

## SUEÑOS EN TIEMPOS DE CRISIS

Miriam Botbol Acreche

### *De las crisis*

Según dice el diccionario de María Moliner, la palabra “crisis” deriva del griego *crisis* decidir y de *krinos* separar, y se refiere a un momento en que “se produce un cambio muy marcado en algo”. Una palabra que complementa a “decidir” es “optar”. Optar se vincula con elegir y desear y “...se aplica especialmente a una línea de conducta”.

En el desarrollo de las personas desde que nacen hasta que mueren, se producen “cambios marcados”. Otro tanto sucede con los usos y costumbres de las sociedades a lo largo del tiempo. También en el psicoanálisis, aunque hay aspectos básicos que se mantienen... y el reconocimiento del inconsciente es uno de ellos.

Las guerras, –y especialmente la pandemia actual al desarrollarse en un mundo ampliamente interconectado– marcan épocas de crisis sociales e individuales. También en el psicoanálisis y en las mentes de psicoanalistas y pacientes. La amenaza de la muerte, ya sea la propia o la de seres queridos, está presente en este momento en diferentes lugares del mundo.

Para ilustrar estas ideas, me referiré a materiales oníricos pertenecientes a los tratamientos de tres pacientes: el de Richard, el pequeño paciente de Melanie Klein, el de Anne, una joven de dieciséis años y el de Esperanza, una mujer de sesenta y tres.

El tratamiento de Richard se desarrolló durante la segunda guerra mundial, el de Anne tuvo lugar en una época en la que floreció entre los jóvenes el uso de drogas y su instrumentalización por las mafias respectivas y el de Esperanza estuvo atravesado por la pandemia actual.

Cuando yo nací, en Argentina, aún no había terminado la Segunda Guerra Mundial en la que mi país no participó. Londres estaba siendo bombardeada y el mundo entero estaba pendiente del avance del ejército alemán. También ahora, el mundo entero está siendo bombardeado por el COVID-19 y pendiente de su evolución, de sus avances y retrocesos. Apareció en el 2019 y, mientras escribo esto a comienzos del 2021, no tiene visos de acabar. “Tolerar la incertidumbre”, es una frase que se repite en psicoanálisis, pero su implementación es más compleja cuando el “enemigo”, el virus invisible a la mirada de los que no somos especialistas, va desarrollando tanta capacidad de mutación. Son tiempos difíciles, tiempos de decisiones y de opciones constantes, tanto de los gobiernos como de los individuos.

El psicoanálisis que surgió en el diván y se expandió más allá del diván, se enraizó con fuerza en la cultura del siglo XX y en este siglo que transitamos. Es una ciencia y un arte que nos estimula a pensar y a conocer mejor nuestra forma de reaccionar frente a las frustraciones de todo tipo que el hecho de vivir nos impone. La capacidad de pensar es, en estas épocas, un bien cada vez máspreciado.

Particularmente, pienso que somos un grupo privilegiado, sobre todo por nuestro constante ejercicio de la capacidad de pensar. Sabemos que el “diámetro del círculo” (Bion, 1963) con el que miramos el mundo, condiciona lo que vemos y, comprendernos mejor a nosotros mismos amplía nuestro diámetro en relación a los demás... aunque no siempre suceda así.

En el verano de 1939 un periodista le preguntó a Sigmund Freud: “¿Qué es para usted una persona sana, madura e integrada a la sociedad?” y quedó sorprendido por la brevedad de la respuesta: “Amigo mío, cualquier persona capaz de amar y trabajar.” Una respuesta tan sencilla y a la vez tan compleja, así como tan puesta a prueba en las presentes circunstancias en las que tanto han cambiado los hábitos de amar y trabajar.

Guerras y pandemias implican una traumática ruptura con los hábitos cotidianos que sostienen la vida que llevamos. Y esto es así en especial cuando no son rupturas elegidas por nosotros, sino imposiciones a obedecer por la seguridad general, como sucede con las restricciones de movilidad en pandemia y como ocurría en Londres durante los bombardeos.

