

Una influencia análoga, menos intensa, pero no menos positiva tienen á veces los ensueños sobre la ideación y sobre los actos de la vigilia. Faure y Tissié¹ han reunido observaciones de ese género. Vamos á reproducir algunas que servirán de ejemplo.

Baillarger sueña una noche que uno de sus colegas se encarga de la redacción de un periódico de medicina; al día siguiente divulga la noticia como un hecho cierto, y hasta que le patentizan que no es verdad, recuerda que lo soñó. Un enfermo del profesor Pitres sueña que fué á la casa de su patrón por dos botellas de vino y que al regresar al hospital las colocó en la cabecera de su cama, otros enfermos de la misma sala se las robaron, y burlándose se las bebieron en presencia de él. Al día siguiente se queja con la hermana de la caridad; le demuestran que no ha habido tales botellas; pero él no se convence, va á preguntar á su patrón, y cuando éste le asegura que nada le ha dado, entonces recuerda el quejoso, que lo soñó. Tissié sueña que ha subido á un campanario haciendo grandísimos esfuerzos; al despertar siente una fatiga muscular que no tiene más causa que el sueño. Un soldado sueña que va á ser procesado y con este motivo lo despojan de sus armas; en el momento de despertar busca el sable y cuando lo encuentra y lo palpa, se convence de que el proceso ha sido un sueño. Una persona sueña que la hieren en el cuello; cuando despierta siente en la piel el frío de la hoja del cuchillo. W..... sueña que va á tener un duelo por haber dado una bofetada á un joven en un baile. Al día siguiente de aquel ensueño, lleva á dos amigos suyos que le servirán de padrinos, al lugar designado que es la costa de Issy, al llegar allí, se convence de que aquello fué un sueño. La Sra. R..... varias veces ha sido detenida en la orilla del Sena en momentos en que va á suicidarse. La Sra. R. ... es feliz en su matrimonio, pero sueña con frecuencia que su marido va á abandonarla, y al día siguiente á cada sueño de esos, comete una tentativa de suicidio. Tissié refiere otras muchas observaciones igualmente importantes, y que sería largo resumir.

De todo esto resulta que las ideas y las sensaciones del sueño pueden por asociación provocar ideas ó sensaciones análogas en la vigilia, y aun actos que pueden realizarse mucho tiempo después que ha terminado el sueño, cuando ya han pasado horas y hasta días enteros, y por lo mismo, cuando la conciencia ha podido dominar por completo las funciones intelectuales y morales. Y en tal caso, esa asociación, esa influencia no obrarán con más facilidad en los momentos mismos en que el sue-

¹ Tissié, *Les rêves*, pág. 147 y sigts.

ño ha terminado ó se está terminando para dar lugar á la vigilia, como en algunos de los ejemplos citados? Esa influencia inmediata del ensueño sobre la vigilia, es uno de los elementos que concurren á la formación de esa zona limítrofe, ese estado neutro y fronterizo entre el sueño y la vigilia, al despertar.

En este período la circulación sufre cambios peculiares á él, especialmente apreciables á la infancia. Senk, citado por Hénocque, ha observado en los niños 50 pulsaciones más que las que hay normalmente en la vigilia cuando el despertar se hace con gritos y agitación, y 16 pulsaciones más cuando el despertar es enteramente tranquilo. Trousseau ha observado también en la infancia, al despertar, 68 pulsaciones más que en la vigilia, siendo así que durante el sueño ha encontrado de 6 á 26 menos que en la vigilia. En el adulto las modificaciones de la circulación, aunque también son apreciables en el impulso radial, lo son más en el cerebro, según consta de los estudios de Mosso. «*En el momento mismo del despertar*, dice Brunton, el encéfalo puede disminuir ligeramente de volumen, como lo piensa Mosso, quien ha observado directamente este fenómeno y sostiene que el acto fisiológico del sueño *no depende de un estado anémico del encéfalo*; esta contracción de la masa puede atribuirse á la salida de la sangre venosa, cuya ausencia relativa en la bóveda del cráneo, asegura la llegada más libre de la sangre arterial á esta cavidad.»¹ Esto demuestra que el profesor Espinosa hizo decir al profesor Mosso, precisamente lo contrario de lo que éste dijo.

