de día o de noche, y durante el sueño siempre se le aparecía la solución buscada, que luego no tenía más que poner en práctica y dar por finalizado otro de sus inventos.

Pero sin llegar a tales extremos —que al parecer son exclusivos de cerebros privilegiados o bien entrenados— es muy frecuente «ir a consultar con la almohada» cuando nos atosiga un problema, y más de una vez éste se soluciona durante el sueño o lo vemos más claro a la mañana siguiente.

En realidad, lo que el cerebro hace durante el sueño es codificar los datos del problema; pero, volviendo al símil del archivo, para archivarlo en el lugar debido necesita remover todas aquellas «fichas» relacionadas con dicho problema, es decir, todos aquellos conocimientos relacionados con el mismo que permanecían latentes en el fondo de nuestra memoria, lo que los actualiza y permite surgir a la superficie de la conciencia, y durante el sueño o a la mañana siguiente estos conocimientos así actualizados ya se hallan al alcance de nuestra mente, que puede aprovecharlos.

«Conversar» con el inconsciente

¿Quién no ha oído decir alguna vez «Yo duermo muy bien porque tengo la conciencia tranquila», o «Yo duermo como un tronco porque estoy en paz con mi conciencia»? Y quienes dicen esto quizá no se dan

cuenta de la gran verdad que encierran sus palabras, pues una de las funciones de los sueños es la de ponernos en paz con nuestra conciencia; es decir, la de ayudarnos a eliminar aquellas tensiones, frustraciones, traumas y remordimientos que nos ocasiona casi a diario el tener que vivir como personas *civilizadas*, sometidos a unas normas sociales que muchas veces coartan nuestros instintos y deseos más profundos, o nos obligan a hacer cosas que repugnan a nuestra conciencia. Y con la conciencia «tranquila», sin traumas ni remordimientos, es cuando no se tienen malos sueños.

Así, por ejemplo, aquel niño que jugando rompe un objeto valioso y recibe una soberana paliza sin saber el porqué de la misma, ¿cómo podrá asimilar este hecho, cuando todavía no conoce el valor de las cosas? Esto será algo que podrá olvidar conscientemente, pero que quedará guardado en el fondo de su alma; y cuando de mayor reciba alguna otra *paliza* de la vida, en lo más profundo de su ser almacenará esta nueva amargura junto a aquella otra remota de su infancia, acrecentando así su resentimiento hacia quienes son más fuertes o más poderosos.

Si cuanto reprimimos en nuestro interior no pudiera ser eliminado, o al menos digerido y asimilado, llegaría un momento —y así sucede en algunos casos— en que enloqueceríamos o nos convertiríamos en terroristas destructores a causa del odio y la amargura que llegaríamos a almacenar.

Afortunadamente, existe en nosotros la manera de descargar nuestra conciencia de estos contenidos lacerantes, y es mediante los sueños. En efecto, cuando al soñar archivamos las vivencias del día, buenas y malas, ya hemos dicho que es inevitable remover las fichas vecinas, aquellas que se relacionan con la misma clase de acontecimientos, pensamientos o sentimientos que vamos a archivar, y de aquí que mientras algunos de estos contenidos son archivados sin que ni siquiera nos enteremos existen otros que aparecen deformados o incrementados en el sueño, pues al archivarlos actualizamos aquellos contenidos similares que yacían latentes; es decir, renovamos las heridas no curadas del alma, volvemos a sacar a flote traumas lejanos, sentimientos reprimidos que quedan plasmados en el sueño.

De aquí que cuando analizamos los sueños por la mañana podremos localizar muchos detalles pertenecientes a las vivencias del día anterior, e incluso a veces todos los que recordamos: reconoceremos aquella persona, aquel animal, aquel objeto, aquella noticia de la radio o la televisión, e incluso aquel pensamiento que tuvimos. Pero, ¿nos hemos detenido a pensar por qué *sólo* aquellos detalles y no los restantes? ¿Cón qué criterio selecciona el cerebro los materiales del sueño? Pues simplemente por ser aquellos que removieron contenidos similares de la conciencia.

Velika knjiga o snovima

Prvi dio

Istraživanje snova

1

Spavati i sanjati

Uzmemo li u obzir da dnevno spavamo otprilike osam sati, znači da trećinu života provedemo spavajući, odnosno, do vremena kada napunimo šezdeset godina izgubili smo nekih dvadeset godina ne radeći ništa, samo ležeći u krevetu.

Ako ovo ispričamo liječniku, počet će se smijati i odgovorit će nam da je to „izgubljeno“ vrijeme neophodno kako bi se naše tijelo obnovilo od umora uzrokovanim dnevnim aktivnostima te da se stanična regeneracija koja je neophodna za zamjenu istrošenih stanica, zacjeljivanje rana i očuvanje zdravlja, gotovo u potpunosti odvija dok spavamo.

Međutim, ako sada posjetimo fiziologa specijaliziranog za studije o spavanju, reći će nam da su otprilike tri sata sna više nego dovoljna da bi se organizam obnovio, što ne znači da ostatak vremena koji provedemo spavajući i koji navodno ne služi ni čemu nije jednako ili korisnije od vremena koje nam služi za obnavljanje tijela. Tome je tako jer ga koristimo za sanjanje i nema nikakve sumnje da bez snova ne bismo mogli živjeti. Uostalom, ako nam spavanje služi da obnovimo tijelo, sanjanje služi za reorganizaciju duše ili, želimo li biti precizniji, naše svijesti.

Svijest:

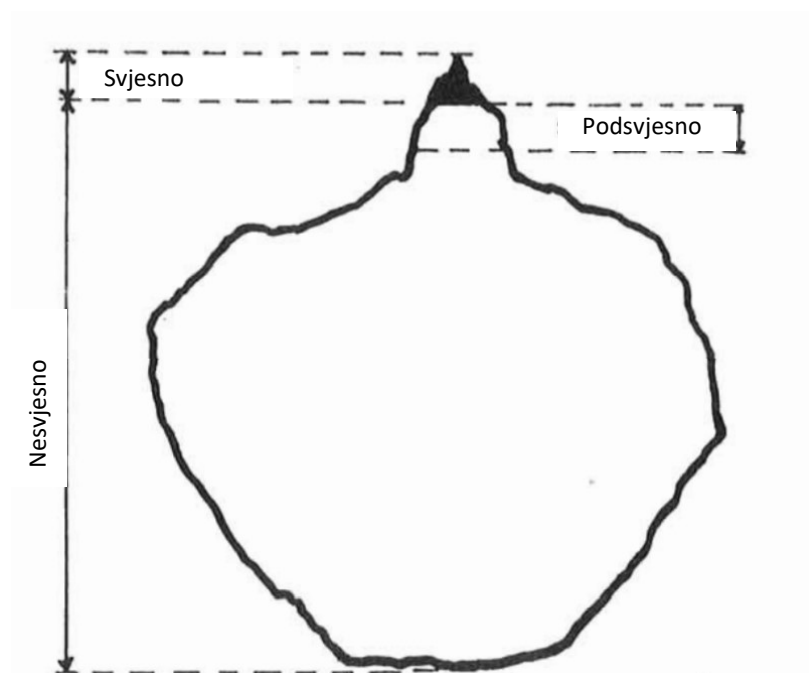
svjesno, podsvjesno i nesvjesno

Nekad se običavalo reći: „Bog je utočište neznanja“, i kada je nešto bilo nepoznato, pribjegavalo se Bogu kao krajnjem rješenju ili argumentu. „Samo Bog zna“, „Tako je Bog htio“,

„Božja otajstva“, doista su bili uobičajeni izrazi koji su se koristili kada bi se našli u škripcu. Jednako bismo tako danas mogli koristiti isti izraz, s time da zamijenimo riječ „Bog“ riječju „nesvjesno“, jer sve ono što nam je nepoznato ili ne znamo objasniti o našem psihičkom životu pripisujemo nesvjesnome, iako često ne znamo sa sigurnošću što je to, gdje počinje ni gdje završava: a zapravo su svjesno, podsvjesno i nesvjesno više ili manje stvarne i više ili manje arbitrarne podjele onoga što smo odlučili zvati svijest. Svijest shvaćamo kao skup cjelokupnog sadržaja naše psihe, naše duše.

Često se naša svijest uspoređuje s ledenjakom čiji dio koji je iznad površine vode predstavlja svjesno, a dio koji je skriven ispod površine iste predstavlja nesvjesno; i u toj bi usporedbi, koja je jako grafička i prilagođena stvarnosti, podsvijest bila onaj dio nesvjesnog koji se nalazi u bliskom kontaktu sa svjesnim.

Slika bi više ili manje bila sljedeća:



Naravno, u stvarnosti granice između različitih zona nisu jasno definirane, već su nejasne i jedino što ostaje jasno jest da je svjesno ono što *sada* imamo na umu; nesvjesno je ono što je *sada* palo u zaborav, nije nam na umu; a u podsvjesnom je ono što *sada* nemamo na umu ali „skoro“ je tu i možemo mu s lakoćom pristupiti.

Nesvjesno, arhiv iskustava

Tijekom dana se u svijest pohranjuje ono što radimo, osjećamo ili mislimo, jer dobro je poznato da apsolutno ništa ne zaboravljamo. To dokazuje i činjenica da je uz pomoć hipnoze moguće prisjetiti se i najmanje riječi i najmanjeg događaja iz našeg života, ma koliko od toga prošlo vremena. No za to bi pohranjivanje mogli reći da je automatsko i nasumično, zbog čega ćemo nekad morati započeti s njegovom „klasifikacijom i arhiviranjem“ na pravom mjestu naše svijesti.

Svaki put kada se neka datoteka arhivira, kako bismo je stavili na točno ono mjesto koje je za nju predviđeno trebamo ponovo otvoriti druge datoteke iz iste sekcije. U našoj se svijesti odvija isto to, jer kako bismo „arhivirali“ neki događaj, riječ ili osjećaj trebamo „ponovo otvoriti“ – to jest, aktualizirati – istu vrstu događaja, riječi ili osjećaja koji su već bili „arhivirani“, odnosno naizgled zaboravljeni, zakopani na dnu nesvjesnoga. Sav taj proces – naravno, u figurativnom smislu – dio je onoga što se odvija dok spavamo te također objašnjava zašto neke riječi i događaji jače utječu na nas od drugih. Tome je tako jer pri njihovom „arhiviranju“ trebamo pomaknuti rane iz naše duše koje su nam ostavile ožiljke, uzrokovane događajima iz prošlosti koji su za nas bili jako bolni. Zapravo je to osnova na kojoj se temelji cijela psihoanaliza.

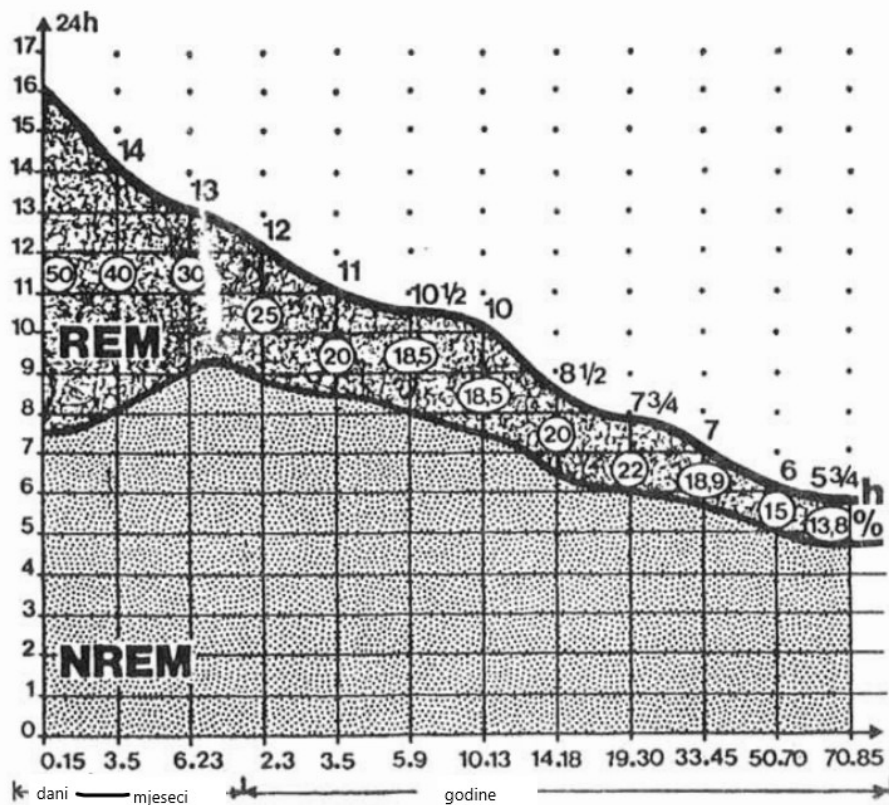
Postupak nesvjesnoga

Međutim, stvari nikad nisu jednostavne i isto kao što smo govorili da se stanična regeneracija „većim dijelom“ odvija dok spavamo, sada bi trebali uvidjeti da se i sanjanje i aktivnosti iz nesvjesnoga također većim dijelom odvijaju dok spavamo. No zapravo se obje funkcije, stanična regeneracija i aktivnost nesvjesnoga, iako u drugoj mjeri, odvijaju tijekom cijeloga dana, i nije neobično što moramo priznati da često sanjamo budni. Kao što kaže Jung:

„... u stvari su jako rijetki trenuci u kojima smo potpuno svjesni... suprotno tome, nesvjesno je konstantno i trajno stanje... dok slušamo, govorimo, čitamo, naša nesvijest i dalje radi čak i kada to ne primjećujemo. Može se dokazati da nesvijest neprestano tka ogroman san koji neometano ide svojim putem ispod svijesti i pojavljuje se noću u snovima te, ponekad, čak i tijekom dana.“

Koliko uspijevamo sanjati

Hladnokrvne životinje nikad ne sanjaju; noću i kada je hladno i okolna temperatura padne ispod određene granice upadnu u letargiju u kojoj im sve vitalne funkcije ostanu praktički paralizirane, uključujući moždane funkcije. Kada ponovo izađe sunce ili temperatura poraste do stupnja koji im odgovara, tada obnove sve svoje vitalne funkcije.



