

Interpretação de sonhos e pesadelos

Acerca de 101 anos atrás SIGMUND FREUD publicava seu histórico livro sobre a interpretação dos sonhos. Nascia nesse momento o fundamento teórico da psicanálise: associação livre de idéias - o paciente não censurava nenhum pensamento que lhe ocorria, e a interpretação dos sonhos do paciente dentro do referencial criado por FREUD (sendo os pensamentos reprimidos sexuais seu principal objeto). Essas noções se divulgaram amplamente no decorrer do século vinte, e não cabe nesse breve estudo levantar aspectos teóricos, mas principalmente uma comparação histórica daquilo que a psicanálise julgou ser a raiz do significado do sonho, e se tal estudo permanece válido em nosso contexto atual.

FREUD salientou basicamente que os sonhos seriam essencialmente a tentativa de realização de um desejo reprimido que se alojava no inconsciente, sendo que esse desejo seria primordialmente de natureza sexual ou encerraria aspectos proibidos pelo contexto moral, como exemplo, o incesto ou o que FREUD veio a rotular de "complexo de Édipo" (uma ligação neurótica da criança visando exclusividade na relação afetiva, sem ter que disputar com um dos pais sua atenção). O sonho era produzido por dois elementos centrais: a "condensação e deslocamento", que respectivamente significam: recolher partes de diferentes períodos do desenvolvimento de uma pessoa, e reproduzi-las através de simbolismos que ocultassem seu verdadeiro significado, evitando que a pessoa entrasse em contato direto com o material proibido ou do qual sentia-se culpada.

Outras correntes da psicologia atribuíram metodologias diferentes para a análise dos sonhos, como por exemplo, o estudo do inconsciente pessoal e coletivo, formulado por CARL GUSTAV JUNG, que chamava a atenção para elementos da história da humanidade (mitos ou arquétipos) que representavam elementos coletivos da mesma, presentes em todos os seres humanos, por exemplo, a idéia da religião que é aceita praticamente em todas as culturas, bem como determinados feitos heróicos que são relatados através de inúmeras gerações. Estes elementos estão sempre presentes no psiquismo humano, determinando sua direção e resultados. A essência desse estudo é enfatizar o sonho em nossa realidade atual, como foi descrito anteriormente. E seguindo esse parâmetro, gostaria de enfatizar que o sonho representa principalmente o drama histórico que o ser humano vivencia em determinada época, sendo a essência do sentimento que predomina na alma da pessoa.

Não podemos nos esquecer que o contexto da época de FREUD era marcado pela extrema repressão sexual, assim sendo, boa parte dos sonhos de suas pacientes reproduziam toda a miséria afetiva e sexual da época. Em nosso presente momento, qualquer psicólogo tem a clara noção de que os sonhos de nossos pacientes atuais refletem principalmente três esferas: solidão, angústia e principalmente medo. Todo o drama diário pela batalha num mundo de competição inveja e ambição é retratada periodicamente na elaboração onírica das pessoas. ALFRED ADLER, contemporâneo de FREUD salientou o complexo de inferioridade e superioridade, como elementos centrais da personalidade humana. É impressionante como observamos ditos aspectos nos sonhos das pessoas. O complexo de inferioridade se manifesta essencialmente através de sonhos de queda, nudez, roubo, perseguição, estupro, perda de membros do corpo, regressão a etapas anteriores, como, por exemplo, sonhar que se está de volta ao ginásio, ou outra etapa qualquer já vivenciada pela pessoa.

A compensação de toda essa inferioridade sentida, ou o desejo de superioridade se reproduz em sonhos do tipo: voar, viagens a lugares desconhecidos, experiências místicas de ausência do próprio corpo, contatos com seres extraterrestres, mas, sobretudo em sonhos onde a manipulação e o poder são os elementos dominantes. O próprio sonho de natureza sexual ou de orgasmo, muitas vezes acompanha elementos de poder ou idolatria descritos pelos pacientes. É interessante notar que a simbologia descrita por FREUD de natureza eminentemente sexual nos sonhos, como por exemplo: guarda-chuva, fechaduras, obeliscos, cavernas, etc, foi substituída por elementos da opressão e fracasso social sentidos pela pessoa. Em suma, parece que nosso inconsciente em nossos tempos está sobrecarregado do vazio e

carência, e esse espaço cada vez mais é preenchido pelo medo ou pânico. Nesse exato ponto podemos falar do pesadelo.

O próprio FREUD se deparou com uma contradição em sua teoria dos sonhos, pois se os mesmos eram a realização de desejos, como ficaria a questão dos pesadelos? Sua resposta para essa questão ocorreu quando o mesmo elaborou a teoria do masoquismo, teoria esta que diz que o prazer se manifesta na dor, numa tentativa de aliviar a tensão e culpa (sendo a essência do masoquista ter que se punir por desejar ou querer o prazer, e dita punição o liberaria para vivenciar seus desejos recalçados), e mais tarde em sua teoria do instinto de morte, sendo este um instinto acionado que visava o retorno ao inanimado, a destruição da vida e do prazer, em suma, destruir a si próprio.

