

SOBRE OS SONHOS

Sigmund Freud

Prefácio de
Daniel Sampaio



Texto

ÍNDICE

PREFÁCIO	9
I. CONTRASTE DA PERSPECTIVA POPULAR E CIENTÍFICA SOBRE OS SONHOS	15
II. O SIGNIFICADO DOS SONHOS – ANÁLISE DE UM SONHO – CONTEÚDO MANIFESTO E LATENTE DOS SONHOS	19
III. O SONHO COMO REALIZAÇÃO DE DESEJOS NÃO SATISFEITOS – TIPO INFANTIL DE SONHOS	27
IV. O MECANISMO DOS SONHOS – CONDENSAÇÃO – DRAMATIZAÇÃO	35
V. O MECANISMO DOS SONHOS – DESLOCAMENTO – TRANSAVALIAÇÃO DE TODOS OS VALORES PSÍQUICOS.....	43
VI. O MECANISMO DOS SONHOS – DESLOCAMENTO – O EGO NO SONHO	49
VII. O MECANISMO DOS SONHOS – DESLOCAMENTO – EM PROL DA INTELIGIBILIDADE	57
VIII. RELAÇÃO DOS SONHOS COM OUTROS PROCESSOS MENTAIS INCONSCIENTES – REPRESSÃO	63

IX. TRÊS CLASSES DE SONHOS	67
X. MOTIVOS PARA O SONHO DISFARÇAR OS DESEJOS – CENSURA . .	71
XI. O SONHO, GUARDIÃO DO SONO	75
XII. SIMBOLISMO DOS SONHOS – MITOS E FOLCLORE	81
XIII. ELEMENTOS COMUNS À PSICOLOGIA NORMAL E ANÓMALA	85
LEITURAS COMPLEMENTARES	87

I.

Numa época a que podemos chamar «pré-científica», ninguém se questionava sobre a interpretação dos sonhos. Quando eram recordados, depois do acordar, os sonhos eram vistos como uma manifestação afável ou hostil de poderes supremos, demoníacos e divinos. Com o aparecimento do pensamento científico, esta mitologia expressiva é totalmente transferida para a psicologia. Presentemente, só uma minoria de pessoas instruídas duvida de que os sonhos sejam um acto psíquico da própria pessoa que sonha.

Mas desde o desaparecimento da hipótese mitológica que se sente a falta de uma interpretação do sonho. As condições do seu aparecimento, a sua relação com a nossa vida psíquica quando estamos acordados, a sua independência face a distúrbios que, durante o sono, parecem manifestar-se, todas as suas muitas peculiaridades que repugnam o nosso pensamento consciente, a incoerência entre as imagens e os sentimentos que suscitam, depois, a evanescência do sonho, o modo como, ao acordarmos, o nosso pensamento o põe de lado, como se fosse uma coisa bizarra, e as nossas memórias o mutilam ou rejeitam – todos estes e muitos outros problemas exigiram, durante centenas de anos,

respostas que, até agora, nunca foram satisfatórias. Antes de mais, a pergunta que se faz é sobre o significado do sonho, uma pergunta que, em si mesma, tem um duplo sentido. Temos, em primeiro lugar, o significado psíquico do sonho, a sua posição em relação aos processos mentais, com uma possível função biológica e, em segundo lugar, a descoberta de um significado para o sonho – será possível que cada sonho tenha um sentido, como acontece com outras deduções mentais?

É possível distinguir três tendências na apreciação dos sonhos. Muitos filósofos deram a conhecer uma destas tendências, aquela que, ao mesmo tempo, preserva algo da antiga sobrevalorização do sonho. Para eles, o fundamento de uma vida onírica é uma fase peculiar da actividade psíquica, que até celebram como a elevação a um estádio superior. Schubert, por exemplo, afirma: «O sonho é a libertação do espírito da pressão de natureza externa, uma separação da alma dos constrangimentos materiais.» Nem todos chegam a este ponto, mas muitos sustentam que os sonhos nascem de impulsos reais do espírito e são as manifestações visíveis de poderes mentais, cuja liberdade de expressão foi sendo recalcada durante o dia («A fantasia onírica», de Scherner e Volkelt). São muitos os observadores que reconhecem que a vida onírica proporciona feitos extraordinários – pelo menos, em determinados campos («Memória»).