### *Otros libros de los sueños*

Sin desconocer el libro inaugural de los sueños de Freud, a los fines de este trabajo, quiero referirme a otros libros que llamaron mi atención, aunque ninguno de ellos trata de los sueños en la sesión psicoanalítica.

Un libro singular, *El tercer Reich de los sueños* (1966) fue escrito por una periodista alemana, Charlotte Berardt, que se dedicó a recopilar relatos de sueños durante el período de consolidación del nazismo entre 1933 y 1939.

Sabemos que desde épocas inmemoriales los hombres han soñado y siguen soñando, pero el interés en los sueños ha ido cambiando con el transcurrir de la historia. Jacobo Siruela (2010), se ha ocupado de ellos, aunque no de su interpretación, en un libro que titula *El mundo bajo los párpados*. Hace una curiosa recopilación explorando los distintos significados del “soñar” según ámbitos, personajes y épocas. Comienza diciendo: “La historia de los sueños nunca ha sido escrita”.

A diferencia de estos sueños, los que transcurren en la sesión psicoanalítica son transmitidos a un interlocutor particular, un interlocutor íntimo con el que, aunque no sea un familiar o un amigo, se pueden experimentar la más amplia variedad de sentimientos y, sobre todo, pensar sobre ellos.

Por lo tanto, ahora voy a ocuparme de sueños desde mis propias raíces en el pensamiento psicoanalítico.

Melanie Klein, que se había instalado en Londres en 1926, dejó una fuerte impronta en generaciones enteras de psicoanalistas “kleinianos” y “post-kleinianos”, tanto en España como en Argentina. Ella consideraba los sueños como equivalentes al juego de los niños, a sus verbalizaciones y a sus dibujos. Es curioso que Donald Meltzer dijera que Melanie Klein fue la primera post-kleiniana. Tanto él como Wilfred Bion, que fueron sus pacientes, dejaron huella en el pensamiento psicoanalítico, en especial en el territorio de los sueños.

Wilfred Bion desarrolló una importante teoría sobre el pensamiento y es en *Elementos de Psicoanálisis* (1963) en donde incluye al “sueño” en el eje genético de La Tabla,

junto a los “pensamientos oníricos” y los “mitos”. También titula *El sueño* al primer capítulo de su último libro *Memorias del futuro* (1991).

Veinte años después, en 1984, Donald Meltzer publicó *Vida onírica*. El título es una bella síntesis del pensamiento de su autor ya que tanto para Bion como para Meltzer el sueño es pensamiento y la vida onírica transcurre sin cesar.

Bion nos enseñó que en la sesión hay que concentrarse en el presente, que la memoria no importa. Es más, que lo que importa es que no se intente recordar. Meltzer añadió que la exploración del sueño es la parte más “artística” del trabajo sobre ellos y tiene gran valor por sí misma en la construcción del significado, un producto de la cooperación entre el paciente y el analista.

En el *Relato del psicoanálisis de un niño* (1961), Melanie Klein reproduce con todo detalle las sesiones del breve, pero intensísimo, análisis de Richard, un precoz niño de diez años de cuyos sueños me voy a ocupar.

*El sueño de Richard: realidad externa, realidad interna*

*El adagietto de la Quinta Sinfonía de Mahler resume la compleja verdad de mis sentimientos en ese entonces mejor que cualquier palabra que yo ahora pudiese emplear*

Richard, adulto, en una entrevista (P. Grooskurth p. 294)