Hack-Tuke refiere que «el fisiologista Gruithuisen tuvo un sueño en el cual vió principalmente una llama violada que, durante un tiempo apreciable después del despertar, le dejó la impresión de una mancha amarilla complementaria.» He ahí un fenómeno fisiológico.

Kohlschütter, midiendo la profundidad del sueño por la intensidad de las impresiones exteriores, necesarias para despertar al que duerme, ha sacado por conclusión que el sueño no es igualmente profundo en toda su duración, sino que sigue una curva rápidamente ascendente en las primeras horas de la noche en que llega á su máximo de profundidad, para descender en seguida de un modo paulatino durante las altas horas de la noche y la madrugada, hasta llegar á su minimum momentos antes del despertar. Esto está de acuerdo con los experimentos de Bouchard, quien ha encontrado las orinas de la madrugada más tóxicas que las emitidas en la primera mitad de la noche, y el poder tóxico de las orinas está en relación con la profundidad del sueño. En el sueño com-

¹ Brunton, *Op. cit.*, p. 241.

pleto no hay ensueños; estos aparecen cuando el sueño comienza á aligerarse; llegan á su mayor actividad en la madrugada y sobre todo momentos antes de despertar. Todo lo cual significa que este fenómeno se ha venido preparando gradualmente y que la transición no es brusca é instantánea. «Según el descubrimiento de Kohlschütter, dice Wundt, un adormecimiento, rápidamente pasajero, sigue de ordinario al despertar.» Ese adormecimiento es la embriaguez del sueño. En efecto, las reacciones que durante este período provocan los agentes exteriores no tienen la misma intensidad, ni la misma rapidez que en plena vigilia. Personalmente hemos medido la sensibilidad cutánea con el estesiómetro, y la hemos encontrado mucho más obtusa y más tardía que en la vigilia completa. Estos fenómenos también son fisiológicos.

Psicológicamente los estados intermediarios entre el sueño y la vigilia, han sido estudiados desde Aristóteles hasta Wundt. Aristóteles, en su tratado sobre *los sueños* refiere cómo los niños y aun los adolescentes, después de algún terrible sueño, aun cuando estén fuera de él y con los ojos abiertos, piensan, sin embargo, durante un rato después, que ven con sus ojos lo que no han visto en sueños. Condillac se expresa en su tratado de *las sensaciones*, en estos términos: «En los sueños, las percepciones se trazan con tanta viveza, que al despertar se tiene algunas veces dificultad para reconocer su error; he ahí ciertamente un momento de locura.» Spencer compara el despertar con la invasión del sueño: «En tanto que en la somnolencia, dice, hay tendencia á responder menos á las excitaciones exteriores, la proximidad de la vigilia está caracterizada por una tendencia á responder más.» Y después agrega: «Al salir del sueño que nos ha restablecido, hay esfuerzo involuntario de los músculos en todo el cuerpo; lo que prueba una grande descarga motriz sin dirección. Pero esto no es más que el hecho inicial; ninguno despierta sin estirarse aquí y allá, lo que tiene lugar ahí donde hay una descarga espontánea. Si esa grande descarga es solamente el hecho inicial, quiere decir que el despertar no se ha terminado, comienza apenas y la vigilia no ha retornado por completo. Se producen después esas fuertes excitaciones que se han propagado á los centros, desde que alguna ligera excitación ha producido esos cortos movimientos que acompañan al despertar. Un sonido ligero hace abrir los ojos y volver la cabeza. Entonces siguen impresiones vivas que vienen por los ojos, por la piel que desliza bajo las sábanas, por los músculos que producen los movimientos: como viene de la periferia un agregado relativamente grande de estímulos, resulta un aflujo relativamente grande de excitaciones motrices. Continuando

