

Minha louca e produtiva in-sônia

Paulo Roberto Carrano

Resumo

Sob intenso sofrimento agravado por uma insônia prolongada, encontrei-me lutando por minha sanidade. Amparado pela teoria de Freud, até a *Interpretação dos sonhos*, procurei investigar minha condição me perguntando sobre as possíveis implicações de um distúrbio/privação do sono e se sonhar seria vital como dormir. Considerei o modelo de aparelho psíquico e a ideia de desejo, falta, afeto, recalque, fantasia, e também os mecanismos relativos aos sonhos e pesadelos e suas relações com os sintomas neuróticos. Propus uma relação de causalidade entre o trauma e a insônia, como resultado de uma espécie de lesão no tecido da fantasia. A falta, a insatisfação, o desprazer e o desejo foram, de fato, o que me moveram ininterruptamente no sentido de buscar uma satisfação, de me livrar e me ver livre da tensão e sofrimento.

Palavras-chave: insônia, metapsicologia, sonhos

O que a presente produção traz nada mais é do que a própria manifestação do meu desejo, que não nasce da leitura dos últimos livros, senão me levou a eles, dentre todo o resto. O que me move? A falta, a insatisfação e o desprazer e, para não ser tirado de pessimista, o amor. Para as perguntas que sustentam o desenvolvimento do presente ensaio encontrei maiores possibilidades de compreensão pela hipótese freudiana do Inconsciente até o marco da *Interpretação dos sonhos*, em 1900. Faço uma espécie de autoanálise, como Freud, procurando encontrar um alívio para os atuais efeitos de uma prolongada e insistente insônia. Estou em guerra contra Hypnos e quero me render, mas não consigo. Perguntei-me diversas vezes: - “Será que vou enlouquecer?”. Claro que aqui trago algo pessoal, porém busquei investigar sobre um caráter mais geral, com Freud, tendo ciência de que para pensar minha insônia, deveria seguir uma análise mais profunda de minha neurose.

Decorrente a um período pouco saudável de minha vida sinto, sob um doloroso luto, que estou há vários meses passando por noites mal dormidas. Neste percurso, surgiram-me interessantes considerações ao pensar sobre os sonhos. A questão principal responsável e motivadora do presente ensaio foi a de investigar livremente o que acontece quando não dormimos, sob a insígnia da insônia. Considerando o sono como condição para sonhar neste momento, indaguei-me sobre uma perspectiva evolucionária acerca da questão de se sonhar seria necessário e inevitável como dormir e se deveria ser, por alguma razão, regular. Antes de lhes deixar uma possível resposta devo apresentar algumas ideias acerca desse organismo causado pelo Inconsciente (Ics), e que deseja e sonha. Devemos iniciar por algumas considerações sobre o Ics, o desejo, o mecanismo dos sonhos, os sonhos de angústia (pesadelos) e suas relações de analogia com o sintoma neurótico. Por fim, poderemos retomar nossa pergunta inicial.

Para pensar quem sonha, acompanhamos Freud na descrição de um organismo simples descrito num modelo arco-reflexo, com a proposição de que uma quantidade de excitação percebida teria a mobilidade, a fuga do estímulo como estratégia de resposta. Um sistema de neurônios sensoriais e motores serviriam a regular as funções sob um princípio do (des)prazer, pela tendência de evitar e se livrar de um acúmulo excitação, dor, tensão e se manter livre dela. Em outro nível de complexidade, esperar-se-ia maior riqueza de estímulos endógenos. Além desse nível basal, haveria uma capacidade de tolerar certo acúmulo de excitação, e a possibilidade de satisfazer condições de ações mais específicas.

A experiência de satisfação viria do fato de se livrar dessa excitação. Porém, a civilização é organizada por regras e opera por meio delas uma ortopedização¹. Pontuo

¹ Por isso que chamei de ortopedização sem nada explicar, direi apenas que a civilização se funda e prossegue, embora com desvios, por meio da lei. A lei e como nos estruturamos frente a ela tem a ver com o modo como reagimos à castração. Não entrarei no campo das estruturas clínicas. Desejei apenas pontuar o fato de que a cultura nos transpassa – a educação, a religião e os tabus –, desde o nascimento, quando um nome próprio já nos aguarda em uma determinada sociedade, tempo, lugar. Há um

isso para destacar que a satisfação não envolve necessariamente prazer. Por mandatos sociais e demais relações com a ordem da lei, uma satisfação pode trazer desgraças, vergonha, punição etc. O que temos aqui é uma interessante passagem do princípio do prazer para o princípio de realidade. Há desejos e impulsos, porém deve haver desvios, pois há consequências. O que surge aqui para nós é também uma simples definição do desejo como sendo a corrente que parte de um desprazer e parte para um prazer.

