

Complutum

ISSN: 1131-6993

<https://dx.doi.org/cmpl.76446> EDICIONES
COMPLUTENSE

Prehistoria de los sueños: ilusiones de un bípedo tumbado

Alberto Lombo Montañés¹

Recibido: 31/10/2020 / Aceptado: 19/04/2021

Resumen: En el presente artículo exploramos las posibilidades que tiene el estudio del sueño en prehistoria. En primer lugar, analizamos el papel del sueño en la evolución humana y su cultura. Finalmente, consideramos que el estudio del sueño puede ser beneficioso para la arqueología.

Palabras clave: Sueño; Dormir; Homínidos; Prehistoria.

[en] A Prehistory of Dreams. The ilusions of a lying down biped

Abstract: In this article we explore the possibilities of the study of dream in prehistory. First, we analyze the role of sleep in human evolution and its culture. Finally, we believe that sleep study can be beneficial for archaeology.

Keywords: Dream; Sleep; Hominids; Prehistory.

Sumario: 1. Introducción. 2. Justificación. 3. Estado de la cuestión. 4. Origen y evolución de los sueños. 5. El arte de dormir: el sueño como técnica y representación. 6. Ventajas e inconvenientes de una prehistoria de los sueños. 6.1. Cuestiones de método y teoría. 6.2. Experiencias oníricas ¿universales? 6.3. El bípedo tumbado. 6.4. Los sueños y la creatividad. 6.5. ¿Discrepancias o acuerdos? 6.6. El futuro incierto de los sueños. 7. Epílogo. Bibliografía.

Cómo citar: Lombo Montañés, A. (2021): Prehistoria de los sueños: ilusiones de un bípedo tumbado. *Complutum*, 32(1): 9-27.

1. Introducción

Pasamos al menos un tercio de nuestra vida durmiendo, sin embargo los sueños no parecen tener un lugar dentro de nuestra realidad cultural (Galinié *et al.*, 2010: 820 y 821). No los encontraremos en los manuales de Historia y mucho menos en los de Prehistoria, es como si el Hombre dejara de existir durante la noche (Wright, 1964: 13). Pero la historia no se detiene cuando nos vamos a la cama, ni tampoco nuestro cerebro deja de funcionar. No lo hace ahora, ni lo ha hecho anteriormente, porque el sueño, es obvio, tiene un pasado prehistórico. Es uno de los fundamentos evolutivos que Darwin olvidó mencionar. El sue-

ño, sin lugar a dudas, forma parte de nuestra peculiar historia evolutiva (Nunn y Samson, 2018). Emerge de la naturaleza como una necesidad biológica de gran trascendencia para el primate bípedo. Sí, es cierto, estamos hechos de sueños, pero también de las maneras y los objetos creados para conciliar el sueño. De este modo, se han pasado por alto los aspectos materiales que rodean al sueño, como las camas, las almohadas o las técnicas corporales para dormir. Desde antaño los sueños han interesado por su contenido o el desciframiento de lo que se sueña. Esto tiene un cierto valor para la ciencia, pues los que han creído poder interpretar el significado de los sueños, nos revelan que los sueños son ante todo narración

¹ Departamento de Prehistoria. Universidad de Zaragoza,
E-mail: albertolommon@hotmail.com