FREUD com bastante perspicácia percebeu mais tarde que o pesadelo era uma tentativa do ego de controlar um material reprimido que causava extremo sofrimento à pessoa. Nesse ponto podemos falar da questão temporal dos pesadelos, pois para a pessoa que sofre com os mesmos, fica a sensação de perseguição de algo passado que sempre retorna, uma verdadeira tortura mental que nunca se esgota. Porém se observarmos atentamente a direção de determinados pesadelos descobriremos que seu sentido não está apenas ligado ao passado, mas também ao futuro, ou seja, a meta de vida que a pessoa pretende realizar, pois o pesadelo coloca em cheque através de dolorosa angústia, determinadas atitudes que a pessoa precisa tomar para resgatar seu prazer pessoal e social; como se fosse uma espécie de alerta para determinado problema que necessita de solução urgente. O pesadelo apenas se concretiza no espaço vago deixado pela ausência de prazer e realização pessoal, sendo que o resultado será a tirania de imagens ou vivências dolorosas. Em suma, o pesadelo ocorre numa personalidade onde a fonte diária de prazer não depende de sua vontade ou controle, sendo o terror noturno a conseqüência lógica de tal mecanismo. A ansiedade e expectativa por determinadas experiências gratificantes são transformadas em angústia e decepção através dos sonhos.

Ilustrarei tais conceitos através da análise de alguns pesadelos de pacientes.

"Sonhei que era uma criança e tinha sido enterrada viva, e meu túmulo foi violado por saqueadores; chorava e ao mesmo tempo começou a jorrar leite de meu corpo". O conteúdo sexual desse sonho é praticamente explícito, pois se tratava de um paciente que sofria de extrema solidão e carência no lado afetivo e sexual. Porém, é muito comum a categoria de sonhos onde a pessoa está sendo enterrada viva, e quase sempre isso representa determinado potencial que nunca foi utilizado ou aproveitado, sendo que no caso do paciente descrito anteriormente, ficou nítida sua decepção por enterrar algo que ainda estava vivo, e a violação representava um direito negado ao mesmo. O pesadelo nesse caso tinha a intenção de revelar a pessoa que algo de sua humanidade não estava sendo efetivado, sendo que não poderia abrir mão do potencial afetivo sem a tortura de um pesadelo ou uma neurose.

"Sonhei que perfurava um poço em minha casa, e apenas jorrava terra, sendo que fiquei apavorado que aquilo invadissem todos os ambientes da casa". Novamente o tema da não efetivação de um potencial aparece, pois de acordo com as discussões feitas com o paciente, determinado pesadelo representava que sua angústia afetiva e emocional lhe atormentava quase que diariamente, sendo que não poderia esquecer ou abandonar algo que permanecia vivo em seu íntimo, o desejo da satisfação amorosa, e mais uma vez, não poderia liquidar algo que clama por satisfação, sendo que a terra representava deixar de lado algo que não estava disposto a abandonar, mas estava enfrentando graves dificuldades para lidar com um emocional tão carente e debilitado.

"Uma mulher estava deitada numa cama, e estava pegando fogo, tentando me puxar, vi a figura de um homem ao meu lado, a mulher se carbonizou por completo, e fiquei apenas chamuscada". Esse pesadelo é extremamente interessante, como resposta do inconsciente à resolução de determinado conflito psíquico. Tratava-se de uma pessoa que na infância havia sido molestada sexualmente, sendo que por diversas vezes sua vida correu real perigo, pois sua agressora a segurava pela mão a beira de um poço, ameaçando lhe arremessar para baixo. Apesar da gravidade do trauma citado, sua vida afetiva e sexual permanecia intacta, sendo que seu pesadelo representava claramente o final de seu conturbado histórico infantil, e assim sendo, estava livre para prosseguir sua jornada afetiva, com o mínimo de resquícios de suas dolorosas vivências. Alguém poderia dizer que o homem no sonho da paciente acima

descrito representaria a relação terapêutica, no sentido de depositar no elemento masculino suas esperanças de reparação e alívio emocional. Embora tal análise tenha algum mérito, a realidade é que dita experiência manteve intacto o sentimento de poder da paciente, como dizia o psicólogo ALFRED ADLER, e nada mais justo que tal fato ocorresse, pois o próprio psiquismo encontra maneiras de compensar os danos sofridos na trajetória do desenvolvimento. A autocomiseração foi substituída pela urgência de ser reconhecido o evento traumático na própria terapia, que sempre deve ser conduzida para resgatar o potencial do paciente não apenas por ter sobrevivido a tal evento, mas, sobretudo para lhe dar uma dimensão superior, no intuito de libertar a pessoa em todos os sentidos, e provando para a mesma que suas energias ainda continuam presentes e a disposição de algo maior e melhor, e o sonho acima descrito é a prova contundente do poder de reparação que o pesadelo possui, assinalando que o poder pessoal da paciente citada anteriormente permanecia vivo e a espera de ser mobilizado.

ANTONIO CARLOS ALVES DE ARAÚJO- PSICÓLOGO