Em total contradição com isto, a maioria dos autores médicos dificilmente admite que o sonho seja, de qualquer modo, um fenómeno psíquico. Segundo eles, os sonhos são provocados e iniciados exclusivamente por impulsos sensoriais ou por impulsos do organismo que, pelo exterior, atingem a pessoa que está a dormir ou são distúrbios acidentais dos órgãos internos. O significado e a importância do sonho podem comparar-se ao som provocado pelos dedos de uma

peessoa, sem grandes noções de música, que passe os dedos pelas teclas de um instrumento musical. O sonho é para ser encarado, afirma Binz, «como um processo físico sempre inútil, frequentemente patológico». As peculiaridades do mundo dos sonhos são todas explicadas como sendo um esforço incoerente, devido a determinados impulsos fisiológicos de alguns órgãos ou aos elementos corticais de um cérebro adormecido.

Pouco afectada pela opinião científica e indiferente à origem dos sonhos, a opinião popular mantém firmemente a sua crença de que os sonhos têm realmente um significado, de que, de certa forma, prevêem o futuro, ao mesmo tempo que o significado pode ser percebido, de uma maneira ou de outra, a partir do seu conteúdo frequentemente bizarro e enigmático. A leitura dos sonhos consiste em substituir os acontecimentos do sonho, na medida em que se conseguem recordar, por outros acontecimentos. Isto faz-se situação a situação, *de acordo com uma chave fixa*, ou o sonho é substituído no seu todo por uma outra coisa da qual tenha sido *símbolo*. As pessoas sérias riem-se destes esforços – «Os sonhos são apenas a espuma das ondas!»

II.

Um dia descobri, para minha grande surpresa, que é a opinião popular assente na superstição, e não a opinião médica, que se aproxima mais da verdade sobre os sonhos. Cheguei a novas conclusões sobre os sonhos ao aplicar um novo método de investigação psicológica, que me prestou um bom serviço na investigação de fobias, obsessões, ilusões e situações afins e que, sob o nome de «psico-análise», encontrou aceitação por parte de todos os investigadores. As múltiplas analogias do mundo dos sonhos com as mais diversas condições de doenças psíquicas no estado de vigília foram devidamente aprofundadas por uma série de investigadores médicos. Mostrou-se, assim, útil, *a priori*, aplicar à interpretação dos sonhos métodos de investigação utilizados em processos psicopatológicos. As obsessões e todas essas sensações peculiares de medo inesquecível continuam a ser tão estranhas para a consciência normal como os sonhos para a consciência em estado de vigília. A sua origem é tão desconhecida para a consciência como a dos sonhos. Foram fins práticos que nos impeliram, nestas doenças, a determinar-lhes a origem e a formação. A experiência demonstrou que uma cura e um conseqüente controlo das ideias obsessivas

resultava quando esses pensamentos e os elos de ligação entre as ideias patológicas e o resto do conteúdo físico eram revelados, depois de terem estado ocultados pela consciência. A psicoterapia foi, assim, o ponto de partida para o procedimento que empreguei na interpretação dos sonhos.

Este procedimento é facilmente descrito, embora a sua prática exija conhecimento e experiência. Suponhamos que o paciente sofre de um medo patológico intenso. Pede-se-lhe que dirija a sua atenção para esta ideia sem, no entanto, como tantas vezes fez, exercer qualquer efeito sobre ela. Qualquer impressão que lhe ocorra, sem excepção, deve ser transmitida ao médico. Poderá dizer então que não consegue concentrar-se em nada, afirmação essa que tem de ser contrariada, assegurando-se ao paciente, com grande assertividade, que esse estado psíquico vazio é completamente impossível. De facto, ocorrerá em breve um grande número de impressões, a que se associarão muitas outras. São invariavelmente acompanhadas pelo comentário do observador de que não fazem sentido ou que são insignificantes. Percebe-se imediatamente que foi esta autocrítica que impediu o paciente de transmitir as ideias, que de facto até já foram excluídas da consciência. Se for possível levar o paciente a pôr de parte essa autocrítica e a enveredar pela sucessão de pensamentos que resultam da sua concentração, conseguiremos obter material muito significativo que terá, então, uma ligação clara à ideia patológica em questão. A sua ligação com outras ideias será manifesta e, posteriormente, a ideia patológica irá poder ser substituída por uma mais fresca, perfeitamente adaptada à continuidade psíquica.