Richard fue evacuado de Londres por los bombardeos y llevado a Escocia por su madre para que fuera analizado por Melanie Klein porque estaba aquejado de numerosos síntomas: experimentaba un temor neurótico por los demás niños, le aterrorizaba salir de su casa, estaba deprimido e hipocondríaco y no podía ir a la escuela a pesar de ser inteligente e incluso precoz. Su análisis, que duró noventa y tres sesiones y finalizó en septiembre de 1941, fue a pesar de su brevedad, un verdadero análisis. Al decir de Phyllis Grooskurth el *Relato del psicoanálisis de un niño* es “un libro extraordinario que narra la amistad entre una vieja judía austríaca y un precoz y aterrorizado niño escocés de diez años, entre quienes se

generó un raro y tierno sentimiento”<sup>1</sup>. Desde sus sospechas iniciales acerca de esta señora con fuerte acento alemán, y vienesa como Hitler, Richard intentó congraciarse con ella, sintió curiosidad sobre su vida y profundos celos por cualquier hombre con los que se relacionara (desde el misterioso Sr. Klein, a otros pacientes o los comerciantes del pueblito) pero también percibió con claridad cuán importante era su análisis y se entregó a él profundamente a pesar de su desconfianza y ansiedades paranoides.

En la cuarta semana de análisis<sup>2</sup>, cuando se angustia por una interpretación que Klein (1961) le hace sobre el temor de que sus deseos malos se transformen en realidad, sale fuera del cuarto a contemplar el paisaje como había hecho en otras ocasiones<sup>3</sup>. Pero esta vez, al regreso, en un nuevo movimiento de progreso en la relación, se anima a contarle la pesadilla que ha tenido.

“En ella unos peces le invitan a comer en el agua y, como Richard rehúsa la invitación, el jefe le dice que le esperan grandes peligros, Richard contesta que no le importa, que se irá a Múnich y, de camino, se encuentra con sus padres y con su primo. Todos van en bicicleta. Una locomotora se descarrila y se acerca a él. Está ardiendo y el fuego le persigue. Es espantoso, huye lo más rápidamente que puede, logra salvarse, pero abandona a sus padres.”

“Tras esto se despertó muy asustado, pero siguió “despierto con el sueño” (sintiendo como si hubiera logrado continuarlo en la realidad y deshacer el daño hecho). Busca entonces muchos cubos de agua, apaga el fuego y arregla la tierra que se ha resecado mucho con el calor, para que pueda ser fértil otra vez; está además casi seguro de que también sus padres han podido salvarse.”

---

<sup>1</sup> Phyllis Grooskurth, p.284

<sup>2</sup> La referencia por semanas proviene del libro de Donald Meltzer *El Desarrollo kleiniano. Richard semana a semana* (1978)

<sup>3</sup> Melanie Klein atendía a Richard en un cuarto que utilizaba un grupo de niñas exploradoras y cuando se angustiaba él salía de la sesión.

¿Cuáles son las señales de la época que podemos reconocer en este sueño? Por ejemplo, la referencia a Múnich, o la locomotora ardiendo o, incluso, el uso de las bicicletas como forma de desplazamiento.

En la sesión anterior ocurrió un “desastre” en el que el tren eléctrico quedó como único sobreviviente y hablan de Hitler. Klein le recuerda lo que dijo y señala sus diferentes aspectos conectando la orina buena (el agua que fertiliza) con la orina ardiente y peligrosa capaz de quemarlo a él y a su mamá. En constantes referencias al mundo externo y al interno, siempre le muestra a Richard los aspectos más agresivos y negativos, junto con los amorosos.

Luego de una interpretación de Klein (1961), Richard hace una observación notable sobre realidad externa e interna: “Richard dice con convicción que, en efecto, sería mucho más fácil luchar contra Hitler en Múnich que dentro de sí mismo”.<sup>4</sup> Múnich, para el pequeño niño británico, representa un peligro, un peligro externo, pero las limitaciones que empobrecen y amargan su vida no tienen tanto que ver con sucesos externos reales (los bombardeos, su hermano en el frente, la enfermedad de su padre) sino con el peligroso Hitler dentro de él.

Hay otro punto en este sueño que me interesa destacar en particular porque, en cierto sentido, se conecta con lo que veremos al hablar de Anne, la siguiente paciente.

Hacia el final de su sueño Richard se despierta asustado y culpable por haber huido, abandonando a sus padres. Entonces sigue “despierto en el sueño” para continuarlo y darle otro final más feliz. Este estar “despierto en el sueño” es un territorio de transición entre la vigilia y el dormir, una “cesura” que permite la emergencia de fantasías y suele ser muy fructífera. A Richard le sirvió para reparar la tierra dañada y para salvar a sus padres.