Horizontalno: dob izražena u danima, zatim u mjesecima i na kraju u godinama.

Vertikalno: trajanje sna u 24 sata.

REM: paradoksalnom snu (sanjanje).

NREM: ostatku sna (spavanje).

(Krivulje prema Roffwargu, Muziu, Dementu, časopis Science, 1966.)

Koliko nam je poznato, jedina hladnokrvna životinja koja pokazuje znakove sanjanja je kameleon. Također sanjaju sve toplokrvne životinje, od ptica koje sanjaju 0,5 % vremena koje provedu spavajući, do čovjeka koji sanja i do 20 % spomenutog vremena. Postoje samo rijetke

iznimke od ovog pravila, kao na primjer čudnovati kljunaš koji nikad ne sanja, prava prirodna rijetkost.

Kada se usredotočimo na čovjeka, treba istaknuti da se postotci jako razlikuju te se smanjuju od trenutka kada se rodimo pa sve dok ne umremo. Tek rođeno dijete sanja više od polovice vremena koje spava, što je mnogo, a kasnije se to mijenja s godinama. Tako primjerice sa šezdeset godina čovjek sanja samo 15 % vremena koje spava, dok istovremeno spava manje sati; i do kraja se života i spavanje i sanjanje nastavljaju skraćivati, kao što je vidljivo na grafičkom prikazu s prethodne strane koji je skicirao P. Fluchaire.

Ove statistike su važne jer nam ukazuju na to da je sanjanje privilegija razvijenijih životinja i čovjeka: to jest, onih koji su sposobni učiti, spoznati posljedice događaja te upamtiti zaključke. Isto tako ukazuju na to da na početku života sve moramo sačuvati i pohraniti jer nam je sve novo, dok se s godinama aktivnost smanjuje, a s njome i potreba za integriranjem novih iskustava u svijest.

2

Povijest novo-stare znanosti

Mnogo prije nego što je ljude počelo zanimati zašto spavamo i sanjamo, već su se brinuli o tome što bi snovi mogli značiti, i to u tolikoj mjeri da uz prve dokaze pisanog jezika od prije otprilike 6000 godina već pronalazimo tumačenja snova. Zatim su babilonski tekstovi na tu temu koji sežu unatrag 4000 godina već mnogo potpuniji.

Od tih davnina, sve nam kulture i svete knjige govore o snovima i o njihovoj velikoj ulozi u povijesti čovječanstva. Smatrali su ih najboljim dokazom da duša, bogovi i drugi život postoje, jer za njih su bogovi i pokojnici bili oni koji su im govorili i savjetovali ih iz svijeta snova.

Tako je u svim religijama, uključujući judeo-kršćanske; u Talmudu se, na primjer, snovi spominju 217 puta, a u Bibliji otprilike 60. Niti bi Džingis-kan osvojio pola svijeta niti bi Napoleon postigao isto to bez pomoći snova, što ni jedan ni drugi nikada nisu skrivali. Mogli bismo dati još mnogo primjera.

Freud, Jung i psihoanaliza

Do 1900. svi su „Ključni elementi snova“ (kako su se nazivale zbirke protumačenih snova) bili ništa doli kopije kopija antičkih oniromantičkih² rasprava koje su bile ukrašene citatima iz svetih tekstova te još ponekim , više ili manje izmišljenim.

No, spomenute 1900. godine pojavljuje se djelce od 100 stranica koje je napisao jedan bečki liječnik, a koje se zove *Die Traumdeutung* i čijih se 600 primjeraka prodalo tek za osam godina, jer ga je svijet znanosti nastojao ignorirati dokle god je mogao. Taj se liječnik zvao Sigmund Freud, a naslov je djela preveden kao *Tumačenje snova*. Danas je najprodavanija knjiga o snovima na cijelom svijetu.

Čak i ako nije Freud otkrio nesvjesno, jer su ga Janet, Schopenhauer, Bergson i drugi već bili definirali, barem u teoriji, bio je prvi koji je shvatio važnost njegove uloge te da snovi predstavljaju komunikacijsku poveznicu između svjesnog i nesvjesnog, pa imaju temeljnu ulogu u psihičkom životu.

Međutim, Freud je bio liječnik i zapravo su za njemu snovi bili samo iznimno važno terapijsko sredstvo. Došao je do velikog otkrića koje je dovelo do rođenja nove znanosti; ili bolje rečeno, do ponovnog rođenja drevne znanosti koja se polako gubila. Istraživanje snova ne samo da nam pokazuje da su snovi vrata između svjesnog i nesvjesnog, već nam približava kako djeluje i zašto postoji druga, jednako bitna znanost: simbologija. Zbog toga sam je u ovom poglavlju nazvao novo-starom znanosti.

Vratimo li se na Freuda, moramo uzeti u obzir da je, kao i svi veliki pioniri, postavio kamen temeljac nad kojim su kasnije njegovi učenici, posebno Jung, dovršili građevinu u koju se psihoanaliza pretvorila. Jung je bio taj koji je dokazao da su snovi najjasniji, najiskreniji, najistinitiji i najspontaniji prikaz cjeline koju čine nesvjesno i duša.

Jung je bio taj koji je definirao kolektivno nesvjesno u kojem je pohranjena čitavo iskustvo čovječanstva, da ne kažemo stvaranja, o čemu ćemo kasnije detaljnije govoriti. On, Adler i ostali učenici stvorili su cijelo znanje o našem unutarnjem svijetu i čitava znanost o tumačenju snova koju više nitko ne može dovesti u pitanje.

Kleitman i mehanizam sna

² Nap. prev.: Oniromantija - tumačenje snova i na toj osnovi proricanje budućih događanja

Godine 1920. sjevernoamerički fiziolog Kleitman počeo je proučavati fenomen sna te je 1952. objavio rezultat svojih istraživanja. Kako bi ga bolje proučio, jednom prilikom nije spavao 180 sati (sedam i po dana); a 1938. godine proveo je 32 dana na dnu špilje u Kentuckyju.

Kasnije je odlučio elektroencefalografom bilježiti varijacije električnog potencijala u mozgu dok spavamo i sanjamo. Usavršavao je metodu, kako bi mogao zabilježiti i promjene električnog potencijala koje nastaju kada se očni mišići stežu i opuštaju, čime je dokazao da se oko kreće velikom brzinom dok se istovremeno moždani valovi izmjenjuju. Taj fenomen nazvao je REM (od *Rapid Eye Movement* = brzo kretanje očiju), a ti se pokreti događa samo dok sanjamo. S vremenom je dio spavanja dok sanjamo dobio naziv paradoksalni san.

Godine 1953. Kleitman je prihvatio suradnju sa studentom medicine koji se zvao William Dement te malo po malo i druge suradnike s kojima su pratili snove s većom preciznošću. Kretanja očiju pokazala su im da kada sanjamo „vidimo“ scenarij i pratimo ga očima, na isti način kao što svi naši mišići, iako neprimjetno, prate sve kretanje u snu.

Stav spavača prema snu isti je kao i stav gledatelja koji gleda kazališnu predstavu ili film. Kao što je rekao jedan od sudionika istraživanja, George Mann, kada gledamo kazališnu predstavu počnemo se vrpolti u sjedalu dok ne počne predstava, kada se prestanemo micati, što ne priječi da nesvjesno čak i fizički pratimo kretanje glumaca. Za vrijeme stanke ponovo se vrpoltimo, nakon čega se predstava nastavlja na isti način do završetka. Dakle, svaku večer prisustvujemo predstavi koja se prikazuje samo u našem mozgu.

Snovi, danas

Nešto kasnije, Francuzi su započeli istraživanja u Lyonu, pa su tako profesor Jouveta i njegov tim istraživali na Medicinskom fakultetu od 1959., a Ruckebush u Nacionalnoj veterinarskoj školi od 1962. godine.

Danas više od tisuću istraživača na cijelom svijetu i dalje istražuje i produbljuje znanja slijedeći stope onih koji se i dalje smatraju „dvoicom velikana“, Jouveta na Sveučilištu Claude-Bernard u Lyonu i Dementa, kojitrenutno radi na Stanfordu, a njegovi su zaključci uistinu nevjerojatni.

3

Fiziologija sna

Vidjeli smo kako je Kleitman otkrio fenomen REM faze i njegovu hipotezu da do nje dolazi kada ispitanik sanja. Kako je provjerio svoju hipotezu? Zapravo jako jednostavno, tako što bi probudio ispitanika da ga pita. Od 191 spavača koje je probudio u trenutku kada su bili u REM fazi, njih 152 potvrdilo je da su sanjali; samo ih 39 nije moglo sa sigurnošću potvrditi jesu li sanjali ili se nisu sjećali. U usporedbi s time, od 16 puta kada spavače nisu budili unatoč tome što je REM faza bila registrirana te su ih pustili da spavaju cijelu noć, njih se 15 nije ničega sjećalo.

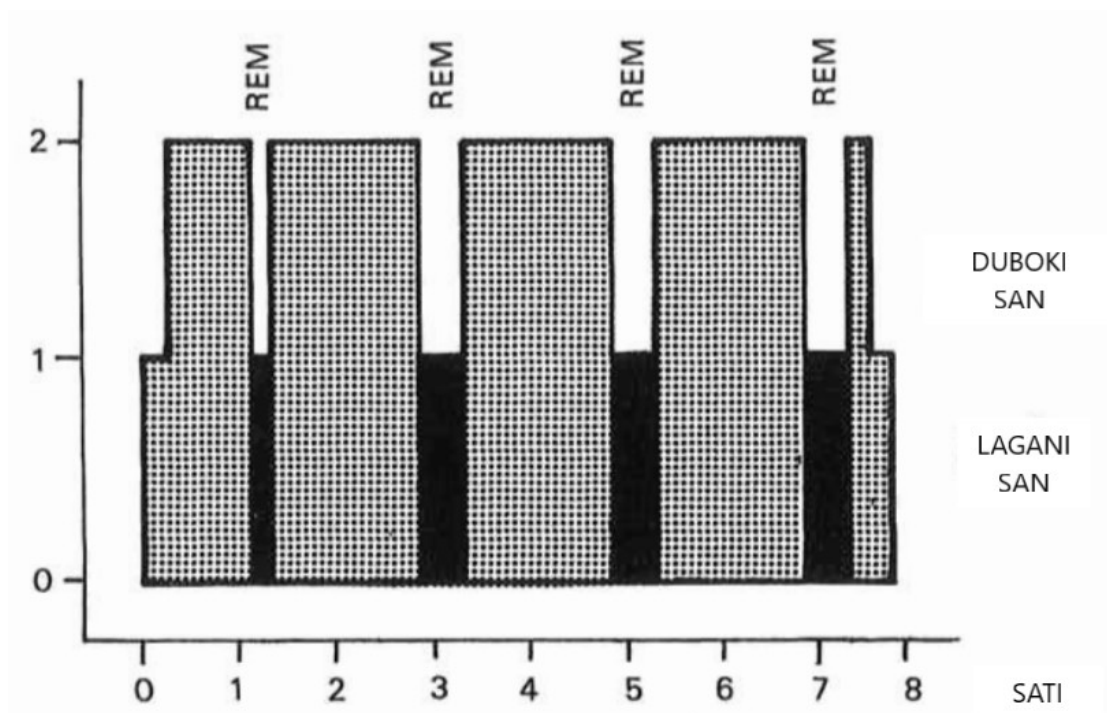
Tako danas zahvaljujući REM fazi možemo znati kada sanjamo, a kada samo spavamo; moguće je doći do podataka o učestalosti, dubini i trajanju sna i snova. Time se ono što je do sada bilo pusto nagađanje pretvara u nešto istinski znanstveno i može se kontrolirati. Osim toga time možemo potvrditi da sve naprednije životinje također sanjaju.