Este não é o local indicado para analisar em profundidade as hipóteses sobre as quais assenta esta experiência, ou as deduções que se tiram do seu invariável êxito. Será suficiente afirmar que obtemos matéria suficiente para a resolução de

qualquer ideia patológica se dirigirmos a nossa atenção em especial para as associações *espontâneas que perturbam o nosso pensamento* – as que, de outro modo, são postas de parte pela crítica como recusa inútil. Se este procedimento for aplicado na própria pessoa, a melhor maneira de contribuir para esta experiência é tomar nota, indistintamente, de todas as primeiras fantasias que lhe ocorram.

Falarei agora dos resultados deste método quando o aplico à análise dos sonhos. Este método aplica-se a qualquer sonho. De qualquer forma, decidi escolher um sonho meu, que se afigura confuso e sem sentido na minha memória e que tem a vantagem de ser breve. É provável que o meu sonho da noite passada satisfaça os requisitos. O seu conteúdo, registrado imediatamente ao acordar, é o seguinte:

«Grupo; à mesa, ou mesa de restaurante... Os espinafres são servidos. A Sr.^a E. L., sentada ao meu lado, dá-me toda a sua atenção e põe a mão, com familiaridade, no meu joelho. Na defensiva, afasto a mão dela. Ela diz então: “Mas sempre teve uns olhos tão bonitos.” Vejo então indistintamente dois olhos num esboço, ou nas armações de uns óculos. [...]»

Este é o sonho, ou, pelo menos, aquilo de que me consigo lembrar. Parece-me obscuro e sem sentido, mas especialmente estranho. A Sr.^a E. L. é uma pessoa que raramente visitei e com quem nunca desejei ter, segundo sei, qualquer relação mais íntima. Há muito tempo que não a vejo e creio que, recentemente, não ouvi qualquer referência a esta senhora. Nenhuma emoção acompanhou o funcionamento do sonho.

Reflectir sobre este sonho não o torna mais claro para mim. No entanto, irei agora apresentar as ideias, sem premeditação e sem crítica, fruto da instrospecção. Cedo me apercebi de como é vantajoso dividir o sonho nos seus diferentes elementos e descobrir as ideias que ligam os fragmentos uns aos outros.

Grupo; à mesa, ou mesa de restaurante. A lembrança do pequeno evento com o qual terminou o serão de ontem vem-me logo à memória. Saí de uma pequena festa na companhia de um amigo, que se ofereceu para me levar a casa no seu táxi. «Prefiro ir de táxi», disse, «é algo que nos dá prazer; há sempre qualquer coisa para onde podemos olhar.» Quando entrámos no táxi e o taxista ligou o taxímetro e apareceram os primeiros 60 *hellers*, continuei a brincar. «Ainda mal entrámos e já devemos 60 *hellers*. O táxi faz-me sempre lembrar uma mesa de restaurante. Sinto-me avarento e egoísta ao lembrar-me continuamente de quanto devo. Parece-me que é um valor que se acumula demasiado depressa e tenho sempre receio de ficar em desvantagem, tal como não consigo resistir, na mesa de restaurante, à estranha sensação de que me estão a dar muito pouco e de que tenho de cuidar de mim.» Numa ligação remota de ideias, cito:

«*To earth, this weary earth, ye bring us,
To guilt ye let us heedless go.*»¹

Outra ideia sobre a mesa de restaurante. Há algumas semanas, fiquei muito zangado com a minha querida mulher à mesa de umas termas no Tirol, porque não se mostrou suficientemente reservada com umas pessoas da mesa ao lado com quem eu não queria ter qualquer tipo de contacto. Pedi-lhe que se ocupasse de mim em vez de se ocupar de estranhos. É como se tivesse *estado em desvantagem na mesa de restaurante*. Para mim, o contraste entre o comportamento da minha mulher a essa mesa e o da Sr.^a E. L. no sonho é evidente: «*Dirige-se inteiramente a mim.*»

