

# El carácter *sui generis* de los sueños lúcidos: una exploración neurofilosófica

Gabriel Patricio Asís (UBA)

**Resumen:** En el presente trabajo se analiza la naturaleza distintiva de los sueños lúcidos. Investigaciones contemporáneas desarrolladas por el neurofilósofo Antti Revonsuo sugieren que tanto la consciencia despierta como la ensoñación no son sino una global simulación fenomenal surgida a partir de la elaboración de un modelo integral de mundo vivenciado; creemos estar en contacto inmediato con una realidad que yace fuera de nosotros, cuando en verdad nos mantenemos siempre en un escenario virtual creado por conexiones neurales. Los pensadores Thomas Metzinger y Jennifer Windt indican que, al permanecer este automático modelado oculto para el individuo, la vigilia y los sueños regulares pueden conceptualizarse en términos de transparencia, como si no hubiese cómputos operando desde atrás; parece indudable que las cosas y circunstancias percibidas no están siendo mediadas por algo más. Hay, entonces, una seguridad que impulsa a concebirlas directamente conectados con los aparentes objetos y sucesos. Ahora bien, se supone que los sueños lúcidos constituyen el único paso de la transparencia a la opacidad homogénea: es disuelta la impresión realista ingenua; se descubre, así, una efectiva intermediación. Ya no nos sentimos en contacto con la realidad externa; accedemos atencionalmente al hecho de que estamos soñando, e incluso parcialmente al engranaje onírico *per se* si consideramos la facultad de intervenir o delinear el contenido soñado. Siguiendo estas observaciones y a la vez trayendo a colación ideas de los investigadores Allan Hobson y Stephen LaBerge, entre otros, se emprenderá la tarea de contrastar la vigilia y los sueños ordinarios, ciertamente significativos a su manera, con esta peculiar vivencia emancipadora (esta “salida de la caverna”), en la que el acontecer deja de ser experimentado como “lo real” y por primera vez es reconocido, mediante una intuición, como un modelo confeccionado, tras lo cual, según estos estudios, la capacidad agencial e intelectual del soñante alcanza grados formidables.

*Seems like everyone's sleep-walking through their waking state...  
or wake-walking through their dreams.*

Richard Linklater

Los sueños son hoy en día un potente espacio de interrogación filosófica. Presentan a la filosofía de la mente tanto desafíos como auxilios o indagaciones prometedoras en lo que respecta a la conceptualización de la consciencia y sus manifestaciones. La cuestión acerca del tipo de experiencia que constituyen ha sido tratada numerosas veces a través de la historia. Desde Aristóteles en su *Parva Naturalia* hasta la neurología contemporánea, pasando por la famosa primera Meditación de Descartes, en la que por un instante queda esbozada la semejanza entre la vigilia y la ensoñación, en cuanto ítems indistinguibles. Un argumento anti-cartesiano fue desarrollado en los '50 por un filósofo estadounidense llamado Norman Malcolm: “If a person is

in *any state of consciousness it logically follows that he is not sound asleep* [Si una persona está en *cualquier* estado de consciencia se sigue lógicamente que no está profundamente dormida] (Malcolm, 1956, p. 21). Y es que, según él, para alguien que está profundamente dormido, “muerto para el mundo”, las cosas ni siquiera pueden *resonar* (Malcolm, 1956). Contra la concepción heredada e inspirado por Wittgenstein (1953), sostiene que el concepto de soñar deriva, no de soñar, sino de la descripción de los sueños (Malcolm, 1959). Una aproximación similar se encuentra en la obra temprana de Daniel Dennett (1976); en la teoría retrospectiva del *cassette* de sueños, un proceso composicional inconsciente prepara durante el sueño REM “*cassettes* oníricos” que habrán de ser insertados en la memoria de manera instantánea al momento de despertar. En la teoría del *cassette* soñar no es nada, aunque *haber soñado* es algo (Dennett, 1976). En consecuencia, en estas líneas de pensamiento la viabilidad de cualquier experiencia onírica queda en suspenso.