Prvi rezultati

Prema prvim istraživanjima koje je proveo Kleitman, kada zaspemo, započinje početna faza u kojoj dolazi do razgraničenja s objektivnim svijetom tijekom koje ponekad imamo osjećaj kao da lebdimo. Kasnije, nekih 15 minuta nakon što zaspemo ulazimo u duboki san. Nakon 60 ili 70 minuta dolazi prva faza sna (REM) koja traje 9 do 10 minuta. Potom se nastavlja duboki san idućih 90 minuta te ulazimo u drugu fazu sna koja traje otprilike 20 minuta. Slijedi idućih 90 minuta dubokog sna, nakon čega dolazi treća faza sna u trajanju od nekih 25 minuta, a ciklus se

nastavlja s četvrtom fazom sna u trajanju od nekih 20 do 30 minuta. Nakon nekoliko minuta dubokog sna te laganog sna koji mu slijedi, između 7. i 8. sata sna dolazi do konačnog buđenja.

Grafički prikaz izgledao bi otprilike ovako:



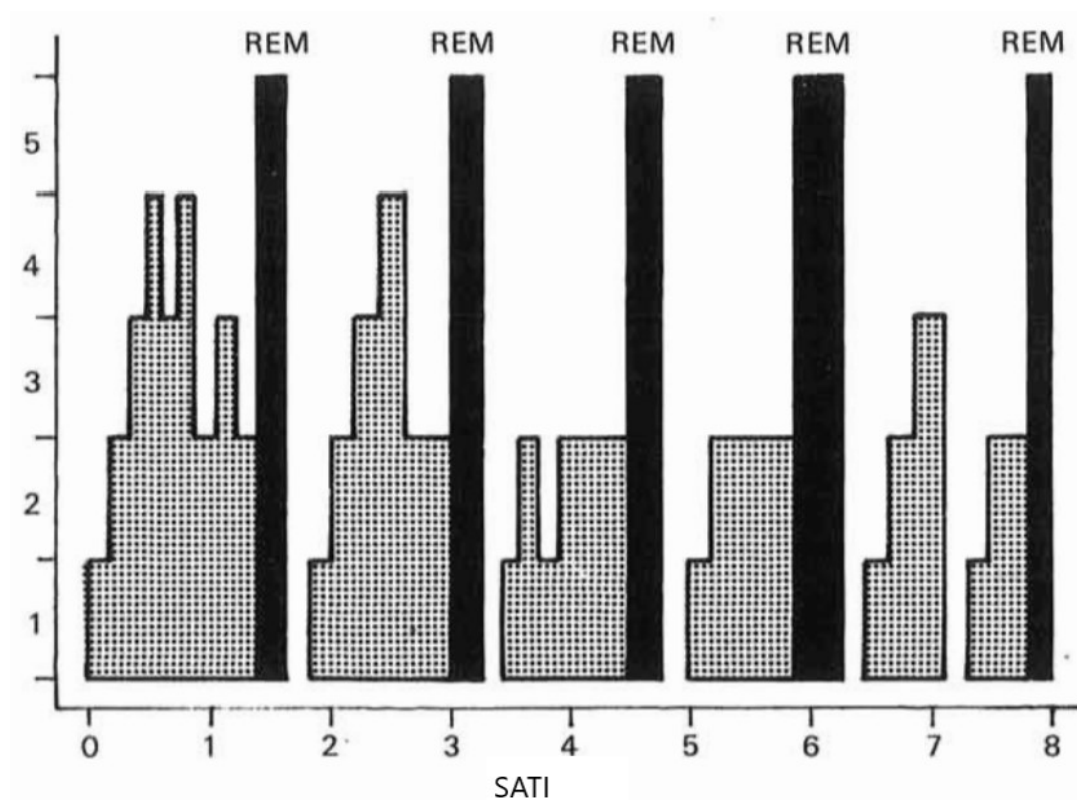
Kleitman je iz ovih eksperimenata zaključio da postoje dvije razine sna, lagani i duboki san. Vodeći se najvećom moždanom aktivnosti koja se bilježi u REM fazama, mislio je da za to vrijeme dolazi do smanjenja dubine sna; odnosno da se radi o fazama laganog sna u kojima sanjamo.

Eksperimenti Michela Jouveta

Međutim, kada je Jouvét probudio istraživanja u Lyonu, ubrzo je utvrdio da se ne radi o dva stadija sna, već ih ima pet te je upravo REM stadij najdublji. Osim toga je (REM) i posljednji dio sna nakon kojeg dolazi do kratkog buđenja, iako se kasnije toga ne sjećamo, čime bismo mogli reći da završava jedna faza noćnog sna. Potom ponovno započinje cijeli proces uz neznatne varijacije, dok se ne ispuni četiri ili pet faza koje su odvojene minutama u kojima smo budni.

Zanimljivo je da je od cijelog vremena koje provedemo spavajući, moždana aktivnost najveća za vrijeme REM faze sna; to jest, kada je tijelo u najdubljem snu, tada je, paradoksalno, mozak najbudniji. Upravo su zbog toga REM faze nazvane *paradoksalni san*.

Nakon izmjena koje su uvedene na temelju eksperimenata koje je proveo Jouvét, grafički prikaz našeg sna izgleda otprilike ovako:



1 = Jako lagan san. 2 = Lagan san. 3 = Dubok san. 4 = Jako dubok san. 5 = Paradoksalni san (sanjanje).

Zašto zaboravljamo snove?

Sada kada znamo kako napreduju naše noći te da svaku noć sanjamo više puta, prvo pitanje koje nam svima pada napamet jest: zašto zaboravljamo većinu tih snova, a oni kojih se sjećamo su nejasni i nepovezani?

Stručnjaci za snove na to nam odgovaraju da je uvijek moguće sjetiti se snova ako se probudimo u odgovarajućem trenutku ili ako ih se stvarno želimo sjetiti i poduzmemo odgovarajuće mjere. Stvar je u tome da poznata „cenzura sna“ po Freudu postoji i da smo skloni nesvjesno potisnuti san te spriječiti da izbije u svjesno i da iz podsvjesnoga utone u najdublji dio svijesti.

Zbog toga, ako dopustimo da san zaokruži svoj normalni ciklus, ostaje pohranjen u nesvjesnome i ostaje nam samo sjećanje da smo sanjali ili eventualno neki detalji iz sna. No ako se naglo probudimo kada završava neka od REM faza, skoro ćemo se savršeno sjećati sna jer je naglo buđenje poremetilo rad naše unutarnje cenzure.

Unutarnja cenzura

Prema Freudu, razlog i svrha snova jest u tome da kroz njih zadovoljimo potisnute želje koje si svjesno odbijamo priznati zbog odgoja koji je formiran u skladu s potrebama i zabranama društvenog života i tabuima konvencionalnog morala. No to ne sprječava da spomenute potrebe i želje i dalje postoje u najdubljem dijelu nesvjesnoga i da se pojave kada to najmanje očekujemo ili kada u snu pustimo kontrolu nad nama samima.

Ta represija postane potpuno automatska te je ista ona zbog koje određene riječi, scene, pa čak sama pomisao da u nama mogu postojati „nečiste i „nemoralne“ želje izazivaju sablazan u nama. To je, također, ista ona represija zbog koje se te želje na prikriven i suptilan način pojavljuju u snovima u obliku simboličnih slika, ne bi li tako izbjegli prepoznavanje zabranjene želje koju sami sebi ne želimo priznati.

Međutim, ako zahvaljujući našoj unutarnjoj cenzuri i zaboravimo snove, ona ne može spriječiti fiziološke reakcije koje izazivaju i utjecaj na žlijezde s unutrašnjim izlučivanjem. Upravo je to razlog zbog kojeg postoje bolesti koje se pogoršavaju uslijed snova, kao primjerice noćni napadi angine pektoris ili čira na želucu, koji su dokazano učestaliji noću nego danju.

Isto tako, bolesti koje su u začetku, sa simptomima koji se tijekom dana ne primjećuju, mogu se otkriti ili naslutiti putem snova koje prouzrokuju. Također se mnogi mentalni poremećaji, ponekad isto u začetku, otkriju zahvaljujući tome što uzrokuju snove koji se ponavljaju. To je indicija da bolesna osoba iz noći u noć vodi istu bitku, dok s druge strane zdrave osobe uvijek sanjaju različiti snove koji se neprestano obnavljaju. Zbog toga je analiza snova korisna kada postoje neuroze ili drugi slični poremećaji.

Još nešto što naša unutarnja cenzura ne može spriječiti jest da naši snovi ostanu pohranjeni u sjećanju te da postoji mogućnost da ih vratimo u sjećanje ako znamo kako.

Potreba za snovima

Drugo pitanje koje si uvijek postavljamo jest je li količina vremena koje provodimo sanjajući konstantna ili se nekako može povećati ili smanjiti.

Svi događaji pokazali su da je nemoguće povećati vrijeme koje obično provedemo sanjajući, kao i da ne možemo prirodnim putem smanjiti vrijeme koje provedemo sanjajući niti možemo prestati sanjati. Doduše, ovo se posljednje može postići uz pomoć droga ili drugih drastičnijih postupaka, ali oni uvijek predstavljaju ozbiljan rizik za zdravlje, pa čak i za život.

Naime, kada se nekoj osobi uskrati dnevna doza snova, ona počne halucinirati i dolazi do poremećaja živčanog sustava koji dovodi do neuroze i konvulzija. Osoba tada očajnički traži način da vrati svoje izgubljene snove, makar tako da pokušavaju više puta dnevno sanjati vrlo kratko, svaki put na nekoliko sekundi. Kada su se testiranja vršila na dobrovoljnim ispitanicima, uvijek su se prekidala kada bi došlo do te točke, ali Jouvet je kod životinja doveo istraživanja do najvišeg stupnja: provodeći istraživanje na mačkama, pronašao je vrlo preciznu točku u blizini mozga čija koagulacija ukazuje na potpuni nestanak snova.

Nakon što je pronašao spomenutu točku, uništio ju je i time potvrdio da su životinje na kojima je proveden takav pokus privremeno nastavljale normalno živjeti jesti, piti i spavati, ali su za dva ili tri dana (isto kao i ljudi) počinjale imati halucinacije i konvulzije. Nakon nekog su vremena, uvijek manje od tri mjeseca, umirale, unatoč tome što su bile zdrave i što nije postojao razlog za smrt, osim, naravno, nedostatka snova.

Međutim, postoje slučajevi koji su naizgled neobjašnjivi: određeni ljudi koji se moraju liječiti od narkolepsije, moraju mjesecima uzimati lijekove koji suzbijaju oniričku aktivnost. U tim je slučajevima začuđujuće da pored određenih nuspojava koje su očekivane za te lijekove, nema ni najmanjeg poremećaja ponašanja, sjećanja, inteligencije niti bilo čega što bi se moglo povezati s gubitkom snova.

Kao što smo već rekli, jasno je da postoji mogućnost da tijekom dana ili čak u nekim trenucima noći sanjaju tijekom nekoliko vrlo sporadičnih sekundi koje je nemoguće utvrditi. Isto je moguće i s onim rijetkim osobama koje nikad ne spavaju.

S obzirom na gore navedeno, postavlja se mnoštvo pitanja, a na gotovo ni jedno od njih i dalje nema odgovora: Što je nužno, sanjanje samo po sebi ili sadržaj snova? Je li istina da mozak nikad ne može prestati raditi, jer ako zaustavi na dulje od određene vremenske granice, više se ne može aktivirati? Je li istina da nam san omogućuje pristup drugim stvarnostima, drugim oblicima postojanja, drugom nematerijalnom životu bez kojeg ne možemo nastaviti živjeti?

4

Jezik snova

Iako i dalje postoje mnoga pitanja na koja ne možemo odgovoriti, nema nikakve sumnje da je san razgovor s nama samima u kojem nas nesusjesno suočava s problemima, potrebama ili pitanjima koja nas se direktno tiču i to radi vlastitim, vrlo filmskim i simboličnim, jezikom.

Taj se jezik razlikuje od onog koji normalno upotrebljavamo jer se ne radi o jeziku koji smo svjesno naučili te potom radili na njemu, već se radi o instinktivnom jeziku zajedničkom čitavom čovječanstvu. S obzirom na to da svatko od nas tijekom cijelog života ugrađuje nove sadržaje u svijest, taj se interni jezik mijenja i prilagođava tim sadržajima. Ali, bez obzira na to koliko ga usvojimo i personaliziramo, njegova će osnovna obilježja ostati neizmijenjena jer pripadaju kolektivnom nesusjesnom cijeloga čovječanstva.