¹ Versos de *Wilhelm Meister*, de Goethe. Em português: «À terra, a esta terra fatigada, te trazemos, / À culpa deixai-nos ir irreflectidamente.» (*N. da T.*)

Para além disso, noto agora que o sonho reproduz uma pequena situação que aconteceu entre a minha mulher e eu quando, às escondidas, lhe andava a fazer a corte. As carícias por debaixo da toalha de mesa foram uma resposta a uma carta apaixonada de um pretendente. Mas, no sonho, a minha mulher é substituída pela desconhecida Sr.^a E. L.

A Sr.^a E. L. é filha de um homem a quem *devia dinheiro!* Não posso deixar de notar que se revela aqui uma relação insuspeita entre o teor do sonho e os meus pensamentos. Se a associação de ideias continuasse com um elemento do sonho, não demoraria nada a voltar a outro dos seus elementos. Os pensamentos evocados pelo sonho suscitam associações que não se distinguem no próprio sonho.

Não é normal que uma pessoa que espera que os outros velem pelos seus interesses sem daí retirarem qualquer vantagem para si próprios faça uma pergunta inocente com ironia: «Acha que tudo isto é *por causa dos seus bonitos olhos?*» Daí a conversa da Sr.^a E. L. no sonho. «Mas sempre teve uns olhos tão bonitos» significa apenas que «as pessoas fazem-te sempre tudo pelo amor que te têm; recebeste *tudo a troco de nada*». Obviamente que a verdade é o contrário. Sempre paguei cara a delicadeza dos outros para comigo. Mas fiquei muito impressionado com o facto de ontem *ter apanhado boleia a troco de nada*, quando o meu amigo me levou a casa no seu táxi.

De qualquer forma, sempre estive em dívida para com o amigo que nos recebeu ontem. Recentemente, arranjei a oportunidade de o recompensar por isso. Só recebeu uma prenda minha, um xaile antigo, com uns olhos pintados a toda a volta, o chamado *Occhiale*, um *amuleto* para o *Malocchio*². Para além disto, é *especialista dos olhos*. Nesse serão,

² Referência àqueles olhos que a cultura popular utiliza contra o mau-olhado. (N. da T.)

perguntei-lhe por um paciente que encaminhei para as consultas dele por precisar de *óculos*.

Como pude ver, todas as partes do sonho se relacionaram de acordo com uma nova ligação. Poderei ainda perguntar por que motivo foram servidos *espinafres* no sonho. Porque os espinafres me fazem lembrar uma situação que se passou recentemente à nossa mesa. Uma criança, cujos *bonitos olhos* realmente suscitam admiração, não quis comer espinafres. Eu, em criança, era igual. Durante muito tempo, detestei espinafres, até muito mais tarde, quando os meus gostos mudaram, e os espinafres passaram a ser um dos meus alimentos favoritos. A referência a este prato aproxima a minha infância da infância desta criança. «Devias agradecer teres esses espinafres», disse a mãe ao pequeno *gourmet*. «Há crianças que dariam tudo por uns espinafres.» Vêm-me à memória os deveres dos pais para com os filhos. As palavras de Goethe...

*«To earth, this weary earth, ye bring us,
To guilt ye let us heedless go»*

adquirem um sentido novo neste contexto.

Irei parar aqui para poder recapitular os resultados da análise do meu sonho. Ao seguir as associações ligadas aos simples elementos descontextualizados do sonho, fui conduzido a uma série de pensamentos e recordações em que me vejo obrigado a reconhecer expressões interessantes da minha vida psíquica. O material suscitado pela análise de um sonho está intimamente ligado ao conteúdo do sonho, mas esta relação é tão especial que eu nunca teria sido capaz de inferir as novas descobertas directamente do próprio sonho. Era um sonho desapaixonado, independente e ininteligível. Enquanto vou descobrindo os pensamentos que