Em 1900, nessa obra formalmente fundadora da Psicanálise nos é apresentada uma ideia de aparelho psíquico desse organismo mais complexo na primeira tópica, uma divisão em instâncias ou sistemas. Freud usa um modelo no qual em uma extremidade está a percepção (Pcp) e na outra o Motor (Mot). Dentre elas aparece o Inconsciente, o Pré-consciente e o Consciente (Ics, Pcs e Cs, respectivamente). Apesar de ser chamada por tópica e *tophos* ser definido como lugar, o Ics é enfatizado neste ensaio, não apenas neste aspecto topológico, mas por sua participação nos sonhos e também na vida de vigília, cotidiana. O Ics é introduzido como uma causalidade psíquica, diversa da natural/mecânica ou volitiva. Ele está ali, atuante. Antes dessa hipótese ser postulada, como ilustração, as causas da histeria seriam ou explicáveis por alterações físico-químicas, no trato biológico, ou poderiam ser entendidas como uma atuação. Sem uma causa orgânica encontrada, menos ainda um sofrimento oriundo de uma escolha da ordem da vontade, Freud deu início a uma revolução ao escutá-las trazendo tanto um novo paradigma quanto uma ferida narcísica - a Psicanálise tiraria da consciência seu privilégio. Não somos mais senhores, ou senhoras, em nossas próprias casas. Algo me habita, uma coisa com uma intenção de se comunicar. Há sonhos e sintomas e temos o Ics como chave para pensá-los.

O Ics teria sua origem no recalque primordial (*die Urverdrängung*) e é por meio da operação chamada recalque (*die Verdrängung*) que ideias ou pensamentos são expulsos do Cs para o Ics e lá estariam protegidos, indestrutíveis. Essa é a operação que define o Inconsciente. O que a *Verdrängung* recalca é a representação e não o afeto. No Ics, esse afeto é desenganchado de sua representação, deixando-a passível de ser conectada a um

conjunto de regras e leis, uma determinada língua e costumes daqueles que estão também submetidos a ela.

afeto substitutivo ali também deslocado. O afeto dessa primeira ideia pode ser, por sua vez, associado a outra representação. Por isso que as vezes ficamos tristes ou alegres sem saber explicar a razão. Há um des-ligar e re-ligar.

Formações como os sintomas neuróticos, os sonhos, chistes etc, ilustram um retorno do recalcado e é aqui que a ideia de afeto é importante para pensar tanto os sonhos de angústia quanto os sintomas neuróticos. A teoria dos sonhos de angústia é pertencente, segundo Freud, à psicologia das neuroses, e a angústia neurótica viria de fontes sexuais. E o que Freud nos diz sobre essa angústia é que ela se trata de uma comoção sexual com a qual o entendimento da criança não tem recursos para assimilar e que também encontra repúdio pelo fato de envolver seus pais, e por isso se transforma em angústia. “Num período anterior da vida, o impulso sexual voltado para o genitor do sexo oposto ainda não encontra repressão e se expressa livremente, como vimos antes” (FREUD, [1900] 2019, p. 638). Porém, diante do “não”, a criança recua e sente angústia.

Tenho ciência de que também a insônia ou o que fazemos (com ou) durante ela se trata de algo particular, porém, seus mecanismos certamente podem ser objeto de especulações empíricas. Tomemos em específico a parte B do Cap VII da Interpretação dos sonhos chamado “Sobre a Psicologia dos processos oníricos”, quando se fala da Regressão. Esse modelo explicativo simples foi o que possibilitou sustentar ou descartar inúmeras hipóteses.