Kolektivno nesvjesno

Kao što smo prethodno rekli, Jung je bio taj koji je definirao kolektivno nesvjesno zahvaljujući istraživanjima snova u kojima je primijetio da se uvijek iznova pojavljuju isti simboli i koncepti koji su zajednički cijelom čovječanstvu, i to s time da osoba koja sanja ne zna zašto se oni pojavljuju, a većinom ne zna što znače.

Tako je, na primjer, u slučaju jedne pacijentice koja je idealizirala svog oca do te mjere da ga je smatrala bogom zabilježio sljedeći san:

„Njezin je otac (koji je u stvarnosti bio niskog rasta) bio s njome na jednom brdu koje je bilo prekriveno poljima pšenice. Ona je u usporedbi s njime bila jako niska, a on je izgledao kao pravi div. Podigao ju je za vrat i držao je u rukama kao malu djevojčicu. Vjetar je milovao polja pšenice, i kao što je vjetar ljuljao klasje pšenice, otac ju je ljuljao u svome naručju.”

U ovom snu možemo uočiti razne veoma značajne simbole kao što je pšenica, očevo gigantizam, ljuljanje u naručju i osobito vjetar.

Međutim, ideja koju je pacijentica imala o Bogu mnogo je više sličila infantilnoj ideji o uglednom starcu koji sjedi na tronu, živi na nebu, odakle sudi, naređuje, nagrađuje ili kažnjava i uslišava molbe, nego arhaičnoj ideji o poganskom džinu iz prirode.

Dobro je poznato da ako na njezinom izvornom jeziku, grčkom, analiziramo klasični aksiom koji kaže „Bog je duh”, primijetit ćemo da riječ *pneuma* istovremeno znači *duh* i *vjetar*; odnosno da prevodi univerzalnu i gotovo vječnu simboliku u kojoj je Bog biće sastavljeno od vjetra ili koje simbolizira vjetar koji je beskonačno mnogo jači i veći od čovjeka, ili kao nevidljiv i neopipljiv dah koji sve prožima.

Isti ovaj koncept pronalazimo u hebrejskom i u arapskom jeziku, u kojem riječ *ruh* istovremeno može značiti *dah* i *duh*, a sve to unutar konteksta naše civilizacije. Međutim, jednako tako bismo mogli pronaći istu simboliku u gotovo svim ostalim religijama i mitologijama, kako antičkim tako i egzotičnim.

Jung je dao mnoštvo primjera o toj primitivnoj simbolici u svojoj knjizi o transformacijama i simbolima libida koji ga dovode do zaključka da u nesvjesnome možemo razlikovati dvije velike kategorije: one koje pripadaju osobnom nesvjesnom, onom kojeg je osoba sama proizvela kroz

život i one koje pripadaju kolektivnom nesvjesnom cijelog čovječanstva, a to bi bile nešto poput naslijeđenih kategorija ili arhetipova koji se prenose i opstaju u čitavom ljudskom rodu.

Kolektivno nesvjesno se nasljeđuje

Naime, danas znamo da su u genima već predodređene sve karakteristike koje će formirati novo biće; odnosno, ne samo predispozicije, osobine i fizički nedostaci, već i intelektualne sposobnosti. Stoga nema ništa što bi spriječilo da na isti način naslijedimo sadržaje kolektivnog nesvjesnog koji su se nakupljali u njemu od kada čovjek postoji kao zasebna vrsta, da ne uključujemo i ono što je ljudska vrsta već naslijedila od svojih predaka tijekom evolucije. I na isti način na koji se za vrijeme graviditeta tijelo novog bića postupno stvara i oblikuje do najmanjih detalja, gotovo je sigurno da se isto tako razvijaju sadržaji kolektivnog nesvjesnog koje je unaprijed definirano u genima.

To kolektivno nesvjesno odgovara onome što kod životinja obuhvaća ono što smo nazvali „nevjerojatnim instinktom”. Taj im instinkt omogućuje da naprave nešto što bi inače, da im nitko nije pokazao, bilo nepojmljivo. Kod ljudi, osim instinkata, daje nam i um koji smo nazvali predlogičkim ili primitivnim, a pronalazimo ga u osnovi jezika snova, u kulturi primitivnih naroda te u onome što nazivamo „okultna tradicija čovječanstva”.

Predlogičko razmišljanje

Nemoguće je ovdje provesti detaljno istraživanje o predlogičkom razmišljanju jer bismo izašli iz okvira našeg rada. Međutim, bitno je naglasiti da se radi o obliku razmišljanja koji, iako je deduktivni proces točan, kreće od premisa koje nisu nužno iste one koje su za nas uobičajene te posjeduje širinu koju logičko razmišljanje nikad neće imati jer je ograničeno povezivanjem silogizama, od čega mu ne dopuštamo da se odvoji. Dva osnovna načela na kojima se temelji jesu intuicija i zakon podudaranja.

Intuiciju shvaćamo kao ono znanje koje stječemo a da ne znamo kako i koje je, unatoč tome što naizgled nema uporište ni u čemu, jednako ili više točno od znanja koje možemo steći osjetilima ili dedukcijom. To je ono znanje koje pada izravno na pamet bez posrednika i koje se nažalost gubi jer ga razum guši. Većina se tehnika proricanja, paranormalnih fenomena, pa čak i vjera temelje na intuiciji.

Zakon podudaranja shvaćamo kao ono znanje – također neobjašnjivo logikom – koje nam govori da kada se nešto dogodi u nekom području života ili svemira, to nešto ima utjecaja i na ostala područja, čak i kada ne znamo tome razlog. To je zakon koji čini temelj pretkazanja i magijskih postupaka svih vremena; to je zakon koji je omogućio pronalazak iscjeliteljske moći mnogih biljaka i tvari; to je isti zakon na kojem se temelji homeopatija. To je zakon koji omogućava našim snovima da zamijene ideju slikom koja je izražava i da izmijene oblike stvari, pa čak i same oblike, kako bi izrazio proces. To je, jednom riječju, zakon koji pogoduje jeziku snova i postojanju svih simbolika i arhetipova svemira.

Predlogički jezik

Ali logičko razmišljanje koje koristimo u svakodnevnom životu osim toga ima i svrhu komunikacije s drugima te zbog toga njegov jezik mora teći linearno i sve oblikovati u riječi. Čak i kada „govorimo logički” sami sa sobom, uvijek to radimo tako što zamišljamo riječi.

Suprotno tome, svrha predlogičkog razmišljanja jest komunikacija sa samim sobom (ili izravno s drugim umovima, u vrlo specifičnim slučajevima). Zbog toga je to slobodan tijek misli bez ikakve prepreke te se njegov jezik temelji kako na riječima tako i na slikama koje se povezuju i jedne vuku druge tako da, iako izgleda kao da to rade bez reda i sklada, imaju svrhu i širinu kojoj jezik sastavljen samo od riječi ne može parirati.

Među nama su najuobičajeniji i najpoznatiji oblici predlogičkog jezika nadrealizam, pjesništvo, okultizam i jezik snova, kako dok sanjamo budni, tako i dok spavamo.

Sada kada smo došli do ovih zaključaka za koje smatramo da su temeljni, prijeći ćemo na analizu najbitnijih obilježja jezika snova koje ćemo sažeti u sintezu, premještanje i simboliku.

Sinteza

Sinteza se sastoji od toga da jedan predmet, osoba ili situacija poprime obilježja nekih drugih, tako da jedna osoba može istovremeno predstavljati prijatelja, oca, majku ili šefa ureda; ili da se jedna riječ oblikuje sintezom nekoliko drugih. Tako primjerice u snovima možemo čuti riječ „auvet” a da ne znamo što znači, ali kada analiziramo kontekst sna otkrijemo da se radi o sintezi riječi „vagon za spavanje“.

Istovremeno, kada se san prvenstveno izražava u slikama, svaka od njih može izražavati više stvari ili čak cijeli jedan proces ako samo izmijeni svoj oblik ili ako se pretvori u nešto drugo. Tako na Jungovom primjeru koji smo naveli na 17. stranici, kada se otac pojavi pretvoren u diva, sama nam ta slika već opisuje cijeli proces veličanja oca u svijesti ispitanice.

Zamjena

Zamjena se sastoji od prenošenja osjećaja i emocija koje osjećamo prema nekoj osobi, predmetu ili situaciji (ili nečemu neodređenom) na druge osobe, predmete ili situacije koje su u stvarnosti nevažne ili obratno. Tako na primjer u snu možemo osjećati veliku privlačnost prema nekoj osobi koja nas u stvarnom životu nimalo ne privlači, dok nam se možda, u istom tom snu, druga osoba koju u stvarnosti volimo prikaže kao nevažna.

Stvar je u tome da u ovom životu živimo pod nametnutim religioznim, moralnim i društvenim ograničenjima koja duboko u sebi odbijamo ili se kose s „neumjesnim” željama i čežnjama koje se ne usuđujemo ni sami sebi priznati, osobito one koje se odnose na seks, u kojem i dalje postoji previše tabua.

S obzirom na to da u snu potiskujemo svjesnu cenzuru i da se *normalno* i *ispravno* ili ono što je *već naše* zbog same činjenice da je naše nisu nevažni, te se želje i čežnje, koje su skrivene u nesvjesnome, mogu pojaviti i personificirati se u osobi u kojoj to najmanje očekujemo, jer ono što san otkriva jest „neumjesna” želja ili čežnja, a ne osoba koja je utjelovljuje.

To je upravo razlog zamjenama kojima narušavamo vrijednost stvari pa se nešto što je sporedno u stvarnom životu pretvori u nešto što ima suštinsko značenje u snu, ili suprotno, kada nešto suštinsko izgubi svu svoju vrijednost u toj zamjeni.

Simbolika

Postoje mnoge definicije simbola, ali su sve koje smo pronašli u rječnicima i popularnoznanstvenim radovima pogrešne, bilo zbog nastojanja da se logički izrazi nešto što je predlogičko – ili ako želimo alogično – ili zbog toga što miješamo *simbol* sa *znakom* u njegovim različitim oblicima (amblem, atribut, alegorija, itd.). Prije možemo dati aproksimaciju istinskoj esenciji simbola, jer ga je u stvarnosti teško definirati.

Simbol se od znaka razlikuje u tome što je ovaj drugi zamrznuti simbol (to je Hegel govorio za alegoriju), jer je znak samo arbitrarna konvencija u kojoj su jasno razgraničeni značenje i označitelj. S druge strane – kako kaže Gilbert Durand – simbol podrazumijeva međusobnu identifikaciju sa stajališta organizacijskog dinamizma.

Simbol je mnogo više od samo reprezentativnog znaka; pun je afektivnosti i dinamičnosti i, osim što predstavlja nešto u više ili manje skrivenom obliku, on je ostvaritelj. To se očituje u njegovom obliku arhetipa koji je, prema Jungu, kao prototip tako duboko upisan u kolektivno nesvjesno da oblikuje strukturu, prethodno oblikovani model, drevnu sliku vodilju.

Osim ove Jungove definicije, možda je najtočnija ona Platonova o onome što je on nazvao „ideja”. Za nju je govorio da je ona „prvobitna stvarnost iz koje, kao jeka i frakcije, proizlaze egzistencijalne stvarnosti”. Ili Goetheova definicija koja tvrdi da „je istinska simbolika kada pojedinačno reprezentira opće, ne kao san ili sjena, već kao živo, trenutno otkrivenje nedokučivog”. Ali, da ponovimo, ovo nisu definicije, već puke aproksimacije istinske esencije simbola.

Često poistovjećujemo simbol s arhetipom, ali iako se to može prihvatiti s ljudskog stajališta, moramo istaknuti da je simbol mnogo univerzalniji te bi mogao postojati čak i da čovjek ne postoji. On se temelji na kozmičkom poretku koji je određen zakonom podudaranja koji je

Hermes već definirao u svojoj *Smaragdnoj ploči*³ kada je rekao: „Ono što je dolje je kao i ono što je gore, a ono što je gore je kao i ono dolje, kako bi se od samo jedne stvari učinilo čudo”, što je Goethe nadopunio s: „... I ono što je unutra, također je vani”.