En la vereda opuesta a este escepticismo se encuentra el enfoque eminentemente perceptual del filósofo finlandés Antti Revonsuo, quien proclama la fertilidad teórica de los estudios oníricos. Insiste en que no podemos investigar la conciencia sin investigar los sueños. Efectivamente, define la vivencia onírica como una expresión ejemplar, representativa, de la conciencia: “dreaming is nothing but consciousness —or to be more precise, the macro-level of consciousness— at its barest, operating on its own” [soñar no es más que la conciencia —o, para ser más preciso, el macro-nivel de la conciencia— al desnudo, operando en soledad] (Revonsuo, 1995, p. 45). En otras palabras:

The dreaming brain shows us that sensor input and motor output are not *necessary* for producing a fully realized phenomenal level of organization. The dreaming brain creates the phenomenal level in an isolated form, and in that sense provides us with insights into the processes that are *sufficient* for producing the phenomenal level [El cerebro soñante nos muestra que el *input* sensorial y el *output* motriz no son *necesarios* para producir un nivel de organización fenomenal completamente culminado. El cerebro soñante crea el nivel fenomenal de forma aislada, y en ese sentido nos brinda hallazgos en torno a los procesos que son *suficientes* para producir el nivel fenomenal]. (Revonsuo, 2000, p. 64)

En definitiva, la conciencia es en sí misma conciencia tanto en la vigilia como en los sueños. Mediante tintes cartesianos, es de veras, y con plena conciencia, el más alejado de Malcolm y Dennett por cuanto, a su juicio, la conciencia despierta y la ensoñación sólo difieren en términos de las causas productivas. Es decir, tan solo son diferentes las rutas causales que llevan a una y la misma ontología, la cual consiste en ambos casos en la presencia (de alguien) en un mundo (Revonsuo, 1995). Por ello, “the ontology of dreams is the ontology of consciousness” [la

ontología de los sueños es la ontología de la conciencia] (Revonsuo, 1995, p. 46). Recurriendo a la figura de la mente consciente en tanto aparato natural de realidad virtual, nos provee una terminología simulacional muy poderosa. Llevada al límite, esta idea sugiere lo siguiente: “not only are dreams experiences but, in a way, all experiences are dreams” [no sólo son los sueños experiencias, sino que, en cierta manera, todas las experiencias son sueños] (Revonsuo, 1995, p. 55). Exponentes de la neurofisiología llegan por otras vías a conclusiones parecidas: “Wakefulness is nothing other than a dreamlike state modulated by the constraints produced by specific sensory inputs” [La vigilia no es otra cosa que un estado de ensueño modulado por las influencias provenientes de *inputs* sensoriales específicos] (Llinás & Paré, 1991, p. 525). Revonsuo, pues, explica que es el cerebro el que en realidad está creando la experiencia de que *estoy directamente presente en un mundo exterior a mi cerebro*, aunque la experiencia en sí misma sea generada por sistemas neurales enterrados *dentro* del cerebro (Revonsuo, 2000). En verdad somos incapaces de cruzar los confines del cráneo. Aun así, el cerebro está esencialmente creando una ‘experiencia-fuera-del-cerebro’: la sensación de presencia en, y la inmersión en un mundo aparentemente real externo al cerebro (Revonsuo, 2000). Por este motivo, propone que pensemos en

a level of organization the purpose of which is to construct a real-time simulation of the organism and its place in the world. This simulation is modulated by sensory information during waking perception, but during dreaming it is realized off-line, by recombining materials from experiences stored in long-term memory [un nivel de organización cuyo propósito es construir una simulación en tiempo real del organismo y su lugar en el mundo. Esta simulación es modulada por información sensorial durante la percepción despierta, pero durante los sueños es realizada *off-line*, recombinando materiales de experiencias almacenadas en la memoria a largo plazo]. (Revonsuo, 2000, pp. 65-66)

Thomas Metzinger, un filósofo alemán, recupera este vocabulario ciberespacial, y amplía:

Phenomenal experience during the waking state is an *online* hallucination. This hallucination is *online* because the autonomous activity of the system is permanently being modulated by the information flow from the sensory organs; it is a hallucination because it depicts a possible reality as an actual reality. Phenomenal experience during the dream state, however, is just a complex *offline* hallucination [La experiencia fenomenal durante el estado de vigilia es una alucinación *on-line* porque la actividad autónoma del sistema está siendo permanentemente modulada por el flujo de información de los órganos sensoriales; es una alucinación porque representa una realidad posible como una realidad actual. La experiencia fenomenal durante el estado onírico, sin embargo, es sólo una compleja alucinación *off-line*]. (Metzinger, 2003, p. 51)

En ambas instancias, vigilia y sueño, se estaría dando una simulación orquestada por la actividad cerebral. Creemos estar, dentro de nuestra experiencia subjetiva, en contacto inmediato con una realidad que yace fuera de nosotros, cuando en verdad nos mantenemos siempre en un entorno virtual creado por conexiones neuronales. El cerebro se encarga de los innumerables mecanismos destinados a montar la red multimodal del aquí y ahora consciente. (Acaso sonando un poco a Kant o a Platón) Revonsuo observa:

In everyday thinking we rarely realize that what we directly experience is merely a clever *simulation* or *model* of the world, provided by the brain; it is not the world itself. In order for it to be an effective simulation, we are supposed to take it as the real thing, and that is exactly what we do even during dreaming. [Pensando cotidianamente casi nunca nos damos cuenta de que lo que experimentamos directamente es meramente una ingeniosa *simulación* o *modelo* del mundo, provisto por el cerebro; no es el mundo en sí mismo. Para que sea una simulación efectiva, se supone que lo tomemos como lo real, y eso es exactamente lo que hacemos incluso cuando soñamos]. (Revonsuo, 2006, pp. 65-66)

El punto es, entonces, que tanto en la vigilia como en la mayoría de los sueños no atendemos al hecho de que lo que estamos viviendo es un modelo fabricado. Más bien al revés: este automático modelado permanece oculto para el individuo. La filósofa alemana Jennifer Windt & Metzinger (2007), además de hacer hincapié en la naturaleza global (es decir, uniforme u homogénea) y presentacional de ambos estados virtuales de consciencia, enfatizan el concepto de transparencia fenomenal a la hora de entender que el modelo de realidad no es reconocido como un modelo por el sujeto experiencial. O sea, la vigilia y los sueños regulares pueden considerarse transparentes, como si no hubiese cómputos operando por detrás de los fenómenos; parece indudable que las cosas y circunstancias percibidas no están siendo mediadas por algo más. Hay una seguridad que impulsa a concebirnos directamente conectados con los aparentes objetos y sucesos.

De acuerdo, como dice Revonsuo, todas las experiencias son sueños. Ahora bien, hay un solo tipo de experiencia en la que podemos notar que lo experimentado es de hecho un sueño. El psiquiatra holandés Frederik van Eeden fue quien acuñó el término “sueño lúcido” en 1913.

In these lucid dreams the reintegration of the psychic functions is so complete that the sleeper remembers day-life and his own condition, reaches a state of perfect awareness, and is able to direct his attention, and to attempt different acts of free volition [En estos sueños lúcidos la reintegración de las funciones psíquicas es tan completa que el durmiente recuerda su vida diurna y sus propias circunstancias, alcanza un estado de perfecta conciencia, y es capaz de dirigir su atención, y de probar diferentes actos de volición libre]. (van Eeden, 1913)

¿En qué difieren entonces los sueños lúcidos de los sueños no lúcidos? En principio, hablamos de sueño lúcido cuando el soñante dispone del conocimiento de que está dormido. A diferencia de los sueños no lúcidos, no creemos estar en la vigilia, vivenciando nuestra biografía. Pero Windt & Metzinger (2007) se esfuerzan por mostrar que hay dos modos de entender el término “conocimiento”: “knowledge can consist of either *cognitive* availability (of a certain fact, as mentally represented in a quasi-propositional format) or *attentional* availability (of information, in terms of intensified subsymbolic modeling) [el conocimiento puede consistir o bien en una disponibilidad *cognitiva* (de un cierto hecho, en tanto mentalmente representado en un formato cuasi-proposicional), o bien en una disponibilidad *atencional* (de información, en términos de una disposición subsimbólica intensificada)] (p. 212).

