CAPÍTULO II.

SUEÑO FISIOLÓGICO.

PARA dar fin á lo que me propuse decir de la fisiología de los actos humanos, dedicaré algunas líneas al estado de sueño normal, por la importancia que tiene para el estudio ulterior.

El cambio que sufren las relaciones naturales del alma con el cuerpo durante el sueño fisiológico, no es esencial, sinó el que corresponde á las modificaciones que experimentan las influencias mutuas del espíritu y la materia desde el momento en que aquél se aisla un tanto, disminuyendo la energía que desenvuelve su actividad en las horas de vigilia, ya porque así lo quiere, ya porque á ello le obliga el entorpecimiento del organismo que funcionó despierto.

Que no hay mudanza esencial, se prueba al ver que el alma sigue dando vida al cuerpo, al par que lo mantiene bajo su dirección y gobierno. Así es que las funciones vegetativas continúan, pues el dormido res-

impropias de éste las cree el consentimiento general humano, que necesita apoyarse en nuevos discursos para declararlas, y no siempre con certeza, primero posibles y después reales. Luego las opuestas son las que sirven para caracterizar el sueño fisiológico.

Los movimientos mecánicos y meramente naturales no experimentan más cambio que el indicado al hablar de los actos vegetativos. Los reflejos y los espontáneos pueden ejecutarse; así, la fisonomía expresa muchas veces los afectos que siente el dormido, manifestando el dolor, la ira, la súplica, la bondad, placer, angustia, etc.; los miembros mudan de postura y siguen al tronco ó toman actitudes reflejas ó instintivas en harmonía con las impresiones del sujeto, por ejemplo, apartan las ropas que sofocan ó las aproximan buscando abrigo, el niño hace movimientos de succión, y el adulto agita los labios y lengua cual si saborease un manjar, ó para emitir más ó menos distintamente algunas palabras.

Cuanto á las pasiones, se nota la falta de moderador intelectual que temple ó modifique sus impulsos. El hombre más inofensivo cree matar mientras duerme, el más comedido y bondadoso insulta y castiga sin piedad, el más honesto seduce, viola ó comete otros actos lúbricos, el más timorato conculca las leyes divinas, el más honrado falta á sus deberes, el generoso se hace avaro, el caritativo cruel, etc. En una palabra, por lo común las pasiones llegan á fingirse monstruosas en los sueños, y con menos frecuencia muestran disminuídos los afectos relativamente á la intensidad con que los siente el alma durante la vigilia.

La facultad intelectiva se halla estorbada, hasta

cierto punto, en el sueño fisiológico. La comunicación del espíritu con el mundo exterior no se hace como de costumbre; porque no llegando á la inteligencia los elementos que los sentidos deben suministrar, ó recibiéndolos la razón imperfectos, ó exactos pero aislados, no funciona ó lo hace de una manera confusa y singular. Mas como el entendimiento no está suprimido, actúa de vez en cuando con lucidez; y siguiendo los afectos de la voluntad racional á los actos intelectuales, claro es que se observarán en ellos iguales fenómenos.

Nótese, que unas veces se aminoran los actos psicológicos primitivamente, y privado así el funcionalismo orgánico del hombre de este concurso necesario, queda más ó menos inhábil para sus operaciones normales, y otras, la parte material es la que se altera primero produciendo análogos resultados en la expresión externa de las facultades anímicas. Mas del propio modo que á pesar de la decidida voluntad que el sujeto tiene de resistir al sueño fisiológico, duerme obligado por el excesivo trabajo y el trastorno consiguiente de los instrumentos corpóreos, así también puede luchar ineficazmente el mandato voluntario contra un estado moral ó intelectivo que afecte mucho al espíritu.

En la producción del sueño normal intervienen dos factores; el espíritu y la materia. Mas el estado de aislamiento y disminución de actividades en que ha de colocarse el alma, es siempre necesario, y el trastorno físico-químico de los elementos orgánicos, nó. Si el espíritu no se aisla relativamente del mundo exterior, el individuo no duerme; sin alteración ninguna del cuerpo, puede dormir el sujeto.

Unas veces la voluntad, que puede provocar el sueño, auxiliarlo ó suspenderlo hasta ciertos límites, se halla en harmonía con la necesidad corporal que el alma siente, y otras nó; mas de ambos modos, esto es, servidora la voluntad de la inteligencia ó del estado orgánico, ó rebelde por algún tiempo y al fin vencida, se llega siempre al mismo resultado; pues constituído el cuerpo por átomos inertes, obedece á la fuerza impulsiva propia de la actividad anímica, al par que está sometido al influjo de los agentes físico-químicos; y cuando aquella actividad se modera, la inercia que le es peculiar sobresale, debilitando sus movimientos totales, por la disminución de una de las fuerzas que los producen.