Za kraj, i kako bi završili s ovom sažetom analizom o tome što su simboli općenito, citirat ćemo nekoliko rečenica Juan-Euarda Cirlota koje smještaju simbol u njegovu stvarnu dimenziju:

„... Na fasadi jednog samostana može se vidjeti: *a)* ljepota cjeline; *b)* konstruktivna tehnika izgradnje; *c)* stil kojem pripada te njegove zemljopisne i povijesne aspekte; *d)* implicitne i eksplicitne kulturne i vjerske vrijednosti, itd.; ali i: *e)* simboličko značenje oblika. U tom će slučaju razumijevanje onoga što simbolizira šiljasti luk ispod rozete predstavljati znanje koje se strogo *razlikuje* od ostalih koja smo nabrojali. Naš je glavni cilj omogućiti analizu ovog tipa, a da pritom, naglasimo to ponovo, ne zamijenimo simbolično središte nekog predmeta ili prolaznu simboličnu funkciju koja ga veliča u danom trenutku, s njegovom cjelovitošću kao stvarnosti u svijetu. Činjenica da se rimski klaustar točno poklapa s pojmom *temenos* (sveto zemljište) i sa slikom duše, središnjim izvorom i vrelom, kao *sutratma* (srebrna nit) koja povezuje fenomen s njegovim podrijetlom kroz središte, ne poništava niti modificira arhitektonsku i utilitarnu stvarnost spomenutog klaustara. Međutim, ona obogaćuje njegovo značenje time što se identificira s „unutarnjom formom”, odnosno duhovnim arhetipom.”

³ Nap. prev.: originalni naziv Tabula smaragdina



Hermetička simbolika svemira (Gravura iz 16. stoljeća)

Simbolizam u snovima

San, kao nam je svima poznato, koristi grafički, kinematografski jezik te je potpuno razumljivo da se koristi simbolima jer je simbolizam način izražavanja predlogičkog razmišljanja. No, osim toga, simbol značajno povećava snagu i izražajnost poruke koja je sadržana u slikama.

Tako je na zapadu, primjerice, kruh uvijek bio osnovna namirnica. Međutim, simbolički gledano, komad kruha mnogo je više od obične namirnice, malo više od brašna od fermentirane i pečene pšenice. Kruh simbolizira NAMIRNICU, tako, velikim slovima, jer se čak i u temeljnoj kršćanskoj molitvi kaže: „kruh naš svagdašnji...”. Time se ne osvrćemo samo na materijalnu

hranu, već i na duhovnu hranu, jer je čak i u euharistiji kruh tijelo Božje. To znači da, kao simbol, kruh predstavlja beskonačno više stvari od fizičkog kruha, bilo to u materijalnom obliku, slici ili riječi.

No, osim toga govorili smo o „cenzuri” koja sprječava da sadržaji koje odbijamo ili ne možemo prihvatiti prijeđu u svjesnu razinu. Jedini način na koji san može izbjeći ovu cenzuru i postići da poruka iz instinktivnog prijeđe u naš svjesni dio jest pomoću simboličkih slika.

Različiti stupnjevi oniričke simbolike

Najjednostavnija analiza snova ukazuje nam na to da se simboli koji ih sačinjavaju mogu klasificirati na veoma različite načine, ali nas zanima klasifikacija koja bi nam pojasnila zašto se neki simboli jako lako prevode, dok druge može protumačiti samo onaj koji ih sanja. Zbog toga će se naša klasifikacija odnositi na njihov stupanj univerzalnosti, pa ćemo ih klasificirati na: univerzalne, lokalne i osobne.

Pod univerzalne simbole podrazumijevamo one koji su zajednički čitavom čovječanstvu, kako kroz vrijeme, tako i na različitim kontinentima i u različitim civilizacijama: to jest, one za koje možemo smatrati da pripadaju najdubljem i najdrevnijem dijelu kolektivnog nesvjesnog, jer su oni prvi postojali i tamo su se ukorijenili. Tako da su univerzalne simbolika vode, vatre, križa i mnoge druge.

Lokalnima smatramo one koji su, unatoč tome što su općeniti, takvi unutar neke kulture ili razdoblja, ali ne i u ostalima, jer su se ukorijenili u naše nesvjesno mnogo kasnije, unutar istog tog razdoblja i civilizacije.

Tako su primjerice simbolike telefona, vlaka ili aviona lokalne i pripadaju našem razdoblju i civilizaciji. Kao i majmuna ili mačke koji sadrže veoma različite simbolike ovisno o vremenu ili mjestu. Mačka je, na primjer, u starom Egiptu simbolizirala snagu i marljivost u službi čovjeku te se zbog toga smatrala dobrim znakom. Suprotno tome, među Niasovim se ljudima iz Sumatre smatrala čuvaricom pakla, zbog čega je mačka u snovima bila loš predznak.

S druge strane, kada neki događaj u našoj duši izazove traumu, bilo koji predmet, osoba ili detalj koji svjesno ili nesvjesno privuče našu pažnju, ostatak će trajno povezan s tim događajem i

pritom se pretvoriti u simbol tog događaja. Tako tijekom života, ali posebno za vrijeme djetinjstva, stvaramo cijeli niz simbola koji su svakome od nas vlastiti i za svakoga različiti te koji čine ono što nazivamo osobnim simbolima jer pripadaju osobnom nesvjesnom, a ne kolektivnom nesvjesnom ljudskog roda.

Međutim, ponekad se osobni simboli podudaraju s nečim što je već posjedovalo vlastitu simboliku, lokalnu ili univerzalnu. Tada se može dogoditi da se obje simbolike preklape i pomiješaju ili da vlastita simbolika od tog trenutka za tu osobu prevlada.

Rječnici snova

Ovdje dolazi do velike podjele mišljenja o valjanosti rječnika snova, s time da pod tim pojmom shvaćamo one koji se temelje na psihoanalitičkom iskustvu i na zbirci najučestalijih univerzalnih i lokalnih simbola, a ne drugih „ključnih elemenata snova” koji su nastali kopiranjem i izobličavanjem drevnih oniromantičkih rasprava.

Ako se nas pita koja je razina pouzdanosti, te samim time i korisnosti ovih rječnika, primjerice našeg, moramo priznati da ne služe ničemu, ali su istovremeno neophodni. Tome je tako zbog klasifikacije koju smo upravo prikazali, jer kada nam netko ispriča san, nemoguće je *a priori* znati je li simbolizam koji on sadrži univerzalan, lokalan ili osoban.

Potpuno je apsurdno nastojati protumačiti neki san ako temeljeći se isključivo na rječniku snova. Potrebno je prvo temeljito poznavati osobu koja sanja ili pokušati razjasniti što taj san u njoj budi: osjećaje, uspomene, itd. Odnosno, zahtijeva strpljiv prethodni rad koji bi omogućio da se utvrde i prepoznaju osobni simboli koje samo on poznaje, makar to bilo nesvjesno. Tek kada smo to napravili možemo započeti s tumačenjem ostalih simbolizama te interpretirati san, ali ne prije.

5

Korist od snova

Kada smo došli do ove točke, logično je da se pitamo zašto se toliko bavimo snovima te mogu li oni biti od kakve koristi ili se samo radi o nedosljednim fantazijama našeg mozga kada, bez ikakve kontrole i upravljanja, proizvede mnoštvo slika koje proizlaze iz naših sjećanja iz prošlosti ili iz događaja toga dana. Kada bi bilo tako, neprestana težnja čovječanstva da protumači snove bila bi nepojmljiva, kao i stoljetna ustrajnost u vjerovanju da oni sadrže poruke koje su vrijedne naše pažnje.

Danas znamo da je naš mozak živuće računalo, mnogo snažnije od svih koje je čovjek stvorio. Isto tako znamo da je jedna od njegovih zadaća pohranjivati u svijest sve što radimo, osjećamo ili mislimo, tako da cijeli život ne zaboravimo apsolutno ništa.

Arhiv svakodnevnih informacija

Prva zadaća koju mozak obavlja dok sanjamo jest kodiranje svih tih podataka na poseban način koji omogućuje da se oni usade u sjećanje, što bismo mogli nazvati *kodiranim snovima*. Rijetko kada smo ih svjesni, ali jesmo, možemo ih prepoznati zato što se u njima pojavljuju događaji koji su se odvijali tijekom dana, ali pomiješani i izobličeni tako da nam se čine apsurdnima i nerazumnima te su im važnost i vrijednost znatno drugačije od onih koje smo im pridavali dok smo bili budni.

Čak i kada bi usporedba s računalom mogla biti realističnija od one s arhivom koju smo upotrijebili u prvom poglavlju, preferiramo ovu drugu jer nam omogućuje da jasnije vidimo zadaće mozga dok sanjamo koje slijede, makar samo zato što je manje apstraktna i mentalno ju je lakše vizualizirati od programa za arhiviranje podataka. Te su zadaće usklađene, komplementarne i

gotovo uvijek istodobne s arhiviranjem svakodnevnih informacija, a te su rješavanje neriješenih problema i „razgovor” s našim nesvjesnim. Osim toga postoje i neke složenije zadaće, pa nam tako mozak daje perspektivu neposredne budućnosti te je sjedište paranormalnih fenomena.

Rješavanje problema za vrijeme sna

Dobro su poznati slučajevi poznatih osoba koje su riješile svoje probleme zahvaljujući snovima; sam Edison nije oklijevao priznati da je svaki put kada bi se suočio s nekim naizgled nerješivim problemom išao spavati, bio dan ili noć, te bi mu se u snu uvijek prikazalo traženo rješenje koje je kasnije samo trebao primijeniti i time završiti još jedan od svojih izuma.

No da ne idemo u takve ekstreme – koji su, izgleda, svojstveni samo privilegiranim ili dobro istreniranim mozgovima – često se „posavjetujemo s jastukom” kada nas muči neki problem, a nije rijetkost da se isti taj problem u snu riješi ili da ga idućeg jutra jasnije vidimo.

Mozak tijekom sna zapravo kodira podatke o problemu; no, da se vratimo na usporedbu s arhivom, kako bi ih pohranio na ispravno mjesto, treba ponovo otvoriti sve one „kartice” koje su povezane s tim problemom, odnosno sva ona saznanja koja su s njim povezana i koja su se latentno nalazila u pozadini našeg sjećanja, što ih ažurira te im omogućuje da isplivaju na površinu svijesti, a tijekom sna ili idućeg jutra ta su ažurirana znanja već dostupna našem umu koji ih može iskoristiti.

„Razgovor” s nesvjesnim

Tko još dosad nije čuo: „Mirno spavam jer mi je savjest čista”, ili „Spavam k'o top jer sam mirne savjesti”? Oni koji to govore možda nisu svjesni velike istine koju sadržavaju njihove riječi, jer je jedna od zadaća snova ta da nas pomire s našom savjesti; odnosno, da nam pomognu ukloniti stres, frustracije, traume i grizodušja koja svakodnevno nastaju jer moramo živjeti kao *civilizirani*

ljudi. Podliježemo društvenim normama koje često sputavaju naše najdublje instinkte i želje ili nas obvezuju da radimo stvari koje su odbojne našoj svijesti. Kada smo „mirne” savjesti, bez trauma i grizodušja, onda nemamo ružne snove.

Kako bi, primjerice, dječak koji u igri razbije neki vrijedan predmet pa ga pošteno istuku a da on i ne zna zašto, trebao usvojiti tu činjenicu ako još ne zna koliko neka stvar vrijedi? To je nešto što će na svjesnoj razini uspjeti zaboraviti, ali što će ostati pohranjeno u dubini njegove duše. Tako će, ga kao odraslu osobu život *istuče*, pohraniti tu novu gorčinu, zajedno s onom starom iz djetinjstva, u najdublji dio svoga bića. Na taj će način porasti njegova ogorčenost prema jačima ili moćnijima.

Da ne možemo ukloniti ili barem izdržati i prihvatiti ono što u sebi potiskujemo, došao bi trenutak – kako i biva u nekim slučajevima – u kojem bismo poludjeli ili se pretvorili u teroriste koji sve uništavaju zbog pohranjene mržnje i ogorčenosti.

U nama, srećom, postoji način da rasteretimo svijest od tih bolnih sadržaja, a to je pomoću snova. Naime, kada u snu pohranjujemo doživljaje od tog dana, dobre i loše, već smo rekli da je neizbježno da ponovo otvorimo one susjedne kartice koje se povezuju s istom vrstom događaja, misli ili osjećaja koje ćemo pohraniti. Stoga, dok neke od tih događaja pohranimo a da toga nismo ni svjesni, postoje drugi koji se pojavljuju izobličeni ili preuveličani u snu, jer pohranjujući njih ažuriramo one slične sadržaje koji su bili latentni; odnosno, otvaramo neizliječene duševne rane, ponovo izvlačimo na površinu stare traume, potisnute osjećaje koji se onda odražavaju u snu.

Zato, kada ujutro analiziramo snove možemo pronaći mnogo detalja koji pripadaju doživljajima iz prethodnog dana, a ponekad čak sve kojih se sjećamo: prepoznamo osobu, životinju, predmet, vijest s radija ili televizije, pa čak i misao koju smo imali. No, jesmo li zastali da razmislimo zašto *samo* ti detalji, a ne svi ostali? Prema kojem kriteriju mozak odabire materijale iz sna? Jednostavno zato što su to oni koji su ponovo otvorili slične sadržaje iz svijesti.