No Ics habita o desejo, algo oriundo de uma experiência traumática, marcante por seus excessos e ausência. De acordo com o mito freudiano, o desejo tem sua gênese em uma experiência alucinatória em que o bebê receberia algo sem pedir (e sem entender nada) - o peito em sua boca, o leite. Essa primeira experiência se dá num período onde há uma confusão entre interno e externo por parte do bebê (um período de anobjetalidade). Trata-se de um recorte onde não haveria uma separação entre ele e outros objetos. Imaginemos a situação: há um algo gigante que aparece do nada e gera uma experiência de satisfação, e depois se ausenta. Devido à natureza alucinatória dessa experiência, esse objeto que nunca existiu não será reencontrado, pois não corresponde ao seio, ao mamilo, mas àquele excedente de satisfação que lhe marcou. Esse primeiro objeto de desejo vem a se inscrever na dimensão da falta, deixando um vazio e a marca dessa satisfação primeva. Esse aparelho psíquico trabalha movido por insatisfação e

desprazer em busca de reviver aquela experiência de satisfação de intensidade inédita. Essa perda irreparável é, porém, fundante e constitutivamente necessária. Uma bela passagem em que um simples organismo é promovido ao estatuto de um sujeito, faltante, sonhante, dividido e coabitado por uma coisa – uma espécie de coinquilino.

Esse objeto alucinado e perdido é referido por Freud como a *das Ding* (a Coisa), que não é qualquer objeto, mas o Objeto, paradoxalmente específico. Por seu sinônimo, *die Sache*, teríamos também um objeto, porém geral/genérico - uma mamadeira, um seio qualquer, uma bicicleta etc. Referimo-nos àquela experiência de satisfação marcante e fundadora em que um objeto se apresenta e, ao se ausentar, deixa-nos um vazio. Então outros objetos circularão por esse vazio sem possibilidade de ocupá-lo ou obturá-lo definitivamente. O desejo fundamental (*die Begierde*) não é o desejo no sentido de um voto, de uma simples vontade (*der Wunsch*). Poderíamos dizer que os desejos do tipo *Wunsch* derivam e tem suas origens a partir da *Begierde*.

O desejo, os sintomas e os sonhos são, de certa forma, singulares, pois são construídos a partir da história individual dos desejos desejados, mas sabemos que a esfera da cultura e do mercado tem influência esmagadora sob a construção de nossos ideais, o que desejamos e consumimos, sendo nós mesmos os consumidos. Não podemos falar de um social sem falar de identidade e tampouco pensar o desejo e os desejos sem pensar a ideia de fantasia, no sentido em que ela está para uma relação de sustentação e organização que configura a realidade psíquica de cada sujeito. Ao mesmo tempo, ela também coordena e condiciona a emergência ou acontecimento do trauma. Ela é análoga ao sintoma. Ela deve suportar o desejo, os conflitos, e funcionar no sentido de uma manutenção para o funcionamento eficiente do sujeito em sua relação a outros na vida, no trabalho, relacionamentos etc.

A *Begierde* dá as coordenadas aos desejos sob o pano de fundo de uma fantasia. A fantasia está ali o tempo todo. Quando ela fica atravessada, trata-se de uma crise, possivelmente envolvendo perda de sentidos, prazeres e, certamente, de organização, o que afeta o funcionamento desse sujeito, gera sofrimento. De fato, por conta da fantasia, que seria propriamente como a elaboração secundária nos sonhos, temos a sensação de uma versão da realidade plausível, com traços de esperança, embora saibamos indubitavelmente que toda vida caminha para a morte e que há muita coisa errada

acontecendo por aí. Sabemos que houveram e há guerras e até mesmo acompanhamos pela televisão e outros meios, mas não nos chocamos. Em suma, se não há sentido na vida, não há futuro (plausível), portanto, a validade e sentido do presente fica em cheque.

Aproximei brevemente uma ideia de fantasia ao sintoma, pois poderíamos dizer que ela seria propriamente um sintoma frente à realidade, ou melhor, uma defesa frente ao Real, sendo tecida pelo imaginário e o simbólico, e também por esse Real, claro. A fantasia é uma malha que comporta, inclui ou acomoda, mantendo o engodo de um sentido para a vida frente à realidade psíquica frente a outras realidades. É a partir dela que podemos falar da realidade psíquica e pensar sobre o que mantém nosso funcionamento - dormir, acordar e levantar da cama na maioria dos dias sem pesantes indagações ou momentos de melancolia, por exemplo. É também por meio dela que o sujeito se nega a aceitar “fatos da realidade” quando, por exemplo, em relacionamentos que claramente são um desastre quando vistos de fora. Também, como havia dito, é ela que condiciona o trauma. É fácil de imaginar um trauma como um rompimento da malha da fantasia, deixando um furo, um abismo onde se pode cair. Precisamos dela para manter a coerência e sentido em nossas escolhas e para suportar nossa falta, frustração, vazio, a finitude.