De donde resulta que el elemento supramaterial, ora activo para moderar el ejercicio de sus potencias, ora sufriendo el influjo de los desórdenes físico-químicos, entra siempre como factor importantísimo en la realización del sueño fisiológico. Lo cual es contrario á los asertos de la escuela materialista que hace depender dicho estado de un trastorno meramente corpóreo, sin que en él tome la más pequeña parte el factor espiritual que anima y gobierna el cuerpo en todas las operaciones vitales.

CAPITULO III.

EN QUE SE TRATA DE LA ORACIÓN COMÚN CONFORME LA DESCRIBE SANTA TERESA DE JESÚS.

La cual, hablando de ella y de otros grados de oración, comienza pidiendo se la perdone el atrevimiento de poner comparaciones al tratar de cosas espirituales; pues *los que no saben letras, como yo*, dice con gran humildad, *han de buscar algún modo.*

En esas comparaciones expresa, con la sencillez y exactitud que tanto la distinguen, las dádivas providenciales que necesita pedir y obtener el alma humana para elevarse á todo acto contemplativo y espiritual. Dice así (1): *Ha de hacer cuenta el que comienza, que comienza á hacer un huerto en tierra muy infructuosa, que lleva*

(1) *Vida de Santa Teresa de Jesús*, publicada por la Sociedad Foto-tipográfico-católica, bajo la dirección del Dr. D. Vicente de la Fuente, conforme al original autógrafo que se conserva en el Real Monasterio de San Lorenzo del Escorial. Madrid, 1873, capítulo XI, pág. 91.

pira, sostiene el círculo sanguíneo, digiere, absorbe y elimina: sus sentidos corporales le trasmiten estímulos exteriores, y ve, oye, huele, gusta, toca y siente impresiones de temperatura y peso: sus sentidos internos distinguen, estiman, recuerdan sensiblemente y forman imágenes sensibles: sus palancas y medios locomotivos ejecutan movimientos: los apetitos le hacen experimentar sus impulsos, y los actos del entendimiento, memoria y voluntad racionales se llevan á cabo, aunque del modo que diré.

Mas si no tiene lugar cambio esencial ninguno durante el sueño que describo, los signos que se observan en el sujeto que duerme manifiestan mudanzas relativas bastante numerosas, como vamos á ver.

En los actos vegetativos se nota más lentitud en la respiración y circulación, así como las consecuencias naturales de este hecho en toda la economía; porque el paso menos rápido del líquido sanguíneo, sobre todo, por el sistema capilar, produce estancamientos relativos de la sangre en todos los aparatos, órganos y tejidos, dando origen á menor actividad en ciertas funciones nutritivas. Esto provoca estados hiperémicos fisiológicos que, no pasando de tales, favorecen la eliminación y reposición de los elementos que el trabajo de la vigilia transformó en cuerpos extraños para el organismo.

Por su parte, los sentidos externos pueden recibir la impresión de los agentes exteriores, transmitirla al cerebro y despertar sensaciones: mas nótese bien; raro será que sienta el alma todo esto con entera claridad, sin limitarlo á un objeto simple; más extraño que la sensación vaya acompañada del ejercicio de

varias facultades intelectuales; mucho más excepcional todavía que diferencie, compare y que sujete las sensaciones á su libre voluntad en lo relativo á modificarlas, hacerlas desaparecer y reproducirlas á su antojo.

Verdad es que algunas veces las imágenes, en lugar de ser confusas, como un campo sin horizontes ó una ciudad fantástica, son fieles y exactas, como un animal, un árbol, un mueble: cierto que si en unos casos las sensaciones son indeterminadas, como una luz sin foco, un sonido sin instrumento, un sabor sin manjar, en otros son claras y fijas, como un color radiante, un olor nauseabundo, una música conocida: exacto también que los recuerdos sensibles, si unas veces presentan los objetos desordenados, como la propia casa en otra calle ó la biblioteca convertida en aparador de juguetes, en otras ocasiones son trasunto completo de la realidad, como nuestros libros, nuestro despacho ó nuestra alcoba. Mas conviene fijar la atención en que lo característico del sueño es la vaguedad confusa de las imágenes y representaciones sensibles, y lo excepcional es su propiedad y exactitud; sucediendo que áun en estos casos son muy diferentes que en la vigilia, porque las sensaciones claras y determinadas del sueño serán independientes de la voluntad, constituyéndose aisladamente. Son, como dice Balmes, «el uso de una facultad sola sin el auxilio de las demás, sin comparaciones fijas y constantes, como las que recibo cuando estoy despierto.» Tanto es así, que si la indeterminación no flota á su rededor, el espíritu se pregunta dudoso si al experimentarlas soñaba ó nó.

Luego aunque puedan existir durante el sueño, tan