Reparar y salvar son buenos amortiguadores del destruir o matar y vivir estos sentimientos en los sueños es una buena experiencia. Algo que puede ampliar el “aprender de la experiencia” (Bion, 1963). Además, el sueño funciona, en este sentido, como un territorio amortiguador de emociones crudas y disparador de nuevos significados.

---

<sup>4</sup> *Relato del psicoanálisis de un niño*. Sesión 22 p. 109

*Anne: el valor de ensayo del sueño*

Anne es una talentosa joven de dieciséis años a quien atendí cuando era pequeña. Volvió a consultar por sí misma debido a que tenía que decidir qué estudiar y, básicamente, por una creciente adicción a las drogas que intentaba negar a través de racionalizar sus efectos destructivos. Había comenzado con cocaína y esto se repetía a pesar de sus propósitos conscientes de dejarlas. Solía traer sueños que analizábamos, y muchas veces, en períodos de examen se atrevía, en ellos, a superar inhibiciones. Por ejemplo, escenas en las que hablaba con soltura, o en las que se animaba a escribir sus propias ideas. Aunque ella no lo denominaba como Richard “estar despierto en el sueño”, sin embargo, solía usarlo para enfrentar situaciones temidas, construyendo “teatros de diferentes significados”.

Un día trajo uno en el que, mientras me lo contaba, se iba conmoviendo profundamente. Por primera vez, a través de este sueño, tomó “conciencia emocional” de su adicción.

Era solo una imagen, el rostro de una mujer con la cara muy, muy blanca. Como empolvada. Me hacía mucha gracia, porque yo me movía y ella también se movía y me seguía con la mirada. Sucedió algunas veces. Al cabo de un rato me comencé a inquietar y a pensar que parecía que era ella quien me controlaba a mí. Empecé a tener miedo. Antes había pensado que era yo quien la controlaba a ella.

Fue una sesión muy emocionante porque el sueño le mostró claramente que la mujer de cara blanca anunciaba muerte. Muerte que, inmediatamente, ambas vinculamos al consumo de cocaína. No parecía que hubiese riesgo inmediato de muerte física, pero sí que lo había, al “matar” sus posibilidades de desarrollo. De hecho, era consciente que su desinterés creciente por los estudios y el aumento de la promiscuidad, no le hacían ningún bien.

La angustia que le despertó este sueño se transformó en un gran movilizador emocional a través del *insight*. Pero el motor para modificar este aspecto destructivo de su vida fue el trabajo sostenido sobre la imagen del sueño.

### *De Dolores a Esperanza*

El primer nombre con el que decidí presentar a esta paciente, a quien atendí *online* desde el comienzo, fue “Dolores”. Nunca me había ocupado de nadie con tantos sufrimientos físicos, causados o agravados desde una dura historia infantil, pero al mismo tiempo con tan intenso deseo de vivir. Hacía más de treinta años que le habían augurado pocos meses de vida, e incluso le recomendaron que preparara a la hija para su muerte. Sin embargo, no solo siguió viviendo sino también trabajando y ganándose la vida.

Su infancia fue muy difícil, también lo es su presente y la presencia de la muerte es para ella casi constante. Dada su capacidad de superación, tanto de dolores físicos como mentales, sentí que ese primer nombre no le hacía justicia así que lo cambié por el de Esperanza. La esperanza es un sentimiento que permite esperar cobijo y amparo ante los dolores de un fin anunciado.

Ahora bien, ¿cómo consiguió salir adelante? Creo que lo consiguió apoyada en dos grandes pilares: el psicoanálisis y su fe religiosa.