podemos comprender por qué la energía continúa creciendo algún tiempo después del despertar.» No podía ser más clara y terminante la opinión de Spencer sobre esta materia: la energía *continúa* creciendo después del despertar, y por lo mismo este fenómeno es gradual, no es brusco é instantáneo. En seguida amplía su paralelo entre el despertar y la invasión del sueño: «Hemos visto, dice, que una vez comenzada la somnolencia, crece, porque á medida que las descargas de los centros nerviosos son menores, el corazón, perdiendo una parte de sus excitaciones, comienza á languidecer, y esta languidez conduce á una inercia mayor de los centros nerviosos que reobra como precedentemente. Al contrario, es claro que, cuando los centros nerviosos, reparados por el sueño, son de nuevo capaces de descargas vigorosas, se producen una acción y una reacción que tienen el efecto opuesto. Pero desde que las excitaciones comienzan á ser percibidas por los órganos de los sentidos, y que las descargas de los centros nerviosos son renovadas, el corazón marcha y reacciona, por su parte, más vigorosamente. Por esto suministra á los centros nerviosos un aflujo de sangre más abundante y más rápido. Una descarga nerviosa más grande se hace así posible y, entre otros resultados, exalta la acción del corazón. Esta acción es recíproca.»¹ En toda esta descripción lo que resalta á primera vista es que los fenómenos son sucesivos y van apareciendo en un orden gerárgico inverso al período hipnagógico propiamente dicho, ó sea el que precede al sueño.

El Sr. Dr. Espinosa, ¿dirá aún que todos estos fenómenos son «excepcionales» y que no son fisiológicos? Gabriel Compayré opina de otro modo: «En los primeros momentos que siguen al despertar, dice, no tenemos sino un vago sentimiento de nosotros mismos, nuestros ensueños se prolongan todavía, y no habiendo recobrado la vida psicológica su entera lucidez, la conciencia se reciente de ello.»² Si nuestros ensueños se prolongan todavía después del despertar, y no quiere llamar á esto período intermediario entre el sueño y la vigilia, el nombre poco importa con tal que se reconozca el hecho.

Sergi, explicando la invasión lenta del sueño, dice: «Pero si hallándonos en este estado, volvemos por una razón cualquiera al estado de vigilia completa, sentimos que readquirimos *lentamente* la percepción de nuestro cuerpo, sobre todo en las extremidades inferiores, en las piernas, en el momento mismo en que percibimos que no tenemos conocimiento claro de estas partes.»

Al ocuparse de este asunto, dice Wundt: «*Muy frecuentemente* la falta

¹ Spencer, *Psychologie*, v. I, p. 88 y sigts.

² Compayré, *Psychologie*, v. p. 86.

de juicio (que hay en el sueño), se continúa de algún modo durante la vigilia.» Lo cual quiere decir que no es «excepcional.»

Luys ¹ dice: «Unas veces las células de las regiones puramente intelectuales despiertan las primeras y provocan asociaciones de ideas las más raras; otras veces son las regiones emotivas las que se ponen automáticamente en una situación penosa ó agradable; y la mayor parte del tiempo estos elementos diversos de nuestro cerebro se agitan en confusión, al acaso, sin tener la ponderación del mundo exterior, que juega frente á ellos el papel de un balancín regulador. De ahí esas concepciones fantásticas, esas lucubraciones incoherentes, á las cuales nuestra personalidad psíquica, apenas despertada, asiste como espectadora pasiva.»

H. Taine describe así la transición del sueño á la vigilia: «Nos aproximamos al despertar. Por un lado un ligero contacto de la mano que nos despierta; una parte de nuestra atención se dirige hacia el exterior. Por otro lado, al aparecer la memoria, las imágenes y las ideas que renacen, envuelven la imagen en un cortejo, entran en conflicto con ella, le imponen su ascendiente, la sacan de su vida solitaria, la conducen á la vida social, la sumergen de nuevo en su independencia habitual. Esta tirantez y este combate constituyen *el aturdimiento del despertar*, y lo que se llama vigilia razonable no es más que el equilibrio restablecido.» Ese aturdimiento del despertar es la embriaguez del sueño; ese combate, ese conjunto de fenómenos sucesivos necesitan de un período intermediario.»

Tourdes,² en su estudio médico-legal acerca del sueño, ya citado, describe al mismo tiempo la invasión del sueño y el retorno de la vigilia, de la siguiente manera: «En el momento de la invasión del sueño, como aquel en que se disipa, un estado intermediario precede al aniquilamiento y al retorno de las funciones. Los sentidos no están todavía dormidos, ó están ya despiertos, pero rodeados de nubes del ensueño; un adormecimiento antes del sueño completo, el despertar incompleto y sucesivo, tales son los dos períodos análogos, por sus efectos, que abren y terminan el sueño. Las percepciones son confusas é irregulares, el juicio las aprecia mal, la inteligencia no las dirige. El tacto y el oído vuelven desde luego, después la vista; si el hombre ve y oye, la vista y el oído no le llevan más que sensaciones ilusorias; ve un espectro en lugar de un objeto real; un ruido indiferente se convierte en un balazo.»

