

Soñar es bueno. Algo más que fases REM y ondas EEG. / Guiones de radio.

Ya sabemos que una vez se dijo que “La vida es sueño, y los sueños, sueños son”. ¿Es realmente así?.

-deseo y frustración.

- nuestro cuerpo no duerme: sigue latiendo el corazón, los intestinos siguen la digestión, nuestro cerebro sigue también y mucho (fase de reorganización)

- sueño = una mezcla de recuerdo y de alucinación.

-causas que pueden provocar el sueño

* Estímulos sensoriales (externos o “internos”)

* Estímulos somáticos internos

* Estímulos psíquicos

-sueños típicos: los traumáticos, los de la víspera

-interpretación:

realización de deseos

muchos de esos deseos no pueden ser conscientemente aceptados.

nuestra censura los disfraza para que no sean claramente conscientes su significado

un mismo actor en el sueño puede condensar muchos papeles

conectar con el resto de experiencias de esa persona.

¿símbolos universales?

Agua: madre

serpientes: pene

gigantes: padres

AUTOR: José Ángel López Fernández

jalopez@cop.es

<http://www.cop.es/colegiados/T-00921/jal.htm>