Retornarei à problemática da insônia e da fantasia mais adiante. Por hora, tenhamos que o desejo é a única força motriz psíquica dos sonhos e os sonhos são sempre “realização de desejos porque é um produto do sistema Ics, cujo trabalho não tem outro objetivo senão a realização de desejos e que não dispõe de outras forças senão as dos impulsos de desejos” (FREUD, [1900] 2019, p. 620-621). Então é ele que coloca em movimento o aparelho psíquico, levando-o a uma regulação em termos de excitação por meio de determinados modos, condições e possibilidades. O desejo está nesse movimento de restabelecer uma vivência de satisfação. Devemos nos usar da proposição dos possíveis caminhos pelos quais esse material do Ics poderia transitar.

Um breve ponto acerca do mecanismo dos sonhos: temos que do trabalho de vigília sobram restos diurnos (pensamentos inconcluídos). Um desejo encontra esses resíduos e se transfere para eles na intenção de avançar à consciência através do Pcs, deparando-se com a censura. Se não fosse assim, ter-se-ia algo semelhante “a uma obsessão, a um

delírio ou algo assim, ou seja, um pensamento reforçado pela transferência e deformado pela censura em sua expressão” (FREUD, [1900] 2019, p. 626). Ou seja, um sonho acordado – atenhamo-nos a esta passagem. Ao ir dormir, procuramos prever e eliminar os fatores que possam vir a nos incomodar o sono. Acompanha-nos uma diminuição intencional da atenção. Parte do Pcs aqui dorme. Não há trânsito dali para a extremidade motora, pois há um fechamento dos portões da motilidade. Com esse avanço impedido fica mais transitável a via reversa, que retorna do Pcs sentido ao sistema Pcp. O caminho do perceptivo ao motor é o progressivo, durante a vigília, onde o material do Ics é barrado de ascender à Cs pelo Pcs devido a censura. O caminho oposto ao progressivo, claro, é o regressivo, e ele retorna do Pcs em direção ao Pcp, uma vez que ele não vai encontrar satisfação pela via motora. Daí temos os sonhos, percebidos, alucinados. Temos a descrição dos mecanismos pelos quais o trabalho do sonho se dá. Idealmente, trata-se de operações que viabilizam condições para que desejos se realizem sem a emergência de angústia e despertar pleno, ou seja, para que o sono seja mantido. Sobre os sentidos progressivo e regressivo devo pontuar que é também possível esse fluxo (e refluxo) durante a vigília, ou seja, o trânsito é possível em ambas as direções dormindo e acordado.

Sabemos por Freud que um sonho que desperta angústia não deixa de ser a realização de um desejo. Ele estabeleceu a distinção fundamental entre os conteúdos manifesto e latente dos sonhos justamente para lidar com esta questão. O desejo pertence ao Ics, mas é rejeitado e suprimido pelo Pcs. Essa subjugação do Ics pelo Pcs não é completa, nem mesmo quando a saúde psíquica é plena, e “a medida de supressão indica o grau da nossa normalidade psíquica” (FREUD, [1900] 2019, p. 634). Pensando nisso, questionei-me sobre minha saúde e sanidade. Encontrei conforto ao pensar que esse estado especial de privação de sono não me define. Ou seja, ainda que isso me leve a uma certa perda da realidade ou um episódio de alucinação e confusão, isso não quer dizer que deixo de ser neurótico. Temos que a estrutura seria, diga-se de passagem, definida e invariável, porém, a economia de seu funcionamento é sujeita a variações temporárias de regime. Logo, não é só de apenas uma alucinação que estarei, em termos leigos, louco, assim como apenas uma ou duas andorinhas não fazem verão, a menos que procriem.