A continuación, establecen una definición acorde a esa importante aclaración:

Cognitive availability leads to conceptual classification or categorization; it enables the dreamer to both realize and critically think about the fact that her current experiential state belongs to the class of dreams. Attentional availability, on the other hand, leads to the accessibility of earlier processing stages. The resulting state of phenomenal opacity allows the dreamer to directly experience the dreamlike nature of her ongoing phenomenal state. Phenomenal opacity is the opposite of phenomenal transparency; it ensues when the naïve realistic impression of being in direct contact with external reality dissolves. Suddenly, the virtual nature of conscious experience becomes available on the level of conscious experience: the dream world and the dream-self are no longer experienced as reality, but for the first time are recognized as models [La disponibilidad cognitiva conduce a una clasificación conceptual o categorización; habilita al soñante tanto a caer en la cuenta como a pensar críticamente sobre el hecho de que su experiencia actual pertenece a la clase de los sueños. La disponibilidad atencional, por otra parte, implica la accesibilidad a estadios de procesamiento antepuestos. El estado resultante de la opacidad fenomenal permite que el soñante experimente directamente el carácter onírico de su presente estado fenomenal. La opacidad fenomenal es lo opuesto de la transparencia fenomenal; ocurre cuando la ingenua impresión realista de estar en contacto directo con la realidad externa se disuelve. De repente, el carácter virtual de la experiencia consciente se hace disponible en el nivel de la experiencia consciente: el mundo onírico y el yo onírico no son más experimentados como reales, sino que por primera vez son reconocidos como modelos]. (Windt & Metzinger, 2007, p. 212)

Ilustremos esta distinción con una ejemplificación. Podemos enterarnos de que es de día estando en un casino gracias a un reloj en el cual tendremos que confiar, esperando que no esté marcando una hora errónea. Pero también podríamos posar nuestra atención sobre algo que nos obligue a sentir el día, impidiéndonos negarlo, por ejemplo, el Sol. En este sentido, podemos

afirmar que estando despiertos el carácter simulacional del mundo puede volverse cognitivamente disponible si entendemos determinadas teorías científicas. No obstante, este descubrimiento intelectual no se acerca a ningún estado de “vigilia lúcida”, en el que la cualidad experiencial de realismo ingenuo quede suprimida; es decir, podemos reflexionar críticamente sobre la simulación cerebral que está dándose a cada momento, mas no logramos posar nuestra atención sobre tales eventos psíquicos, cargados de confidencialidad. No hay aquí, pues, una disponibilidad prerreflexiva de procesos subyacentes distinguibles por la conciencia en un acto de introspección. Con todo, debido a la ausencia generalizada de transparencia, los sueños lúcidos constituyen tal vez el único paso a un estado fenomenal globalmente opaco (Windt & Metzinger, 2007): es disuelta la impresión realista ingenua; se descubre, así, una efectiva intermediación. El soñador lúcido no solamente es capaz de *pensar* acerca del hecho de que en ese momento está soñando, sino que es capaz de *atender* al carácter simulacional de su actual mundo fenomenal (Windt & Metzinger, 2007). Es en este contexto de opacidad homogénea donde se asoma la claridad epistémica que falta en los casos transparentes (vigilia y sueños no lúcidos). Ya no nos sentimos en contacto con la realidad externa; por el contrario, accedemos atencionalmente al hecho de que estamos en una simulación. Las experimentaciones del psiquiatra estadounidense Allan Hobson *et al* (2000) muestran que esto sucede cuando la corteza dorsolateral prefrontal (una zona del lóbulo frontal), desactivada durante el sueño REM, es sutilmente reactivada. Se trata de un estado híbrido con componentes de la vigilia y del sueño REM (Hobson, Pace-Schott & Stickgold, 2000). Windt (2015) nota que esto posa dudas sobre las fronteras comunes entre estados conscientes; la lucidez onírica implicaría una integración transitoria de dos estados típicamente discretos.