e imagen. Pero eso no es todo, el fenómeno del sueño incluye otras muchas perspectivas, entre las que se encuentran los hábitos nocturnos (Galinier *et al.*, 2010). Como puede intuirse, múltiples disciplinas se interesan por partes de un fenómeno muy complejo. En el camino entre todas ellas se producen curiosos encuentros que afectan a la prehistoria. Y es que los sueños no solo han dejado su huella en la configuración de nuestro cerebro, sino también en el propio registro arqueológico (Whitley y Whitley, 2012: 255). Por esta razón, merecen un lugar en el estudio de la arqueología o en la denominada “prehistoria de la mente” (Mithen, 1998). Los datos que nos ofrece la paleontología son cruciales para entender cómo pudieron haber dormido nuestros antepasados al descender de los árboles. Se inicia entonces un proceso a largo plazo, que engloba aspectos fisionómicos, psicológicos y cognoscitivos, que han influido en el surgimiento del hábitat y en las narraciones orales y visuales. Todo ello obedece a un complicado engranaje en el que se mezclan los comportamientos biológicos con los culturales. Nuestra intención es acercarnos lo máximo posible a la comprensión global de dicho fenómeno. Para ello hemos creído necesario expresarnos en un lenguaje sencillo y útil para todas las ciencias humanas. Por último, no queremos concluir esta introducción sin hacer una serie de observaciones que nos han surgido a lo largo del estudio. Muchas son las dudas y preguntas que nos quedan por hacer, pero ante todo hubo una idea que nos motivó y guió durante todo el trabajo. A lo largo del mismo descubrimos que tenemos un tipo de sueño muy peculiar que nos distingue y caracteriza como especie. Este rasgo casi nunca se tiene en cuenta a la hora de definir la naturaleza de la especie humana, no al menos tanto como se recurre al bipedismo. Sin embargo, los rasgos morfológicos y mentales del sueño están entrelazados y son inseparables. Los sueños de nuestra especie son los sueños de un primate bípedo. Tener, como se dice vulgarmente, “los pies en el suelo” no es de todo natural en una persona, pues omite una característica fundamental de nuestra especie. Somos una especie soñadora, o si se prefiere, una especie terrestre que sueña. Es por lo tanto importante indagar que es lo que sucede cuando el bípedo yace tumbado. Porque el análisis científico de esas “cosas que suceden” son la columna vertebral del presente trabajo.

2. Justificación

La ciencia que se dedica al estudio del pasado humano, no puede dejar de lado un fenómeno que le ha acompañado durante toda la evolución. Sobre todo porque es posible que los sueños hayan tenido un papel importante en la configuración de nuestra especie y en el desarrollo de nuestra cultura (Nunn y Samson, 2018). Ahora bien, los prehistoriadores estamos obligados a evaluar si toda esta información se adecua o no a los escasos restos materiales de los que disponemos. Debemos por lo tanto ser cautelosos y advertir que los restos arqueológicos conservados pueden ser interpretados de muchas maneras. Con todo ello, pensamos que esto supone un avance considerable en el estudio de una materia tan fútil como los sueños. Es más, nos permite conocer mejor nuestro pasado, extender nuestros campos de estudio y nuestros dominios de comprensión. Salirse un poco de la temática a la que nos tiene acostumbrados el ámbito académico, no significa proceder en contra de la objetividad científica (Ruiz, 2017: 27). Es más, deberíamos reconocer que la prehistoria es un campo privilegiado para estudiar el origen de cierto tipo de fenómenos. Esta circunstancia, poco aprovechada en general, la convierte en una ciencia interesante para todo el mundo.

3. Estado de la cuestión

¿Cuál es el origen de los sueños, o lo que es lo mismo, desde cuándo soñamos? Esta es una de las muchas preguntas a las que trataron de responder los autores griegos y latinos de la Antigüedad. Imposible resulta desde entonces hacer un balance de la bibliografía escrita sobre este tema, a veces tan popular, tan usado y manipulado por el ámbito esotérico, que apenas era útil para pensamiento científico. Pero había ideas razonables sobre el contenido universal de los sueños, que eran dignas de ser tenidas en cuenta. Por ejemplo, el sueño con volar, mencionado por Artemidoro y analizado por Freud a principios del siglo XX; o el sueño con muertos, mencionado por Herodoto, Pausanias, Cicerón y Tertuliano, recuperado por Tylor (1981) a finales del XIX. Desde entonces la antropología se ha interesado por los sueños de las comunidades cazadoras-recolectoras (Lincoln, 1935;