Embora participemos de diversas formas, também assistimos o sonho, ele é ação e se faz acontecer, pois tem autonomia em relação ao sonhador, assim como a linguagem. Sobre esta, um exemplo: antes de eu nascer, já se falava. Eu aprendi a nomear os objetos e meu próprio corpo e a pedir não mais chorando ao entrar num campo em que existiam leis e regras, as línguas e suas particularidades. A língua me precedia e eu tive que aprender um novo idioma diferente do choro – a língua materna. Não desejo seguir a direção de uma discussão acerca de se a linguagem ou o sonho são de uma ordem pré-ontológica. Se falamos do ovo ou da galinha, deixemos isso para outra hora. Acredito que para pensar isso teria o dever de evocar algo da ordem de um mito para poder pensar possibilidades partindo dele. Não o farei. Direi apenas que o sonho está aí e é sonhado, queiramos ou não.

Ao dormir, a superfície sensorial da consciência voltada para o Pcs fica menos excitável do que para os sistemas perceptivos. “Nada deve acontecer no pensamento; o Pcs deseja dormir” (FREUD, [1900] 2019, p. 627). Quando o sonho se torna percepção ele excita a consciência e ela desempenha sua função, dirige parte da energia de investimento disponível no Pcs para a causa da excitação, em forma de atenção. “Então é preciso admitir que o sonho sempre desperta, coloca em atividade uma parte da força em repouso do Pcs” (FREUD, [1900] 2019, p. 627), mesmo que pra nos lembrar que estamos sonhando. Ilustra a elaboração secundária, o fato de o sonho ser tratado como qualquer outro conteúdo perceptual. Aqui, a direção seria progressiva, embora dormindo. Não estamos totalmente desligados, senão parcialmente, em prol da satisfação. A elaboração secundária promoveria de um caráter alucinatório a um caráter delirante (interpretado), podemos pensar.

Ao falar do processo primário, do regime de funcionamento do Ics, Freud nos diz que ele é complexo e não se assemelha ao de nossa razão de vigília, é diferente do processo secundário, este que dá certo sentido e coerência a algo que não o possui². E o Pcs deseja dormir? Freud não nos disse explicitamente o que é esse desejo de dormir.

² Ele seria responsável pela construção ordenada e diacrônica do sonho. Sem isso, o sonho tenderia, se é que assim podemos dizer, a uma natureza de uma ordem mais sincrônica, confusa.

Entretanto, propôs que é o Pcs que acorda quando os conteúdos do Ics se agitam em demasia no sonho. Quando algo está para emergir, a angústia vem para dar o alerta e o processo secundário é o mesmo deformador cínico que nos apazigua na jaula com o leão nos dizendo para voltar a dormir por se tratar apenas de um sonho. O pensar interfere no sono nos sugerindo apenas um breve ou parcial despertar, uma vez que é mais econômico lidar com o sonho sob um pequeno dispêndio de trabalho pré-consciente, do que ter de refrear o inconsciente também durante a noite. O sonho coloca a excitação liberada do Ics sob o domínio do Pcs mantendo ainda o sono deste. Há o desejo do sonho e o de dormir, ambos realizados.

Quando o sonho malogra, como uma perturbação de qualquer outra função, isso deve apontar para uma mudança e “alertar meios reguladores do organismo contra ela” (FREUD, [1900] 2019, p. 633). E aqui chegamos a um ponto interessante. É também quando o sonho me aproxima demais daquilo de que nada desejo saber que eu acordo, para fugir. Lacan comenta ser curioso o fato de que “um sonho desperta justamente no momento em que poderia deixar escapar a verdade, de sorte que só acordamos para continuar sonhando, sonhando no real, ou, para ser mais exato, na realidade” (LACAN, [1969-70] 1992, p.54). Diz-se que o sonhador sonha para fugir da realidade. No entanto, o sonho pode nos ameaçar e então acordamos, para fugir da verdade. Apesar de tentarmos nos afastar dela, ela volta, e a galope. Ora sonho para escapar da realidade, outrora acordo para escapar do sonho. Neste caso, acordo para prosseguir dormindo, fantasiando, ..., sonhando acordado, pois é supostamente mais seguro.