5 Análisis

Este capítulo tiene como propósito explicar y argumentar algunas soluciones de traductivas que por varios motivos han sido complicadas y exigían una investigación más extensa.

Ejemplo 1

En este ejemplo se analiza la unidad terminológica: «*censura*» *freudiana*

«Lo que ocurre es que la famosa «**censura**» **freudiana** existe e inconscientemente tendemos a sofocar el sueño, a impedir que aflore al consciente y desde subconsciente se vaya hundiendo en lo más profundo de la conciencia» (página 22).

Traducción:

«Stvar je u tome da poznata „**cenzura sna**” po **Freudu** postoji i da smo skloni nesvjesno potisnuti san te spriječiti da izbije u svjesno i da iz podsvjesnoga utone u najdublji dio svijesti.»

La palabra *censura* tiene sus usos especializados y no especializados. Su primera acepción en el DLE ⁴ es la «acción de censurar». En el contexto de la oración traducida junto con el adjetivo *freudiana*, que marca el hecho de que se trata de la percepción que tuvo Freud sobre la censura, la palabra mencionada simboliza una función permanente, ya que es aquella que constituye una barrera selectiva entre los sistemas inconsciente y preconsciente-consciente y se halla en el origen de la represión (Freud, 1915). En croata, la palabra *cenzura*⁵ tiene solo tres acepciones en *Hrvatski jezični portal*: 1) «**a. pol.** na zakonskim propisima zasnovano djelomično skraćivanje ili potpuna zabrana knjiga, muzičkih i umjetničkih djela, tekstova u novinama i u drugim medijima (...) **b.** razg. kontrola koja se odvija neformalno, mimo zakona i drugih propisa (...)», 2) «**meton.** Institucija koja se bavi cenzurom», 3) «**kat.** crkvena kazna kojom se krivac lišava nekih duhovnih (...) dobara dok ne bude odriješen⁶» y ninguna de las tres describe su significado en el ámbito de psicología. Sin embargo, el significado analizado se puede encontrar en *Hrvatska enciklopedija*, bajo el sintagma *cenzura sna*: «u psihologiji, po Sigmundu Freudu, brana između nesvjesnog i predsvjesnog te između svjesnog i predsvjesnog sustava. Cenzura je postojana funkcija i u budnome stanju, pa je izvor postikivanja. U snu ona sprječava sadržaje nesvjesnoga da prođu u motoriku. (...)»⁷. Como se puede ver, este es el significado que le atribuye Sigmund Freud a la censura. Si este texto se tradujera para los expertos en el campo de la psicología, se podría traducir

⁴ Diccionario de la lengua española (2010), [en línea]. [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/censura?m=form>

⁵ Hrvatski jezični portal, [en línea]. [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://hjp.znanje.hr/index.php?show=search>

⁶ Hrvatski jezični portal, [en línea]. [fecha de consulta: 25 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://hjp.znanje.hr/index.php?show=search>

⁷ *cenzura sna. Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje*. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. [Fecha de consulta: 25 de septiembre de 2022]. Disponible en <<http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=11247>>.

con *cenzura sna*. Dado que el texto está destinado a un público más amplio, se ha decidido añadir «po Freudu» para facilitar la lectura. Si el texto fuera destinado a un público específico como, por ejemplo, niños en el colegio, se podría traducir con *cenzura sna prema Sigmundu Freudu* y añadir la nota a pie de página u otra oración entera dando algo más de contexto sobre el médico austriaco y sus estudios. Puesto que este texto está destinado al lector promedio, *cenzura freudiana* se ha traducido al croata como *cenzura sna po Freudu*.

Ejemplo 2

En la oración que sigue se analizan las unidades terminológicas: *mentalidad pre-lógica* y *mentalidad lógica*.

«Es imposible realizar aquí un estudio detallado de la **mentalidad pre-lógica** porque nos saldríamos del marco de nuestro trabajo, pero no podemos dejar de mencionar que se trata de una forma de mentalidad en la que si bien el proceso deductivo es correcto, parte de unas premisas que no son necesariamente las mismas que nos son habituales, y posee una amplitud que nunca tendrá la **mentalidad lógica**, limitada por la concatenación de silogismos de la que no le permitimos separarse» (pág. 27).

Traducción:

«Nemoguće je ovdje provesti detaljno istraživanje o **predlogičkom razmišljanju** jer bismo izašli iz okvira našeg rada. Međutim, bitno je naglasiti da se radi o obliku razmišljanja koji, iako je deduktivni proces točan, kreće od premisa koje nisu nužno iste one koje su za nas uobičajene te posjeduje širinu koju **logičko razmišljanje** nikad neće imati jer je ograničeno povezivanjem silogizama, od čega mu ne dopuštamo da se odvoji.»

La primera unidad terminológica, *mentalidad pre-lógica*, se ha traducido al croata como *predlogičko razmišljanje*, aunque se han encontrado varios textos paralelos en croata con el término *predlogičko mišljenje*; por ejemplo, en el trabajo de Jana Hodžić: «Ova tvrdnja opovrgava dotad uvriježeno uvjerenje o primitivnim društvima kao onima u kojima postoji samo

»predlogičko« mišljenje, a što je najizrazitije zastupao Lévy-Bruhl.»⁸ y en Hrvatska enciklopedija: «Poslije je razvio vlastiti pojam primitivnoga mentaliteta kao iracionalnoga temelja ponašanja ljudi u »primitivnim« zajednicama, koji u sebi sadrži predlogičko mišljenje i djelovanje, ali i društveno oblikovane obrasce uvriježenoga razrješavanja situacija.»⁹ Además, en el trabajo de Denis Novko se puede encontrar el ejemplo parecido; *pred-logičko mišljenje*: «Prema tome povijesno, nemetafizičko mišljenje smjera na pred-znanstveno, pred-logičko mišljenje u smislu izvorne sabranosti, na što upućuje i izvorno značenje logosa kao zbora i sabiranja (legein).»¹⁰ Se ha decidido establecer un paralelismo con el termino *mentalidad lógica* que se ha traducido como *logičko razmišljanje*, puesto que en el texto paralelo¹¹ croata este término está descrito de manera que concuerda con el significado que se le ha dado al término al traducirlo en esta tesina: «Logičko razmišljanje je ljudska sposobnost razumijevanja svega što nas okružuje i odnosa ili razlika koje postoje između radnji, predmeta ili događaja uočljiv analizom, usporedbom, apstrakcijom i maštom.» Como demuestra el siguiente ejemplo, se han podido encontrar algunas soluciones parecidas a la que se ha elegido; por ejemplo, *logičan način razmišljanja*: «Svatko je sposoban samostalno razviti logičan način razmišljanja, za to postoji mnogo zagonetki, rebusesa, križaljki, logičkih zadataka.»¹² Puesto que son escasos los ejemplos de otras soluciones y dado que no se trata de fuentes lo suficientemente fidedignas, se ha optado por *logičko razmišljanje*, por lo que la traducción final es *predlogičko razmišljanje*.

Ejemplo 3

En este ejemplo se analizan las siguientes unidades terminológicas: *actividad cerebral* y *sueño paradójico*

⁸ Divlja misao: znanost o konkretnom ili univerzalna logika duha, [fecha de consulta: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://hrcak.srce.hr/file/58222>

⁹ Lévy-Bruhl, Lucien, [fecha de consulta: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=36274>

¹⁰ Bit vremena i zadaća mišljenja u filozofiranju Vanje Sutlića, [fecha de consulta: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://hrcak.srce.hr/file/309863>

¹¹ About meaning, [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://hr.about-meaning.com/11035185-meaning-of-logical-thinking>

¹² Koje su vrste i vrste razmišljanja?, [fecha de consulta: 2 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://hr.puntomariner.com/what-are-the-types-and/>

«Lo curioso del caso es que cuando soñamos, durante el REM, la **actividad cerebral** es la máxima que se da durante todo el tiempo que dormimos; es decir, que cuando paradójicamente el cerebro se halla más despierto. Es precisamente por ello que se ha dado en llamar *sueño paradójico* a los períodos de REM» (pág. 21).

Traducción:

«Zanimljivo je da je od cijelog vremena koje provedemo spavajući, **moždana aktivnost** najveća za vrijeme REM faze sna; to jest, kada je tijelo u najdubljem snu, tada je, paradoksalno, mozak najbudniji. Upravo su zbog toga REM faze nazvane *paradoksalni san*.»

La unidad terminológica que se analiza primero es la *actividad cerebral* que se ha traducido al croata como *moždana aktivnost*. Esta traducción también se puede encontrar en los diccionarios, pero lo que suponía una dificultad a la hora de traducir en este caso ha sido el adjetivo *máxima*. El adjetivo *máxima* se puede traducir al croata de varias maneras, por lo que algunas de las posibles soluciones son *najjača*, *najviša* o *najveća moždana aktivnost*. No obstante, ninguna de estas unidades terminológicas puede encontrarse en textos paralelos fidedignos. Por este motivo se han buscado antónimos de los mencionados adjetivos en croata y como resultado, en el Repositorio de la Universidad de Zagreb, se ha encontrado el siguiente ejemplo de Doroteja Blagus¹³: «Kako je prije navedeno, u razdoblju od rođenja pa do kraja druge godine, ljudski mozak funkcionira prventsveno u **najnižoj frekvenciji moždane aktivnosti**, što bi značilo da frekvencijski raspon u tom razdoblju iznosi od 0,5 do 4 Hz, a poznat je još pod nazivom Delta valovi.» De este ejemplo podemos concluir que una posible solución sería **najviša frekvencija moždane aktivnosti**. Se ha podido encontrar también un ejemplo con el comparativo *jači* en un artículo científico con el título *Epilepsija i glazba*¹⁴ escrito por Đerke, F., Petelin Gadže, Ž. i Milat, D. (2017): «Objavljen je niz radova u kojima se pomoću fMRI-a prikazuje mnogo **jača moždana aktivnost** u sljepoočnom režnju (auditorni centar) za vrijeme slušanja i za vrijeme izvođenja glazbe, u odnosu na opću populaciju.» Al final se ha optado por *najveća moždana aktivnost* porque en el texto paralelo de Ivana Kuštek, *Neurobiologija spavanja*, se encuentra el siguiente ejemplo: «Tuberomamilarna jezgra (TMN) smještena je u posteriornom hipotalamusu i **najveću aktivnost** pokazuju tijekom

¹³ <https://repositorij.erf.unizg.hr/islandora/object/erf%3A434/datastream/PDF/view>, [fecha de consulta: 6 de junio de 2022]

¹⁴ <https://www.bib.irb.hr/901940>, [fecha de consulta: 6 de junio de 2022]

budnosti, dok tijekom NREM i REM faze pokazuje smanjenu ili nikakvu aktivnost.» El texto en cuestión también está publicado en el Repozitorij de la Universidad de Zagreb y pertenece al ámbito de la Neurobiología, por lo que se trata de un texto fidedigno. Además, para comprobar la solución elegida, se ha buscado un texto paralelo con la unidad terminológica *moždana aktivnost*, pero con el significado opuesto, es decir, *smanjena moždana aktivnost*. En el Repositorio de la Universidad de Zagreb de Medicina se puede encontrar el texto de Petar Fekete (2020: 6); *Anatomske, histološke i biokemijske osnove spavanja i snova*, con los siguientes ejemplos: «Gledajući EEG zapis može se uočiti da se **moždana aktivnost** postepeno **smanjuje** od alfa i beta moždanih valova koji su prisutni u budnom stanju pa sve do najsporijih theta moždanih valova koji su prisutni u dubokom snu. Završetkom NREM faze započinje REM faza spavanja u kojoj se **moždana aktivnost povećava** se te na EEG-u mogu vidjeti alfa i beta moždani valovi.» Sin embargo, el hecho de que se ha optado al final por una traducción no quiere decir que la otra solución, **najjača moždana aktivnost**, sería incorrecta o imprecisa. Dado que se han encontrado varios textos paralelos con el adjetivo *velik* (en todas sus versiones), se ha optado por esta traducción.

La segunda unidad terminológica por analizar en este ejemplo es *sueño paradójico* que se ha traducido al croata como *paradoksalni san*. Aunque existen muchos textos paralelos en los que se puede encontrar esta unidad en croata como *paradoksani san*, la gran mayoría de estos textos no son fuentes fidedignas, más bien se trata de artículos sobre la salud y los sueños. En el mismo texto de Petar Fekete (Ibid.), que sí que es una fuente fidedigna porque se trata de un texto académico, se ha podido encontrar esta unidad terminológica en la siguiente oración: «U EEG zapisu mogu se vidjeti brojni alfa i beta moždani valovi koji su tipični za budno aktivno stanje i zbog toga se ovo stanje sna naziva i **paradoksalni san**» (Ibid.). Dado que tanto este texto académico de Fekete como el texto tratado en esta tasina pertenecen al ámbito de la psicología y que el contexto es parecido, se ha optado por esta solución.