Como si fuera poco, como indicaba ya van Eeden hace un siglo, con este saber o conocimiento adquirido suele surgir la capacidad agencial, la capacidad de moldear la experiencia a la que nos sometemos, lo cual parece conllevar como condición la capacidad de juzgar y decidir. Esclareciendo el tema de la hibridez, Hobson narra el mecanismo de su voluntad tras decidir emprender vuelo:

My arms don't actually move in bed, but what I am doing is engaging in volition. I am purposely starting a motor program. My theory is that by doing this I am engaging my frontal cortex to call for chemical help. My brain stem responds by sending some norepinephrine — just enough to place me on the knife's edge between REM sleep and waking. If I push the system too hard, I will wake up. If I let up a bit, I will become reabsorbed in the dream [Mis brazos en realidad no se mueven en la cama, pero lo que estoy haciendo es poner en marcha la volición. Estoy intencionalmente iniciando un programa motor. Mi teoría es que al hacer

esto estoy utilizando mi corteza frontal para pedir asistencia química. Mi tallo cerebral responde enviando algo de norepinefrina —ni más ni menos que lo suficiente para ubicarme en el fino filo entre el sueño REM y la vigilia. Si ejerzo mucha presión sobre el sistema, me despertaré. Si me relajo un poco, me veré reabsorbido por el sueño]. (Hobson, 1999, p. 173)

Mientras leo esto encuentro una explicación para el primer sueño lúcido que tuve. Podría resumirse como sigue: “Estoy al aire libre mirando un paisaje seco iluminado por la luz anaranjada de un atardecer parcialmente nublado, y a lo lejos, aquello que observo por encima del horizonte: el Sol, pero es azul. Y de repente, lo sé: ¡estoy soñando! (¿Qué hacer?) ¡Volar! Acelero demasiado en el despegue y... caos: mucha velocidad en un milisegundo. Y de repente despierto. ¡Cuán breve! No lo pude controlar. Fui un novato intentando despegar, como si hubiera apretado con excesiva fuerza el acelerador”.

Por ende, podemos también decir que accedemos inclusive a parte del engranaje onírico *per se* si consideramos esta conocida facultad de intervenir o delinear el contenido soñado: una arquitectónica narrativa mental actúa configurando la “sinopsis” buscada “a conciencia”. Al respecto, datos recolectados por Windt & Voss (2018) muestran que el control exitoso del sueño resulta de interactuar con el ambiente onírico: el control se basa en modular el sueño mientras éste se despliega, en vez de forzarlo enteramente a tomar otra dirección. En uno de los testimonios recolectados se lee:

I become lucid and my visual field expands rapidly. Everything looks much clearer and more sharply defined. I am immediately aware that I am now able to do anything imaginable, no matter how absurd or surreal, and I feel immense euphoria [Adquiero lucidez y mi campo visual se expande rápidamente. Todo luce mucho más claro y más rigurosamente definido. Inmediatamente soy consciente de que ahora puedo hacer cualquier cosa que imagine, sin importar cuán absurdo o surreal sea, y siento una inmensa euforia]. (Windt & Voss, 2018, p. 24)

Tras vivenciar mi segundo sueño lúcido, mucho más extenso y exitoso que el anterior, comprendí el significado de esa euforia y esa claridad. Caminando con un grupo de personas conocidas, tras adquirir lucidez (a raíz de un *trigger*/disparador) me esforzaba por explicarles con mucho entusiasmo y asombro que estaba soñando, aunque entendía que lo que les decía debía sonar como un disparate, e intentaba leer los grafitis pintados en las paredes de la urbe costera por donde transitábamos, esperando encontrar los símbolos o mensajes que mi propio sueño estaba dejándome (no recordé nada de lo escrito). Intenté generar fuego *ex nihilo* con mi decisión pero no tuve éxito. Y cabe aclarar que no todo es color de rosas: más tarde en una gran casa temía “jugarme una mala pasada” a mí mismo invocando terrores sin querer. En fin, esa suerte de