El distinguido psicólogo, James Sully, dice: «Para terminar esta exposición del ensueño, deseo llamar la atención sobre los estados de transición por los cuales se pasa del sueño á la vigilia, en tanto que pueden

¹ Malad. ment., p. 175.

² Tourdes, op. cit., p. 228

producir la ilusión de los sentidos..... El espíritu no pasa bruscamente y de un solo salto, del estado de fantasía en el ensueño, al de percepción en la vigilia. Ya he dicho una palabra de este estado hipnagógico, de este estado de somnolencia, en que las impresiones exteriores cesan de hacerse sentir, en que la atención interna se relaja y en que comienza á desplegarse la imaginación fantástica del ensueño. Así de la misma manera que hay anticipación de la alucinación del ensueño en el estado que precede al sueño, de la misma manera hay resonancia del ensueño hasta en el estado que le sigue. Como lo he hecho observar, los ensueños dejan algunas veces después de ellos durante un intervalo de tiempo apreciable, una pos-impresión muy viva, y aun en ciertos casos el simulacro de una impresión de los sentidos.»

Maudsley ¹ afirma: «Hay un estado intermedio entre el dormir y estar despierto, en que, antes que el conocimiento se haya restablecido por completo, persisten las ideas y alucinaciones de un sueño durante algún tiempo.»

Matías Duval ² en su notable estudio sobre la fisiología del sueño, dice á la letra: «el retorno al estado de vigilia tiene lugar por grados sucesivos en los cuales se despierta por turno cada facultad, lo que produce un nuevo estado de ensueño, bien conocido, en el que, según la expresión consagrada, el individuo *se siente dormir*.» Duval hace alusión á Maistre, quien en su *Viaje al rededor de mi cuarto*, refiere que diariamente se hacía despertar temprano para *sentirse dormir*, es decir, disfrutar de la embriaguez del sueño. «Al pasar, dice Yung,³ del estado de sueño al estado de vigilia, es decir, al despertar, repasamos brevemente, recapitulamos en sentido inverso las diferentes fases que hemos mencionado á propósito de la entrada en el sueño. Las funciones cerebrales adormecidas reaparecen *poco á poco* y sucesivamente.» En concepto de Yung la voluntad es la facultad más tardía para despertar. El distinguido psicólogo inglés Gurney se expresa así: «No se pasa bruscamente del sueño á la vigilia; hay entre estos dos estados toda una región intermedia. Ella es particularmente rica en alucinaciones.»

Ball ⁴ el eminente profesor de enfermedades mentales en la facultad de París, después de haber trazado el cuadro de la invasión del sueño, describe así el despertar: «El despertar consiste en un retorno progresivo y según un orden inverso de las funciones de relación. La conciencia despierta la primera, desde luego vaga y confusa, después más cla-

¹ Maudsley, Responsabilidad del hombre, p. 325.

² Duval, op. cit., v. 33, pág. 268.

³ Yung, Le sommeil, p. 44.

⁴ Ball et Chambart, Diet. encic. des scienc. med., serie 3.^a, v. 3.^o, p. 329.

ra y algunas veces singularmente lúcida. Se sabe que, arrancado al sueño en medio de un ensueño ó inmediatamente después, se ignora algunas veces si las imágenes que se acaban de percibir y las concepciones que hace poco ocupaban el espíritu son reales ó imaginarias. Frecuentemente se tiene durante algunos instantes, despertándose, la noción de su propia existencia, no pensando absolutamente en nada. Se sabe que se existe y se existe sin pensar.