Ella ya había tenido varios análisis previos y mi propia relación con ella ha podido beneficiarse del trabajo hecho por analistas anteriores a los cuales está muy agradecida. Trae sueños con frecuencia, a veces en imágenes que reflejan claramente el vínculo conmigo, otras –más relacionadas con sus experiencias infantiles o con sus avatares actuales en el mundo externo– ensombrecido frecuentemente por los malos recuerdos. Mi estilo de trabajo suele incluir el humor y la ironía. Con cuidado, porque pueden herir inútilmente a algunos pacientes, pero con Esperanza, a pesar de dolores y tristezas inevitables, nos podemos reír juntas.

La aparición de la pandemia, con sus restricciones a la movilidad, no la afectó demasiado en el trabajo que realiza para una empresa ya que lo puede sostener desde su casa. Sin embargo, sí que ha padecido el no poder reunirse con su hija y sus nietos.

Los sueños de Esperanza suelen ser breves, más bien imágenes, pero permiten trabajar con ellos. En uno de ellos dice: *Fue raro, una mujer me enseñaba la distancia social*



*para cuidarse*. ¿Qué es lo remoto? ¿Qué es lo cercano? El contenido manifiesto se refería a la distancia social a mantener por la pandemia, pero asoció de inmediato a la mujer conmigo y con un tema del que habíamos estado hablando en la sesión anterior: la relación con su hija y el tomar distancia aceptando que no es una niña sino una mujer con su propia vida.

Al comienzo de la pandemia surgían con más frecuencia imágenes de hospitales y enfermeras. Un grupo de tres sueños en una misma sesión coincidió con los días en los que estaban inoculando las vacunas y también con unos días de vacaciones que yo iba a tomar.

La sesión comienza diciendo que no quiere que me vaya de vacaciones, aunque, por otro lado, considera que es un desafío para ella darle continuidad al tratamiento. Comenta que por la tele están promocionando el inicio de la vacunación masiva, que también es el comentario constante entre sus amigas. Le sorprendía ver a gente mayor alegre porque se la ponían. Pero agrega que, para ella, las vacunas siempre han sido una experiencia traumática: cuando era pequeña, su mamá casi se muere a causa de una.

En el primero dice: *Una mujer me perseguía para matarme* y asocia con una experiencia infantil en la que una tía que, probablemente atravesando un episodio psicótico, la perseguía con un cuchillo hasta que finalmente, cuando ella dejaba de huir aterrorizada y la enfrentaba diciéndole que la matara, la tía se detenía y le decía que era una broma.

En el segundo, cuenta: *un niño pequeño esperaba que le dieran la vacuna y tenía mucho miedo*. Lo conecta con algunas experiencias en las que su temor a lo que iba a pasar era mucho mayor a lo que realmente sucedió.

En el tercero dice: *una enfermera me daba dos dosis juntas y me dejaba la aguja clavada. Después venía mi amiga, que también es enfermera, y ella me daba la vacuna*

La mujer que la amenaza en el primero y la amiga que la ayuda en el tercero, podían ser representaciones mías y de mis vacaciones. Una idea que apareció vinculada con vacuna, fue la inoculación de una pequeña dosis –la separación de vacaciones– para crear defensas. Y la del niño pequeño como la representación de sus miedos infantiles tiñendo algunas situaciones difíciles de la realidad de una persecución aún mayor. La repetición de ciertos recuerdos o fantasías que se quedan fijados, creo que pueden tener la función de ampliar o reducir el presente en el que vivimos.

¿Qué quiere decirnos Donald Meltzer (1984) cuando plantea que la exploración es el aspecto más “artístico” en el análisis de los sueños? Particularmente lo entiendo como un trabajo conjunto desde donde se expanden los significados. A veces, de un modo aparentemente muy simple, cuando el analista le repite al paciente algún trozo del sueño, con una música en su voz que deriva de su propia comprensión y de sus asociaciones contratransferenciales. Ese es un momento en el que suelen emerger nuevas asociaciones.

*¿Qué fue sucediendo con estos pacientes?*

Sobre el final de su tratamiento Richard tiene un sueño que le da trabajo contar por temor a herir a Klein. En él interrumpía el análisis con Klein y se iba a ver a otra analista. Más allá de la ambivalencia de sentimientos entre la Klein abandonante y la Klein abandonada y el Richard abandonante y el Richard abandonado, es interesante subrayar que él valora el trabajo realizado: ha incorporado la función del análisis. Un hermoso homenaje al método psicoanalítico.