empoderamiento surrealista (además de corroborar el famoso lema foucaultiano: “el conocimiento es poder”) equivale, por supuesto, al debilitamiento de los déficits propios de la mente que no se percibe dormida. Son justamente las deficiencias típicas de la conciencia soñante, por lo general atenuadas en los sueños lúcidos, las que hacen que Hobson (1999) haga una analogía entre el ámbito onírico y los “desórdenes” psíquicos. Interesado en las herramientas que puede otorgar la ciencia de los sueños al tratamiento de la psicosis, se centra en las experiencias bizarras o insólitas, a veces desesperantes o avasalladoras, que solemos vivir vespertinamente. “Dreaming, then, is not *like* delirium. It *is* delirium. Dreaming is not a *model* of a psychosis. It *is* a psychosis. It’s just a healthy one” [Soñar, entonces, no es *como* el delirio. *Es* delirio. Soñar no es un *modelo* de una psicosis. *Es* una psicosis. Sólo que una saludable] (Hobson, 1999, p. 44). En efecto:

Our conviction as we dream that the physically impossible events we experience are real is like the delusional belief that is the hallmark of psychosis. The stories we concoct to explain improbable and impossible dream events are like the confabulations of delirium [Nuestra convicción, mientras soñamos, de que los eventos físicamente imposibles que experimentamos son reales es como la creencia ilusoria que constituye el sello distintivo de la psicosis. Las historias que tramamos para explicar eventos oníricos improbables e imposibles son como las confabulaciones del delirio]. (Hobson, 1999, p. 32)

El aporte clínico de su visión es original porque: entendiendo cómo la mente produce una psicosis “normal” —soñar— quizás logremos entender cómo la mente se desvía produciendo una psicosis patológica (Hobson, 1999). Manteniendo esta analogía, los sueños lúcidos exhiben un panorama valioso para la investigación terapéutica:

The fact that lucid dreaming is posible is not just amusing. It is extremely important, because it gives us a critical key to unlocking psychosis. We have already concluded that dreaming is a psychosis. It’s just a healthy one. If the parallel holds, then people who are mentally ill should have lucid psychotic episodes too. And they do! Indeed, it is the first step toward recovery. When patients gain such insight, they finally realize they are psychotic. Although they will still suffer the effects of their illness, they can begin to take control [El hecho de que los sueños lúcidos sean posibles no es simplemente entretenido. Es extremadamente importante, porque nos da una clave crucial para descifrar la psicosis. Ya hemos concluido que soñar es una psicosis. Sólo que una saludable. Si el paralelo persiste, entonces la gente con enfermedades mentales debería también tener episodios psicóticos lúcidos. ¡Y los tienen! De hecho, es el primer paso hacia la recuperación. Cuando los pacientes obtienen tal revelación

finalmente se dan cuenta de que son psicóticos. Aunque aún sufrirán los efectos de su enfermedad, pueden empezar a tomar el control]. (Hobson, 1999, p. 173)

A propósito de este paralelismo, Voss *et al* (2018) se percatan, intrigados, de la importancia acarreada por la actividad del lóbulo frontal en lo que refiere a los procesos que subyacen a los trastornos psicóticos.

Por otro lado, indagando en la temática del control, Stephen LaBerge (1985), probablemente la persona más especializada en sueños lúcidos en la actualidad, notifica la antigüedad de esta práctica al mencionar la existencia de un antiguo libro tibetano de yoga onírica, en el que, en un tono afín a los antedichos hallazgos de Windt & Voss a propósito de un control en términos de “elegir entre lo disponible”, se insta al iniciado a visitar cualquier reino de la creación que desee ver. Fue precisamente un laboratorio liderado por LaBerge el que proveyó, durante los '80, la primera prueba empírica contra las aseveraciones de Malcolm y Dennett. Resultó confirmada la existencia de una auténtica experiencia onírica no retrospectiva al quedar probada la realidad de los sueños lúcidos por medio de un experimento muy astuto. Basándose en la hipótesis que correlaciona los cambios de mirada operados por el soñante al interior del sueño con los movimientos oculares reales del sujeto dormido según lo registrado por un electrooculograma, soñadores lúcidos entrenados realizaron mientras soñaban patrones de movimientos oculares arreglados de antemano (LaBerge, Nagel, Dement, & Zarcone, 1981). Metzinger (2004) llamó a esto “comunicación trans-realidad”. Así, contra quienes sostenían la incompatibilidad entre los sueños y el grado de reflexión crítica requerido por un estado de lucidez, quedó a partir de esto probada la posibilidad de seguir, al dormir, cursos de acción deliberados (Windt, 2015).