«Bien pronto, sin embargo, vuelven algunas representaciones objetivas y algunas ideas vagas y fugitivas que no se puede ni dirigir ni coordinar; ellas señalan el retorno de un período intermediario al sueño y á la vigilia que presenta á lo menos todos los caracteres esenciales. El recuerdo de hechos antiguos y olvidados reaparece; pero no es sino después de un intervalo apreciable cuando renace la conciencia de la situación presente y el recuerdo de los hechos recientes. ¿Quién no sabe, por haber hecho de eso una triste experiencia, que al día siguiente de un día nefasto se despierta uno en su estado de espíritu habitual y se goza tranquilamente de la calma que hace tan agradables los primeros momentos que siguen al sueño, hasta que la memoria, entrando brusca-mente en escena, obliga á pensar en los fracasos del momento y recuerda brutalmente la desgracia de que es uno herido?»

«Los últimos velos del sueño caen por último; la atención, el juicio, nos vuelven el poder de seguir y de coordinar nuestras ideas, pero el retorno de nuestra voluntad se hace todavía esperar algún tiempo; toda operación intelectual seguida, y todo movimiento son difícilmente queridos y ejecutados. Los sentidos, sin embargo, reaparecen en el orden inverso de su desaparición; el peso que gravitaba sobre los párpados se quita, los ojos se abren bajo la influencia de las excitaciones sensoriales, el espíritu recobra todo su vigor, los movimientos voluntarios se hacen posibles y el despertar es desde ese momento completo.

«La invasión del sueño y el retorno al estado de vigilia, están, pues, caracterizados por la desaparición, después por el retorno, en un orden determinado, de las funciones de relación, y por la excitación y un *verdadero delirio* de las facultades psíquicas imaginativas desde que la supresión de las facultades de coordinación lo ha desembarazado del freno y del contrapeso que arreglaba y moderaba su ejercicio.

Aunque Ball dice que la conciencia es lo primero que aparece, se comprende claramente que se refiere á la conciencia psíquica propiamente dicha y no á la conciencia moral. La primera forma de conciencia es el fondo de todas las facultades y se manifiesta cuando algunas de ellas funcionan; pero la conciencia moral necesita del ejercicio de la voluntad

y esta es la última en aparecer; desde el momento en que interviene la voluntad, la vigilia es completa. El *yo* es definido por Delboeuf en estos términos. «El *yo* es para el ser sensible lo que le procura siempre una misma sensación, siempre que su voluntad es la misma.» El *yo*, considerado en este sentido, necesita del poder voluntario, y éste queda ausente en el período intermediario de que nos ocupamos.

Ball ha reducido al siguiente esquema, el cuadro sinóptico de los períodos intermediarios.

Movimiento voluntario y sensibilidad (Conciencia moral) (*)	Facultades coordinadoras.	Facultades imaginativas.	Conciencia (psíquica propiamente dicha.)	Vida orgánica.
....
....	Vida normal.
....	Sueño 1er. grado.
.... 2.º id.
.... 3er. id.
.... completo.
....	Despertar 1er. gr.
.... 2.º id.
.... 3er. id.
.... completo.

Todo fenómeno psíquico está en relación con un cambio nervioso. Esta ley es la más amplia generalización de la psico-física, ó sea de la aesto-fisiología, invocada por el Dr. Espinosa. Si ese fenómeno psíquico es normal, el cambio nervioso tiene que ser fisiológico. Por consiguiente, al demostrar que el período intermediario entre el sueño y la vigilia es un estado psicológico normal, hemos, por este otro medio, demostrado que también es un estado fisiológico y no es excepcional. Cada uno de los señores jurados ha pasado por ese estado unas 13.000 ocasiones, aunque no lo haya advertido.

Suponiendo que los Sres. Dres. Ernesto Espinosa Bravo y Feliciano Hernández tengan, cada uno, 30 años de edad (creemos no excedernos en este cálculo), y suponiendo que cada uno haya despertado por lo menos una vez cada 24 horas; resulta que, entre los dos, han pasado por la embriaguez del sueño cerca de 22.000 ocasiones, y si ni una sola vez se han dado cuenta de ello, según declararon solemne y mancomunadamente, jamás esta falta de observación podrá probar en contra de la verdad y la evidencia de los hechos.

«Es una verdad bien comprobada por la ciencia que del estado de sueño al de vigilia, la transición no es brusca é instantánea, sino que hay períodos intermediarios en que la conciencia, el *yo*, permanece ausente.»

(*) Los paréntesis han sido agregados por nosotros conforme á la explicación dadas.