Abordei até aqui um organismo descrito num aparelho composto por sistemas. Entre o Pcp e o Mot, ali está o Ics, morada dos desejos. Fui por essa direção, pois, depois de Freud, não podemos falar de sonhos e desejo sem falarmos de Inconsciente. O Ics tem, como nos é apresentado até ali, suas próprias leis de funcionamento, sua própria lógica. A realidade que mais importa é a realidade psíquica e o tempo é o tempo lógico. Devo resgatar como breve ilustração um desses dias insones em que uma forte crise estomacal, que durou das 8 horas da noite às 6 da manhã, foi o que me manteve, digamos, acordado, após uma série de noites mal dormidas. Vamos lá. Noto que a televisão está ligada e isso é interessante, pois me causa distração. Em certo momento, é 4:44 da madrugada e meu estômago parece ter a intensão de me fazer implorar por uma

trégua. Passo um tempo rolando para todos os lados, contorcendo-me e pensando que aquilo já persistia tempo demais sem uma intervenção. O que ocorre é que pensei e ainda raciocinei acerca de muitas hipóteses, possíveis desfechos e demais iminentes tragédias, até que notasse que depois de uma guerra feita por inúmeras batalhas era 4:44. Que tempo seria esse? Um momento de prazer teria o efeito oposto em relação ao tempo.

Eis uma das razões pelas quais trago a teoria dos sonhos - o fato de o Ics não se submeter ao cronológico ou a qualquer simples e conhecida razão familiar à vigília, como demonstrado pelo estudo também das neuroses. O sonho não respeita o tempo. Minha dor também não. Será que eu estava sonhando? Freud abordou o esquecimento do conteúdo dos sonhos quando se trata de uma baixa intensidade, da falta de conexões e associações, pelo fato de o sistema sensorial nos invadir com uma avalanche de percepções ao fazer a transição do sonho para a vigília e, também, pela falta de interesse nos mesmos. Não me lembro de qualquer conteúdo, mas acredito que não posso simplesmente chamar por sonho esse breve doloroso momento de minha vida, nem mesmo como pesadelo. Foi tão breve e tão duradouro! Poderia incluí-los numa categoria como sonhos de uma piscada ou sonhos instantâneos. Eles poderiam ser pensados sob a tendência do sonho se manifestar cada vez mais prontamente sob a privação do sono, algo que é chamado pela neuroalgumacoisa de *Jet lag* do sonho REM, a fase do sono onde o sonhos preferencialmente ocorrem. Isso também corrobora minha ideia, de certa forma, de que os sonhos têm intenção de se manifestar, e que os desejos – os filhos da noite -, eles não querem dormir.

A insônia teria me perseguido por cerca de 6 meses depois de um luto marcante, o qual ainda não superei. Como responsável pela possível confusão nesse trânsito progressivo e/ou regressivo, normal e/ou alucinado, ela foi algo que me levou a uma série de transtornos e sintomas para que eu pudesse lidar com uma certa tensão constante, na tentativa de me proteger ou evitar mais sofrimentos. Não sei se estava dormindo em alguns momentos e, por consequência, não sabia se estava acordado. É possível que um sonho naquele momento de crise estomacal tenha durado poucos segundos, mas, pelo fato da condensação, questionei-me se havia durado mais, pois tanto aconteceu. Pode ser que um piscar de olhos tenha sido suficiente para

instantaneamente dormir e acordar devido a um sonho de angústia. A questão de estar nesse estado sono-vigília e ainda mais sofrendo na carne, isso me deixou confuso com relação ao tempo, como mencionei anteriormente.

Mas se o sonho envolve afetos e também satisfação, numa espécie de ab-reação catártica, então poderíamos dizer que ele trabalha num sentido mantenedor das funções psicofísicas desse organismo. Ele coincide com o ciclo circadiano e trabalha como o guardião do sono - este, necessário, restaurador das funções vitais. Isso nos coloca o sonho como possibilidade de satisfação de desejos e também como algo que se relaciona com o saudável, e acompanha e sinaliza alterações no funcionamento desse organismo. Distúrbios do sono ou sonhos que despertam nos indicam que algo está alterado, ou talvez esteja para se alterar. O sonho nos ajuda a manter certa homeostase ao funcionar a favor da descarga de excitação. Quando esse guardião falha em seu trabalho, a angústia aparece para denunciar a emergência de um conteúdo do qual nada quero saber e não tolero e, por isso, ali (no Ics) deve ficar. A angústia tem também a ver com um objeto. Pensemos, como ilustração, a pessoa amada que nos faz sofrer com saudade na distância, mas muito perto nos sufoca. Esse objeto então deve estar idealmente a uma distância. Aqui é que a distorção nos sonhos é necessária, para não nos aproximar demais de algo que possa revelar, denunciar a parte obscura de nossa natureza infantil, invejosa e egoísta, ou seja, imoral. A distorção nos protege do contato direto com esses desejos.