En síntesis, el carácter *sui generis* de los sueños lúcidos queda al descubierto en la siguiente frase de Windt & Metzinger (2007): “you live your waking life —and, with the exception of lucid dreams, most of your dream life— as a naïve realist” [vives tu vida de vigilia —y, exceptuando los sueños lúcidos, la mayor parte de tu vida onírica— como un realista ingenuo] (p. 212). A raíz de la misma simulación es que recibimos la noticia de su naturaleza simulacional; la información sobre la clase de experiencia que nos encontramos transitando reside en la esencia de la experiencia en cuanto tal. No es necesario que nadie nos lo explique, tampoco necesitamos esforzarnos por entender. Simplemente lo advertimos. Una simulación inusual o peculiar dado que al revelarse, según los parámetros de Revonsuo, tendería a ir en contra de su efectividad, sin embargo se niega a dejar de ser efectiva.

Más allá de la posible discusión concerniente a alternativas psicotrópicas, meditativas o hipnóticas, demás está decir que, en el caso de la vigilia estándar, desde el punto de vista

evolutivo el entendimiento lúcido del carácter simulacional de la experiencia consciente, que nos permitiría distanciarnos de nuestro modelo de realidad actual y experimentarlo en tanto irreal, puede en realidad ser considerado desadaptativo (Windt & Metzinger, 2007).

Dejando de lado que también podemos considerar idiosincrática a la capacidad de comandar parcialmente el estilo de las alucinaciones a las que nos vemos arrastrados, y que a lo mejor es igualmente extravagante la ya aludida naturaleza híbrida de todo el asunto, me gustaría concluir centrándome en una metáfora que desarrolla Metzinger (2004) con la ayuda del legado platónico: “The cave in which we live our conscious life is formed by our global, phenomenal model of reality” [La caverna en la que vivimos nuestra vida consciente está formada por nuestro modelo global, fenomenal, de la realidad] (p. 547). Las propiedades experienciales son, pues, determinadas exclusivamente por propiedades intra-cerebrales. “Although this simple fact may well be cognitively available to many of us, we are neurophenomenological cavemen in that none of us are able to consciously experience its truth” [Aunque este simple hecho bien pueda estar cognitivamente disponible para muchos de nosotros, somos cavernícolas neurofenomenológicos en tanto ninguno de nosotros es capaz de experimentar conscientemente su verdad] (Metzinger, 2003, p. 548). Y, he aquí el meollo de la cuestión: “Plato, however, tells us there is an entrance to the cave, which at the same time may be a potential exit. But who could be? Who could ever pass *through* this exit?” [Platón, de todos modos, nos dice que hay una entrada a la caverna, la cual al mismo tiempo puede ser una potencial salida. Pero, ¿quién podría ser? ¿Quién podría alguna vez *atravesar* esa salida?] (Metzinger, 2003, p. 548). Si pensamos en los sueños lúcidos, vemos a simple vista una dimensión apropiada para ensayar esta tarea. Ciertamente, parecería que es aquí donde asumimos por primera vez, en vivo y en directo, la cualidad ilusoria de lo vivido. Dormidos por fin despertamos. Nos emancipamos por un rato de la cueva que no nos deja percibir la autoría de una mente artista, amante del collage. Wind & Metzinger (2007) se hacen, en efecto, la siguiente pregunta: “Could lucid dreams, for instance, have played a role in the cultural history of humankind by making the appearance-reality distinction a topic of intersubjective communication?” [¿Podrían los sueños lúcidos, por ejemplo, haber jugado un rol en la historia cultural de la humanidad al convertir la distinción apariencia-realidad en un tópico de la comunicación intersubjetiva?] (p. 216). “El carácter *sui generis*” de los sueños lúcidos hace referencia al hecho de que tiene lugar, mediante una intuición, un claro reconocimiento del escenario mental confeccionado, algo que en general de otro modo no ocurre. Lo curioso es que al fin y al cabo este modelo es en última instancia un modelo tramado en base a otro modelo. Sí, reconozco que lo que estoy experimentando es un modelo, aunque no de “lo real”, sino de algo que es asimismo un modelo. Doblemente alejado de quién sabe qué, reconozco la modelación.

