

Editorial

Dormir y soñar

Silvio Marinelli

Nos extasiamos frente a la imagen de un niño que duerme plácidamente en su cuna: lo vemos en paz, tranquilo, confiado en la vida. Su despertar no es angustioso, sino más bien sereno, tal vez un poco malhumorado. Sí, estaba bien en el sueño y ahora debe enfrentar las tareas de la vida: alimentarse, relacionarse con el mundo, aceptar que alguien lo cuide y, tal vez, le imponga algo que no quiera, como bañarse o vestirse.

Nos gusta dormir, suspender toda actividad y poder descansar; los días son largos, pesados y agotadores: bienvenido sea el **sueño reparador**. Nuestra salud y calidad de vida dependen - y mucho - del sueño: sistema inmunológico, eliminación de una parte del estrés, una piel más hermosa y un larguísimo etcétera.

Muchas iniciativas y labores quedan pendientes; sin embargo, necesitamos del sueño para poder recomenzar las tareas el día siguiente. Tal vez el sueño nos recuerda que “no podemos tenerlo todo bajo control”: si queremos tener “algo bajo control” de día, debemos dejar el control de las horas de descanso al sueño; el dormir nos recuerda nuestro estado de **seres “indigentes”, necesitados, no autosuficientes**. El dormir nos recuerda que nuestro cuerpo tiene sus ritmos y debemos - lo queramos o no - obedecerlos; es una petición para que aprendamos a sentirnos parte del universo y de la naturaleza, y no superiores o dueños de ellos. Es, en este sentido, un aprendizaje de humildad.

Dormir “con” expresa, también, una **relación de intimidad**; nos referimos a menudo a la intimidad afectivo-sexual: esta pareja duerme (o ha dejado de dormir) juntos. También con los hermanos hemos dormido juntos, y eso ha propiciado una relación de intimidad, también de complicidad para compartir los pequeños o grandes secretos: una complicidad que el paso del tiempo no elimina.

Lamentablemente, también los proyectos o **las iniciativas pueden “dormir”**, entrar en un estado de hibernación; los sueños se estancan y las fuerzas van menguando, no siempre se encuentra la colaboración esperada y por eso los sueños “quedan en el cajón”.

Puede pasarnos, también, que **nuestro estilo soporífero haga “dormir” a nuestro auditorio** (o a los que leen estos renglones): funcionamos - a pesar nuestro - como anestésicos y no encontramos la manera de crear una “conexión” real, fuente de vida relacional. Lo aburrido asemeja al sueño de la muerte e interrupción de toda relación. En este caso, puede ser útil para “hacer dormir al bebé”, sin embargo, tampoco aquí lo aburrido sirve: el bebé es pequeño, pero no tonto...

Los anestesiólogos y los dentistas hacen **“dormir” a los pacientes** o partes del cuerpo que necesitan de una cirugía; los veterinarios “duermen”, es decir, sacrifican o matan **a los animales**: por un lado, una intervención terapéutica a fin de bien, por otro lado, una actividad violenta y de rechazo de la vida. El dormir oscila **entre la vida** (terapia, salud, bienestar) y **la muerte**, hasta las prácticas delictuosas de la eutanasia o el suicidio asistido. Un refrán, atribuido a Edward Young, manifiesta la relación entre sueño y muerte: “Cada noche

morimos; cada mañana nacemos de nuevo. Cada día una nueva vida”. Ya la mitología griega ponía una relación muy estrecha entre “Hipnos” (el sueño) y Thánatos (la muerte sin violencia): eran gemelos.

Se nos invita, también, a **no “dormirse en los laureles”**. En la tradición romana antigua, quien ganaba una batalla o los juegos regresaba premiado con una corona de laurel; dormirse en los laureles sería sinónimo de relajarse, no echarle ganas a la actividad o hacerla con poco empuje. El éxito, en particular si ha sido fácil o casual, no siempre es buen aliado de una actividad comprometida. El sueño no es para evadir las responsabilidades, sino para recargar de energías nuestro cuerpo y voluntad para enfrentar los desafíos con valor.

Necesitamos también de los sueños. De Unamuno nos recuerda que “de razones vive el hombre, **de sueños sobrevive**”. Sí. Nuestra vida sin sueños se iría achatando en una sobrevivencia aburrida y estéril. El soñar se conjuga, en este caso, con la actitud y virtud de la esperanza.