A fantasia foi abordada aqui brevemente, pois acredito que ao me deparar com o trauma da morte algo desta propriedade fora afetado. Questões que estavam bem comportadas, da malha se destacaram. E como pensamos até aqui, esse trauma, esse intenso afeto não inscrito, isso deve estar diretamente relacionado ao retorno de questões às quais deveriam permanecer recalçadas para que eu pudesse viver até morrer, ao invés de sobreviver até morrer. O sono e os sonhos são importantes para a elaboração de traumas, servindo a uma certa digestão por meio do processo de luto. Foi também para Freud a perda de um genitor que o motivou a escrever a obra a qual me referenciei. Passei por um período crítico até parcialmente voltar a me reconstruir, ou construir. A guerra contra Hypnos, o deus do sono, aproximou-me menos de seu pretendido sobrinho Morfeo, o deus dos sonhos, do que de seu irmão, Tântatos, o deus da morte.

Sua aparição me abalou as estruturas e minha fantasia. Até mesmo a deusa primitiva Nyx (a Noite) vinha e se ia, apenas para mostrar seu peso e indiferença. Porque falo nos deuses. Será que ao invés de um sonho ultra breve eu teria tido uma experiência de epifania? Bom, pode ser uma experiência imediata com o Real, com o sagrado, ou será profano? Certamente tal dualidade não nos leva nesse momento a lugar algum.

Freud não à toa nos diz que pra Schopenhauer o sonho seria uma loucura breve e a loucura um sonho longo. Quando não dormimos não podemos acordar, mas o sonho ainda existe e tem autonomia. Se não há espaço ou tempo para lidar com a falta, com o desejo, eis o ponto. Ele quer se manifestar e eu devo fazer as pazes com ele, ou com meu passado em prol de meu próprio passado, presente e futuro, se é que depois da Psicanálise posso chamar qualquer coisa de “meu”. Fato é que nos aproximamos de responder à questão proposta no início. O sonho está associado ao sono, mas não restrito a ele. Também há sonhos acordados (devaneios). Quando não há sono, o sonho insiste em insistir, ele tem algo a fazer, satisfazer. Desenvolvemos um ciclo circadiano em centenas de milhares de anos. Evidentemente, dormir é algo que tende a ser regulador. O sonho se faz necessário e existem estudos sobre algumas consequências quando da privação do sono. Há também evidências que sugerem que o sono e suas alterações – interrupções constantes ou repetitivas -, podem interferir não apenas em determinadas funções cerebrais como no aprendizado, memória etc, mas também no sistema imunológico, na defesa do organismo.

A angústia faz sofrer e estar dormindo pode significar estar vulnerável, mas acredito ter me aproximado da possibilidade de insinuar que o sonhar e dormir são necessários numa perspectiva freudiana. Foi numa quase-loucura que escrevi meu trabalho. Fui rumo ao umbigo dos sonhos pelas costas do pesadelo. Há um não querer saber, o recalque, todo um trabalho para que aquilo encontre vazão, ainda que sendo constantemente rechaçado, reprimido. O luto e a depressão são quadros com os quais infelizmente lidei ininterruptamente nos últimos meses. Estive a beira de algo que escapa a meu controle, e foi quando finalmente conclui o presente trabalho que essa vazão me permitiu por uma noite, digamos, descansar. A confusão e exaustão era tanta que após o último ponto final tirei de cima da mesa todo o material referencial com o

qual trabalhara dias e noites, fui para a cama e me deitei. Pisquei. Então eu abri meus olhos e dormi.

Referências bibliográficas

FREUD, Sigmund. *A interpretação dos sonhos* [1900]. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

FREUD, Sigmund. *Die Traumdeutung*. Leipzig und Wien: Franz Deuticke, 1900.

LACAN, J. *O seminário, livro 17: O avesso da psicanálise* [1969-1970]. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1992.