Tengo que ahogarme en las profundidades de la simulación para llegar a notar su omnipotencia. Modelo de modelo, máscara de máscara. Y por debajo, nada que podamos hallar. Ningún rostro bajo el maquillaje. Abandonamos la ignorancia sin escapar jamás de nuestras cabezas. Enterrados en la noche nos iluminamos, pero no lo suficiente como para disipar toda oscuridad. No vemos en ningún momento al Sol de frente.

Soñar lúcidamente es cavar un pozo en la caverna y deducir “la verdad” por contraste.

## Referencias

- Dennett, D. C. (1976). Are Dreams Experiences? *The Philosophical Review*, 85(2).
- Hobson, J. A. (1999). *Dreaming as delirium: How the brain goes out of its mind*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Hobson, J. A., Pace-Schott, E. F., & Stickgold, R. (2000). Dreaming and the brain: Toward a cognitive neuroscience of conscious states. *BEHAVIORAL AND BRAIN SCIENCES*, 50.
- LaBerge, S. (1985). *Lucid dreaming: The power of being awake and aware in your dreams*. New York: Ballantine.
- LaBerge, S. P., Nagel, L. E., Dement, W. C., & Zarcone, V. P. (1981). Lucid Dreaming Verified by Volitional Communication during Rem Sleep. *Perceptual and Motor Skills*, 52(3), 727-732.
- Llinás, R. R., & Paré, D. (1991) Of dreaming and wakefulness, *Neuroscience*, 44, pp. 521-535
- Malcolm, N. (1956). Dreaming and skepticism. *Philosophical Review*, 65 (1), 14 – 37.
- Malcolm, N. (1959). *Dreaming*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Metzinger, T. (2003). *Being no one: The self-model theory of subjectivity*. Cambridge, Mass: MIT Press.
- Revonsuo, A. (1995). Consciousness, dreams and virtual realities. *Philosophical Psychology*, 8(1), 35-58.
- Revonsuo, A. (2000). Prospects for a scientific research program on consciousness. T. Metzinger, ed., *Neural Correlates of Consciousness—Empirical and Conceptual Questions*. Cambridge, MA: MIT Press.
- van Eeden, F. (1913). A Study of Dreams. *Proceedings of the Society for Psychological Research*, 26, 431 – 461. Recuperado de <http://www.lucidity.com/vanEeden.html>.
- Voss, U., D'Agostino, A., Kolibius, L., Klimke, A., Scarone, S., & Hobson, J. A. (2018). Insight and Dissociation in Lucid Dreaming and Psychosis. *Frontiers in Psychology*, 9, 2164.
- Windt, J. M. (2015). *Dreaming: A Conceptual Framework for Philosophy of Mind and Empirical Research*.
- Windt, J. M., & Metzinger, T. (2007). The philosophy of dreaming and self-consciousness: What happens to the experiential subject during the dream state? D. Barrett & P. McNamara (Eds.), *The new science of dreaming: Vol. 3. Cultural and theoretical perspectives* (pp. 193 – 248). Westport: Praeger Perspectives.
- Windt, J. M., & Voss, U. (2018). *Spontaneous Thought, Insight, and Control in Lucid Dreams* (Vol. 1; K. Christoff & K. C. R. Fox, Eds.).
- Wittgenstein, L. (1953). *Philosophical investigations* (G. E. M. Anscombe, Trans.). Oxford: Blackwell.