Ejemplo 4

En este ejemplo se analizan las siguientes unidades terminológicas: *claves de sueños y tratado oniromántico de la antigüedad*

«Y es aquí donde surge la gran división de opiniones sobre la validez de los diccionarios de sueños, entendiendo por ello los que tienen su fundamento en la experiencia psicoanalítica y en la recopilación de los símbolos universales y locales más frecuentes, y no aquellas otras «**claves de sueños**» que se han editado copiando y desfigurando los **tratados onirománticos de la antigüedad**» (pág. 33).

Traducción:

«Ovdje dolazi do velike podjele mišljenja o valjanosti rječnika snova, s time da pod tim pojmom shvaćamo one koji se temelje na psihoanalitičkom iskustvu i na zbirci najučestalijih univerzalnih i lokalnih simbola, a ne drugih «**ključnih elemenata snova**» koji su nastali kopiranjem i izobličavanjem **drevnih oniromantičkih rasprava**.»

En este apartado se analizará la unidad terminológica *claves de sueños* que fue traducida como *ključni elementi snova*. En este caso primero era necesario entender qué exactamente el autor entendía bajo el concepto *claves de sueños* y entonces construir una unidad terminológica con el mismo significado. Según el DLE¹⁵, la palabra *clave* tiene once acepciones en español y en este contexto es la séptima acepción la que describe el significado en el caso que se está analizando; es el elemento básico, fundamental o decisivo de algo. En la lengua croata, esto sería *ključni element*, aunque la palabra *clave* realmente tiene varios equivalentes en croata en función del contexto en el que aparece. En el diccionario español-croata de Vinja podemos encontrar las siguientes acepciones: *rješenje, ključ* (zagonetke, tajnog pisma itd.), *uputa, objašnjenje, naputak, zaglavni kamen, glavni potpornjak, muzički ključ*. También se pueden encontrar en el mismo diccionario varios sintagmas con la palabra *clave*: *clave telegráfica (šifra)*, *echar la clave (zaključiti)*, *una posición clave (ključni položaj)* y la palabra *clave (ključna riječ, riječ rješenja)*. Ninguna de estas acepciones concuerda con el significado que tiene la palabra *clave* en el ejemplo dado, por lo que este ejemplo demuestra que en ciertas ocasiones el traductor tiene que inventar una solución, basándose en textos paralelos con el mismo contexto. Por consiguiente, una vez construida la unidad terminológica en croata, se ha buscado un texto paralelo que contenga este sintagma en croata y se ha podido encontrar el siguiente ejemplo: «Usmjerite pažnju na ključni element-scenu

¹⁵ Diccionario de la lengua española (2010), [en línea]. [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/>

sna¹⁶.» Puesto que se trata del mismo campo semántico, este ejemplo confirma que la solución creada es correcta y se corresponde con el término utilizado en el texto origen.

La unidad terminológica que sigue es *tratados onirománticos de la antigüedad* que se tradujo como *drevne oniromantičke rasprave*. Dado que tampoco se podía encontrar un equivalente en los textos paralelos ni en diccionarios especializados, era necesario proponer una traducción propia del término y para esto primero cabía analizar el sustantivo *tratado* que, según el DLE¹⁷, tiene tres acepciones, de las que la tercera tiene sentido en este contexto: «escrito o discurso de una materia determinada». El término se tradujo al croata como *rasprava*. La primera y la tercera definición de la palabra *rasprava* en *Hrvatski jezični portal*¹⁸ concuerdan con dicha definición: 1) «sustavno razmatranje nekog pitanja, spis u kojem se svestrano razmatra neka opsežnija tema», 3) «usmeno raspravljanje; debata, diskusija, razmatranje». Si se busca en textos paralelos el adjetivo *oniromántico*, se pueden encontrar los siguientes ejemplos en el texto de Jesús María Nieto Ibañez (1994): «En Odisea 19, 535-567, nos encontramos ya con estos elementos en relación con el conocido sueño de Penélope sobre los gansos que simbolizan a los pretendientes, lo que constituye un modelo arquetípico y el primer ejemplo de *oniromántica* que se nos ha transmitido por escrito...» y «Los orígenes de esta literatura hay que buscarlos en las tablas de correspondencia sueño-símbolo que utilizaban los intérpretes de sueños, que contribuirían a una difusión oral del arte de interpretación *oniromántica*». En estos ejemplos se ve que el dicho adjetivo se suele usar en contextos relacionados a la investigación de sueños. En cambio, en croata no existe ningún texto en internet en el que aparece el adjetivo *oniromantički*, pero sí que existe el sustantivo del que se deriva, *oniromantija*¹⁹. *Hrvatski jezični portal* define esta palabra como «tumačenje snova i na toj osnovi proricanje budućih događanja». Debido a que la definición croata del sustantivo *oniromantija* corresponde al contexto en el que se usa el adjetivo derivado del sustantivo equivalente en español, *oniromancia-oniromántico*, se ha optado por la traducción *oniromantički*.

¹⁶ S onu stranu zrcala, D. Miljković, M. Rijavec. [fecha de consulta: 2 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.iep.hr/iz-knjiga-3/lucidni-snovi-108/>

¹⁷ Diccionario de la lengua española (2010), [en línea]. [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/>

¹⁸ Hrvatski jezični portal, [en línea]. [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://hjp.znanje.hr/>

¹⁹ Ibid.

La última parte de la unidad terminológica, *de la antigüedad*, no tiene ningún significado especializado y se tradujo con el adjetivo en croata *drevni*. A pesar de que en teoría existían varias posibilidades para traducir esta parte, como *davni*, *iz davnina*, *iz starog doba*, *iz drevnog doba*, *iz prošlosti*, *stari*, el adjetivo *drevni* encajaba mejor por su matiz sofisticado.

Ejemplo 5

A continuación, nos interesa el término *estudio de los sueños*.

«Hizo un gran descubrimiento que ha sido el nacimiento de una nueva ciencia; o mejor dicho, el renacimiento de una antigua ciencia que se había ido perdiendo, pues el **estudio de los sueños** no sólo nos demuestra que son la puerta entre consciente e inconsciente, sino también el cómo y el porqué de otra ciencia igualmente importante: la simbología» (pág. 17).

Traducción:

«Došao je do velikog otkrića koje je dovelo do rođenja nove znanosti; ili bolje rečeno, do ponovnog rođenja drevne znanosti koja se polako gubila. **Istraživanje snova** ne samo da nam pokazuje da su snovi vrata između svjesnog i nesvjesnog, već nam približava kako djeluje i zašto postoji druga, jednako bitna znanost: simbologija.»

Esta unidad terminológica podría traducirse de diferentes maneras, puesto que la palabra *estudio* en el DLE tiene 11 acepciones, tres de las que son aplicables al contexto que tenemos. En el texto paralelo de Živa Benčić (2012: 8), *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem*, se puede encontrar el término *studija o snovima*: «Ipak, istinski interes za snove započinje tek 1900. godine kada Sigmund Freud objavljuje *Tumačenje snova*, revolucionarno djelo čijim objavljivanjem san napokon dospijeva u sferu znanosti, a u desetljećima koja slijede i Carl Gustav Jung piše svoje brojne *studije o snovima*». Sin embargo, Petra Marić en *Etnologija snova* (2014: 81-82) escribió la siguiente oración: «Kolegij uvodi u različite etnološke pravce istraživanja snova, od etno-psihoanalize do fenomenoloških i strukturalističkih pristupa i obrađuje izabrane entografske primjere.» Ivana Kuštek menciona *istraživanje spavanja* en su trabajo *Neurobiologija spavanja* (2010) en el siguiente ejemplo: «Neurobiološka istraživanja spavanja koncentriraju se na dva pitanja: U kakvom se fiziološkom stanju nalazi organizam za vrijeme spavanja i kakav je

mehanizam spavanja?» y al mismo tiempo cabe mencionar que existe la organización llamada *European Sleep Research Society* (ESRS), que al croata se ha traducido como *Europsko društvo za istraživanje spavanja*. Tomando en cuenta dichos ejemplos, se ha establecido un paralelismo y se ha optado por la traducción *istraživanje snova*.

Ejemplo 6

En este ejemplo se analizará la unidad terminológica *via de comunicación*.

«Aun cuando no fue Freud quien descubrió el inconsciente, pues Janet, Schopenhauer, Bergson y otros ya lo habían definido –al menos teóricamente–, sí fue el primero en darse cuenta del importante papel del mismo y de que los sueños eran una **vía de comunicación** entre consciente e inconsciente, lo que los convertía en una función esencial para la vida psíquica» (pág. 17).

Traducción:

«Čak i ako nije Freud otkrio nesvjesno, jer su ga Janet, Schopenhauer, Bergson i drugi već bili definirali, barem u teoriji, bio je prvi koji je shvatio važnost njegove uloge te da snovi predstavljaju **komunikacijsku poveznicu** između svjesnog i nesvjesnog, pa imaju temeljnu ulogu u psihičkom životu.»

El término *vía de comunicación* se ha encontrado en el texto paralelo estrechamente relacionado con el contexto del libro. En la traducción del libro de Carl Gustav Jung “*Psihološka tipologija*²⁰” se puede leer el siguiente ejemplo: «Snovi su važna **poveznica** između svjesnih i nesvjesnih procesa.” Aunque se trata de una fuente fidedigna, falta la segunda parte de la unidad terminológica, *de comunicación*, pero dado que el contexto es el mismo, hemos añadido el adjetivo *komunikacijska* para crear una adaptación que mantenga el mismo matiz en el texto meta como aquel del texto origen.

Ejemplo 7

²⁰ Disponible en: <https://imperpro.ru/hr/karl-gustav-yung-psihologicheskaya-tipologiya-psihologicheskaya-koncepciya-k-g/>, [fecha de consulta: 6 de junio de 2022]

En la oración que sigue se analiza la unidad terminológica *proceso paranormal*.

«Es en la intuición en lo que se basan la mayoría de las técnicas adivinatorias, los **procesos paranormales** e incluso la fe» (pág. 27).

Traducción:

«Većina se tehnika proricanja, **paranormalnih fenomena**, pa čak i vjera temelje na intuiciji.»

La unidad terminológica *proceso paranormal* se ha traducido como *paranormalni fenomen*, aunque en croata también existe el equivalente de la palabra *proceso*; *proces*. Ambas palabras tienen varias acepciones en las lenguas a las que pertenecen, sin embargo, estas no concuerdan del todo. Así, la tercera acepción en el DLE describe la palabra *proceso* en el contexto dado en nuestro ejemplo: «Conjunto de las fases sucesivas de un fenómeno natural o de una operación artificial.²¹» Al mismo tiempo, en *Hrvatski jezični portal* la primera acepción²² es la que más se acerca al significado que se está analizando en el ejemplo dado: «zakonomjerni slijed stanja, faza, pojava i sl., tok razvitka čega». No obstante, no se ha podido encontrar ningún texto paralelo con la unidad terminológica *paranormalni proces* en croata, por lo que ha sido necesario buscar la alternativa. Se ha encontrado la siguiente oración en el texto paralelo de Milica Resanović (2017) que pertenece al mismo campo semántico como la unidad terminológica *proceso paranormal* en el dicho ejemplo: «Pojedinci koji izražavaju veću količinu vjerovanja u različite paranormalne fenomene postižu slabiji rezultat na testu kognitivne reflektivnosti i zadatcima problemskog zaključivanja.» Dado que hasta en la definición misma de la palabra *proceso* en español se menciona la palabra *fenómeno*, y puesto que en croata son numerosos los ejemplos de textos paralelos con la unidad terminológica *paranormalni fenomen*, se ha optado por esta traducción.

Ejemplo 8

En este ejemplo se analiza el siguiente término: *condensación*

«La **condensación** consiste en que un solo objeto, persona o situación adquieren las características de otras varias, de tal modo que una persona puede representar a la vez a un amigo, al padre, a la

²¹ Disponible en: <https://dle.rae.es/proceso?m=form>, [fecha de consulta: 21 de octubre de 2022]

²² Disponible en: <https://hjp.znanje.hr/index.php?show=search>, [fecha de consulta: 21 de octubre de 2022]

madre o al jefe de oficina; o que una palabra se forme por la **condensación** de otras varias» (pág. 28).

Traducción:

«**Sinteza** se sastoji od toga da jedan predmet, osoba ili situacija poprime obilježja nekih drugih, tako da jedna osoba može istovremeno predstavljati prijatelja, oca, majku ili šefa ureda; ili da se jedna riječ oblikuje **sintezom** nekoliko drugih.»