En cuanto a Anne su adicción a las drogas y su promiscuidad autodestructiva fueron progresivamente sustituidas por “adicciones” más saludables como el estudio, o su notable desarrollo artístico. Años más tarde tuve buenas noticias de ella.

Esperanza, como su seudónimo lo indica, sigue luchando para aceptar y también ser capaz de mantener a raya a Dolores. En fin, sigue luchando por su crecimiento mental.

Los tres pacientes “optaron”: el pequeño Richard optó por “despertarse en el sueño” y decidió apagar el incendio. Anne optó por considerar seriamente el *insight* que tuvo dentro del sueño, seguirlo trabajando y luego continuó tomando decisiones menos autodestructivas. Esperanza optó por seguir luchando para vivir y/o morir lo mejor que pudiera. Todas estas decisiones apuestan por la vida y están relacionadas con la salud mental.

*¿Salud, madurez, integración...?*

Para terminar con este tema podemos recordar el “simple” amar y trabajar de Freud, pero quisiera agregar una definición sobre salud que siempre me ha atraído por la inclusión de valores que implica.

En 1976, en el *X Congrés de Metges i Biòlegs en Llengua catalana* se define la salud como “una manera de vivir autónoma, solidaria y gozosa”.

Particularmente, en estas épocas de pandemia, con la autonomía personal restringida para evitar la propagación del virus, tuvimos que reinventarnos y aprender nuevas formas de relación con pacientes y grupos. Tuvimos que tomar conciencia de la importancia de la solidaridad y el cuidado por uno mismo y por los otros, debido a los contagios, y también a considerar, el gran privilegio y goce que es amar nuestro trabajo que, como dijimos, nos permite además ejercer y ampliar nuestra capacidad de pensar.

#### *Referencias bibliográficas*

Beradt, Ch. (1966). *El tercer Reich de los sueños*. LOM Ediciones.

Bion, W. R (1963). *Elementos de psicoanálisis*. Ediciones Hormé.

Bion, W.R. (1991). *Memorias del futuro*. Julian Yébenes S.A. Editores.

Grosskurth, P. (1986) *Melanie Klein. Su mundo y su obra*. Ediciones Paidós Ibérica, 1990.

Klein, M (1961). *Relato del Psicoanálisis de un niño*. Editorial Paidós.

Meltzer, D. (1978). *El desarrollo kleiniano*. Spatia Editorial.

Meltzer, D. (1984). *Vida onírica* Madrid. Tecnipublicaciones.

Meltzer, D. (2019). *Vida onírica*. Paradiso Editores.

Siruela, J. (2010). *El mundo bajo los párpados*. Ediciones Atalanta.

### *Resumen*

El análisis de los sueños tiene un enorme valor para generar significados y, a través de ellos, ampliar la comprensión de la propia mente. Este trabajo plantea que ese valor se intensifica cuando las circunstancias de la vida son más difíciles, como por ejemplo en tiempos de crisis. A modo de ilustración, presenta material onírico de Richard (el pequeño paciente de Melanie Klein), y de dos pacientes que yo atendí, Anne, (una joven de dieciséis años) y Esperanza (una mujer de sesenta y tres).

*Palabras clave:* sueños, crisis, significado, exploración artística

### *Abstract*

Dream analysis has enormous value in generating meanings and, through them, broadening the understanding of one's own mind. This work suggests that this value is intensified when life circumstances are more difficult, such as in times of crisis.

By way of illustration, it presents dream material of Richard (Melanie Klein's little patient), and two patients I treated, Anne (a sixteen-year-old girl) and Esperanza (a sixty-three-year-old woman).

*Keywords:* dreams, crisis, meaning, artistic exploration

Míriam Botbol Acreche

Psicóloga Especialista en Psicología Clínica (Universidad de Barcelona)