

# La angustia como vórtice del sueño

Es necesario aclarar dos conceptos fundamentales en los argumentos presentados a continuación. El sueño, según la Real Academia de la Lengua (2018), es el conjunto de sucesos o imágenes que se representan en la fantasía de alguien mientras duerme; por otro lado, la angustia es definida como una sensación de temor opresivo. De esto, se puede deducir la gran diferencia entre ambos conceptos y la cotidianidad de estos en la realidad.

Los términos abordados anteriormente fueron tratados de manera individual por los filósofos Friedrich Nietzsche y Jean Paul Sartre, siendo dos tópicos de carácter fundamental en sus teorías particulares. El concepto de angustia, para Sartre, es un valor intrínseco del ser humano, considerándose como el sentimiento propio de la libertad; según Sartre, en su ensayo *El existencialismo es un humanismo*, el hombre es angustia. Esto significa que el hombre que se compromete y se da cuenta que él no se elige únicamente a sí mismo, sino que elige a toda la humanidad, se somete a un bucle en el cual no podrá escapar de un sentimiento de total y profunda responsabilidad. Para Sartre, el “*ser para sí*” proporciona la “*existencia auténtica*”, en el que el dolor, la angustia y los azares de la vida, forman parte de la cotidianidad.

Por otro lado, Nietzsche plantea que el sueño es algo propio de todos los seres humanos, y que durante este, se experimenta un estado de imperfección, en el cual se ingresa a una realidad metafísica influenciada por las experiencias, sentimientos y emociones vividas durante la vigilia; al menos así lo asegura en su texto *Humano, demasiado humano*: “Durante el sueño, el hombre, en las épocas de civilización y rudimentaria, aprende a conocer un segundo mundo real; tal es el origen de toda metafísica. Sin el sueño no habría ocasión de distinguir el mundo” (Nietzsche, 1986, p.21). De esta manera, se asegura, que el plano del sueño es netamente metafísico, es una mirada más allá de la realidad, pero que a la vez faculta una capacidad de entender la lógica detrás de la realidad. A diferencia de la antigua concepción de este término, la cual radica en una separación de alma y cuerpo, siendo la cuna de la creencia en los aspectos irreales como espíritus y dioses, él nos propone que durante el sueño, el

---

**David**  
**Daza Gutiérrez -**  
**Samuel**

**Franco Betancur**

Estudiantes Grado undécimo,  
Colegio de la UPB 2018

---

sistema nervioso se haya excitado por distintas causas interiores, y estos espíritus pasan a ser realidades que se viven durante la vigilia, y que repercuten activamente en este segundo mundo, dejando claro que el espíritu del soñador va aún más allá de este estado, y asocia las hipótesis producidas durante el día como reales.

Así, se puede inferir que durante el sueño es posible revivir experiencias y sentimientos que se experimentan cuando se está consciente, con el sueño se está viviendo o reviviendo la realidad; si se acepta este estado de imperfección como un valor intrínseco del ser humano, se podría decir que se vive parte de una realidad auténtica en la cual se experimenta el sentimiento de angustia, el cual se ve reflejado de manera directa durante el sueño.

Pero al mismo tiempo, el hombre se puede separar de la realidad y todo lo que está sujeto a ella; en palabras de Nietzsche, en *Humano, demasiado humano*, "el sueño es una recreación para el cerebro, que durante el día satisface las severas exigencias del pensamiento, tales como han sido establecidas por la civilización superior" (Nietzsche, 1986, p.21). Esto quiere decir que, a través del sueño, se puede escapar de la angustia que causa el diario vivir, llevando a un mundo metafísico, de fantasía, en el cual podemos alejarnos de las responsabilidades cotidianas, pero que a su vez estará guiado por las imágenes y las experiencias vividas durante la vigilia.

El mismo Freud lo afirma en su libro *La interpretación de los sueños*, "la energía psíquica almacenada durante el día a consecuencia de la represión deviene por la noche el resorte del sueño. En este se exterioriza lo psíquico reprimido" (Freud, 1999, p.80). El sueño sirve como un recordatorio de aquello que ha sido aplacado por la consciencia, y sirve como un método para pasar la barrera entre el estado metafísico del sueño y la vigilia.

Se puede concluir que el sueño, aunque sea un estado metafísico, se ve influenciado directamente por las experiencias vividas durante la vigilia, y dentro de éstas se experimenta, de forma frecuente, la angustia presente en la cotidianidad, el sueño hace parte de este estado, así sea evitándolas por medio de fantasías o aceptándolas por medio del simbolismo. Es en este estado, donde se puede generar la síntesis creadora a partir de la unión de los dos opuestos, la racionalidad y la irracionalidad, y se pueden comprender realmente las facetas de la vida y la complejidad del ser humano.

## Referencias

- Freud, S. (1999). *La interpretación de los sueños*. España: Alianza Editorial.
- Nietzsche, F. (1986). *Humano, demasiado humano* (Jaime González, trad.). México: Editores Mexicanos Unidos.
- Sartre, J. P. (1985). *El existencialismo es un humanismo*. España: Editorial Orbis.