El término *condensación* suele usarse para describir procesos químicos, pero en el ejemplo dado, en el ámbito de la psicología, su significado obtiene otros matices. En el DLE se puede encontrar solo una acepción del sustantivo mencionado; «Acción y efecto de condensar o condensarse.»²³ Mientras tanto, la palabra croata *kondenzacija*, que a simple vista parece ser el equivalente de dicho término en español, tiene hasta cuatro acepciones. Ninguna de estas acepciones puede servir como traducción en el ejemplo dado. En este caso, el conocimiento del contexto y del tema han sido cruciales para llegar a una solución. Con la finalidad de encontrar el equivalente de este término en croata, se ha recurrido a la etimología del término, es decir, a la lengua de la que proviene; el alemán. El significado en la psicología le ha dado el médico neurologo austriaco, Sigmund Freud; *die Verdichtung*²⁴. Para comprobar cómo se ha traducido este término al croata, no ha sido suficiente buscar en un diccionario, puesto que allí solo se pueden encontrar los significados más comunes. Se ha encontrado el siguiente ejemplo en un texto paralelo, el libro de Amir Muzur (2010): «Treća teorija, teorija aktivacije i sinteze (*activation-synthesis theory*), rodila se u laboratoriju Allana Hobsona s Harvarda. Hobson polazi od aktivacije skupina neurona u moždanom deblu, u REM-fazi spavanja, koje, po Hobsonu, uzrokuju impulse električne energije koja slučajno podražava (mobilizira) neke elemente iz pamćenja, što mi kasnije, probuđeni, nastojimo oblikovati u priču, popunjavajući u njoj „rupe“.» Con este ejemplo se ha comprobado que la traducción correcta del término *condensación* en español, o del término *die Verdichtung* en alemán, es la palabra *sinteza*.

²³ Disponible en: <https://dle.rae.es/condensaci%C3%B3n?m=form>, [fecha de consulta: 12 de diciembre de 2022]

²⁴ Disponible en: <http://hispanoteca.eu/Linguistik/v/VERDICHTUNG%20UND%20VERSCHIEBUNG.htm>, [fecha de consulta: 22 de octubre de 2022]

6 Glosario

Este capítulo resume el capítulo anterior en el que se ha hecho el análisis, con la finalidad de que el lector tenga en un lugar equivalentes relacionados con el ámbito de psicología, o, más bien, con el ámbito de los sueños.

Término en español	Término en croata
„censura”freudiana	cenzura sna po Freudu
„Claves de sueños”	„ključni elementi snova“
actividad cerebral	moždana aktivnost
actividad onírica	onirička aktivnost
alimento espiritual	duhovna hrana
arquetipo espiritual	duhovni arhetip
censura interna	unutarnja cenzura
concatenación de silogismos	povezivanje silogizama
condensación	sinteza
despertar definitivo	konačno buđenje

desplazamiento	premještanje
enfermedad incipiente	bolest u začetku
especialista del sueño	stručnjak za snove
estudio del sueño	istraživanje snova
fijación en la memoria	usađivanje u sjećanje
inconsciente colectivo	kolektivno nesvjesno
lenguaje interno	interni jezik
ley de las correspondencias	zakon podudaranja
mecanismo del sueño	mehanizam sna
medio terapéutico	terapijsko sredstvo
mentalidad lógica	logičko razmišljanje
mente pre-lógica	predlogičko razmišljanje
núcleo simbólico	simbolično središte
oniromancia	oniromantija
plano de la vida	životna dimenzija
posibilidades intelectuales	intelektualne sposobnosti
practica mágica	magijski običaj
proceso paranormal	paranormalni fenomen
recuperación física	obnavljanje tijela
recuperación orgánica	obnavljanje organizma
regeneración celular	stanična regeneracija
simbolismo hermético	hermetička simbolika
sueño paradójico	paradoksalni san
sueño de codificación	kodirani san
técnica adivinatoria	tehnika proricanja
tradición oculta	okultna tradicija
trastorno nervioso	poremećaj živčanog sustava
tratado oniromántico	oniromantička rasprava
variación del potencial eléctrico	promjena električnog potencijala
vía de comunicación	komunikacijska poveznica

7 Conclusión

El propósito de esta tesina ha sido la familiarización con el ámbito de la traducción especializada y la elaboración del glosario correspondiente, además del análisis de varias soluciones traductológicas que tienen como finalidad explicar las dificultades a las que se enfrentan traductores. Para poder realizar la traducción de un texto especializado y elaborar el glosario correspondiente, ha sido necesario explicar primero la Terminología como disciplina y luego entender sus métodos y postulados básicos. Se ha podido ver que, en muchos casos no es posible encontrar un equivalente en la lengua meta ni un texto paralelo que pertenezca al mismo ámbito y que entonces el traductor de un texto especializado tiene la opción de parafrasearlo o forjar una solución propia, siempre tomando en cuenta que tiene que mantener el significado. Su traducción también depende de los destinatarios del texto, puesto que no es lo mismo traducir un texto especializado para un lector promedio que no tiene tanto conocimiento sobre el ámbito al que pertenece la obra y traducirlo para otro especialista en la materia. De la misma forma, un libro se puede traducir para los mismos destinatarios que tiene el libro original o se puede adaptar para un público más específico, como los niños, por ejemplo.

Sin embargo, en esta tesina también se ha podido ver que entre el léxico especializado y no especializado no existen límites claros y que, en muchos casos, es el contexto el que determina el

significado de una unidad terminológica. Por este motivo es importante que el traductor, además de tener buenos conocimientos lingüísticos, tenga conocimientos sobre el ámbito al que pertenece el texto que está traduciendo, que sepa la metodología de la traducción técnica y dónde buscar equivalentes en la lengua meta. Los procedimientos que se usan para traducir un texto especializado difieren mucho de los procedimientos para traducir textos de temática general. Por lo tanto, al final de la primera parte de esta tesina se ha presentado brevemente el dominio de este trabajo, la psicología del sueño, con el propósito de familiarizar al lector con sus elementos básicos para conseguir una buena comprensión de lectura. Además, para traducir este texto especializado, se ha recurrido a diversos recursos; era necesario recopilar los datos, leer varios textos de referencia, consultar diferentes glosarios en español, preguntar a los especialistas en la materia y preparar el glosario. Uno de los problemas a la hora de traducir los términos es el hecho de que la lengua croata carece de los diccionarios plurilingües especializados para este ámbito de conocimiento, lo que ha sido un reto a la hora de buscar las soluciones adecuadas en la lengua meta. Un ejemplo es el término *condensación* que en la lengua origen generalmente suele usarse para describir procesos químicos. No obstante, en el ejemplo dado, en el ámbito de la psicología, su significado obtiene otros matices irrelacionados con química. De las cuatro acepciones que tiene la traducción croata de este término, *kondenzacija*, ninguna sirve en el ejemplo dado. Para encontrar el equivalente de este término en la lengua meta, se ha recurrido a la lengua de la que proviene; el alemán.

Con la finalidad de asegurarse de que un término se use en el mismo contexto como en el texto original, es importante tener en cuenta que no todos los textos paralelos son fiables y que es necesario encontrar una fuente fidedigna si es posible. La fuente tiene que cumplir con las condiciones que se requieren para un texto paralelo adecuado. Una de estas condiciones es que pertenezca al mismo ámbito que el texto que se está traduciendo y la otra es que el contexto sea el mismo. En el caso contrario, es decir, si no hay ningún texto paralelo o por lo menos ninguno fidedigno, el traductor, como se ha podido ver en los ejemplos previamente analizados, puede crear una solución propia. Esto puede hacer describiendo el término o, tras leer textos de referencia, consultar glosarios en español o haber hablado con especialistas en la materia, puede crear una traducción.

8 Bibliografija

About meaning, <https://hr.about-meaning.com/11035185-meaning-of-logical-thinking> [fecha de consulta: 24 de mayo de 2022]

Adamo, Giovanni (2000), *La terminología en la teoría y la práctica de la traducción*, https://cvc.cervantes.es/lengua/hieronymus/pdf/09_10/09_10_085.pdf [fecha de consulta: abril de 2022]

Amir Muzur, *Tajne mozga* (Zagreb: Medicinska naklada; 2010), <https://www.medix.hr/san> [fecha de consulta: 21 de octubre de 2022]

Benčić, Živa (2012) Predgovor u: Benčić, Ž. i Fališevac, D. (ur.) *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem* (str. 7-12), Disput, Zagreb

Bit vremena i zadaća mišljenja u filozofiranju Vanje Sutlića, <https://hrcak.srce.hr/file/309863> [fecha de consulta: 16 de octubre de 2022]

Cabré, M. T. (1993), *La Terminología: teoría, metodología, aplicaciones*, España: Editorial Empuries

Cabré, M. T. (1998), *Terminology: Theory, methods and applications*, Philadelphia: John Benjamins

Cabré, M. T. (1999): “La terminología. Representación y comunicación. Una teoría de base comunicativa y otros artículos. Barcelona: Institut Universitari de Lingüística Aplicada, Universitat Pompeu Fabra. P. 109-127.

Cabré, M. T. (2000): “Terminología y documentación”. En: Gonyalo García, Consuelo; García Yebra, Valentín (eds.), *Documentación, Terminología y Traducción*. Madrid: Editorial Síntesis, Fundación Duques de Soria

Cabré, M. T. (2004), „La terminología en la traducción especializada “. En: Gonzalo García, Consuelo; García Yebra, Valentín (eds.), *Manual de documentación y terminología para la traducción especializada*. Madrid: Arco/Libros. Colección: Instrumenta Bibliológica. PP. 89-122.

Diccionario de la lengua española (2010), <https://dle.rae.es/> [fecha de consulta: abril de 2022]

Divlja misao: znanost o konkretnom ili univerzalna logika duha, <https://hrcak.srce.hr/file/58222>

Enciclopedia croata, <https://www.enciklopedija.hr/> [fecha de consulta: abril de 2022]

Fekete, Petar (2020), *Anatomske, histološke i biokemijske osnove spavanja i snova*, Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:105:087017>, [fecha de consulta: 6 de junio de 2022]

Freud, Sigmund (1915), *Lo inconsciente*, Buenos Aires: Amorrortu

Freud, Sigmund (1980), *Über Träume und Traumdeutungen*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag

Gómez González-Jover, Adelina (2005), *Terminografía, lenguajes profesionales y mediación interlingüística*, Alicante: Universidad de Alicante.

Hrvatski jezični portal, <https://hjp.znanje.hr/> [fecha de consulta: abril de 2022]

Jung, C. G., Jaffé, A.(1962): *Erinnerungen, Träume, Gedanken von C. G. Jung*, New York: Pantheon-Verlag

Kuštek, Ivana (2010), *Neurobiologija spavanja*, <https://core.ac.uk/download/pdf/197888469.pdf> [fecha de consulta: 21 de octubre de 2022]

Lévy-Bruhl, Lucien, <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=36274> [fecha de consulta: 16 de octubre de 2022]

Montero Martínez, S. et al. (2011), Terminología para traductores e intérpretes: una perspectiva integradora, Granada: Tragacanto

Nazar, Rogelio; Cabré, Teresa (2011), *Un experimento de extracción de terminología utilizando algoritmos estadísticos supervisados*. Debate Terminológico. PP. 36-55

Nieto Ibañez, Jesús María, *El método de interpretación oniromántica en el "Onirocrition" de Artemidoro de Daldis*, <https://buleria.unileon.es/handle/10612/9942> [fecha de consulta: 21 de octubre de 2022]

Oštrec, B. (2014), «Traduktološka analiza prijevoda stručnih tekstova sa španjolskoga na hrvatski jezik», Lahor 17, IX: 33-50.

Pérez, I. Santamaria (2009), *La terminología: definición, funciones y aplicaciones*, https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12770/8/La_terminolog%C3%ADa.pdf [fecha de consulta: abril de 2022]

Regader, Bertrand (2016), *Las 12 ramas de la Psicología*, <https://psicologiyamente.com/psicologia/ramas-campos-psicologia> [fecha de consulta: abril de 2022]

Resanović, M., *Kognitivna refleksivnost i dispozicije mišljenja kao prediktori racionalnog mišljenja*, <https://repository.ffri.uniri.hr/islandora/object/ffri:1548> [fecha de consulta: 21 de octubre de 2022]

Rodríguez, L. (2016). Elaboración de de un glosario español-francés con respect a los términos y a las fórmulas empleadas en la traducción de textos judiciales: guía para futuros alumnos. Universidad de Alcalá.

Salas, Emilio (1987), El gran libro de los sueños, Perú: Ediciones Martínez Roca

Struna. Hrvatsko strukovno nazivlje, <http://struna.ihj.hr/> [fecha de consulta: abril de 2022]

The Free Dictionary "polisilogismo", <https://es.thefreedictionary.com/polisilogismo>. Diccionario Enciclopédico Vox 1, Larousse Editorial, S.L., 2009 [fecha de consulta: abril de 2022]

Triglia, A. et al. (2016). *Psicológicamente hablando*. Paidós.

Vinja, Vojmir. (2005), *Španjolsko-hrvatski rječnik*, Školska knjiga