Tedlock, 1987), ofreciéndonos no solo un valioso catálogo de sueños, sino revelando toda una serie de técnicas del dormir (Mauss, 1979: 349), que nos confirman el carácter histórico y cultural de los sueños. Y lo que es más importante, la relación estrechísima entre los sueños y las producciones culturales, como las canciones (Roseman, 1994; Tedlock, 1994: 14; Dean, 1996: 63), los mitos (Gillison, 1994: 98; Tedlock, 1994: 19) y el arte visual (Lewis-Williams, 1987; Epstein, 1990; Whitley y Whitley, 2012: 255). Estos datos no revelan el carácter primitivo de los sueños, sino una manera de entenderlos que puede ser típica de sociedades nómadas cazadoras-recolectoras. No es de extrañar que los historiadores se hayan interesado en rescatar su historia (Burke, 1973); pero lo han hecho como si no hubieran existido antes, como si no tuvieran una prehistoria. Los estudios de etología primate nos han permitido saber cómo duermen nuestros parientes vivos (Sabater, 1984; 1985) y nos ayudan a conjeturar hipótesis de cómo lo hacían los homínidos (Coolidge y Wynn, 2006a; Nunn y Samson, 2018). La psicobiología, entre otras ciencias, nos permite conocer los rasgos estructuradores y las raíces evolutivas del sueño. Entre los distintos tipos de sueños, destaca la importancia evolutiva del sueño REM (Allison y Van Twyver, 1970; Nunn y Samson, 2018) y la capacidad narrativa de su contenido, eminentemente visual (Roffwarrd *et al.*, 1962; Madsen *et al.*, 1991; Ramos, 1996b: 184; Cyrulnik, 2001: 462). Al parecer, las especies altriciales y los animales que duermen en sitios seguros, pueden tener más alta capacidad de sueño REM (Ramos, 1996a: 64 y 65). Este tipo de sueño parece relacionado con el desarrollo cognitivo y las estrategias de descanso adoptadas por las distintas especies. Cada especie animal tiene lugares, posturas y ritmos distintos de sueño, que dependen en gran medida del entorno ecológico en el que han evolucionado como especie (Rechtschaffen y Siegel, 2000; Keene y Duboue, 2018).

4. Origen y evolución de los sueños

El sueño, como el lenguaje o el bipedismo, es un rasgo conductual sometido a las leyes de la evolución (Weeb, 1975; Revonsuo, 2000: 898; Flanklin y Zyphur, 2005: 65; Nunn y Samson, 2018). Todos los animales sienten

la necesidad biológica de reservar o mantener energía en relación con las variables ambientales o la disponibilidad de alimentos (Zeppelin y Rechtschaffen, 1974). La hibernación es un ejemplo claro de estrategia adaptativa ante la falta de alimentos durante el invierno. El sueño actúa como una auténtica ley de la naturaleza, porque la energía no es constante en los seres vivos y los animales la regulan en periodos de mayor o menor intensidad. Es así como las especies establecen sus ritmos vitales, adaptándose a las circunstancias que les ha tocado vivir. Al igual que el ser humano, los animales no se echan a dormir de pronto en cualquier sitio (Ramos, 1996a: 58). Además adoptan diferentes posturas, por ejemplo el zorro duerme recostado para mantener el calor corporal. Los lugares, las posturas y la duración son solo tres de las múltiples variables que han contribuido a crear diferentes tipos de sueños. El que más nos interesa es el llamado sueño paradójico o REM (*rapid eyes movements*), porque al parecer pudo haber evolucionado en aves y en mamíferos, no en reptiles (Ramos, 1996a: 61). Este tipo de sueño permite descansar mejor el cerebro, para disponer de un uso más eficiente de los sentidos durante la vigilia (Horne, 1988). Es lógico pensar que nuestros parientes primates aprovecharan este tipo de sueño (Nunn *et al.*, 2010), pero al parecer solo unos pocos, entre los que se encuentran nuestros antepasados vivos más cercanos (Bert, *et al.*, 1996), lo potenciaron como una posible ventaja adaptativa (Nunn y Samson, 2018).

El estudio de Pi Sabater sobre el sueño en gorilas y chimpancés del África occidental es revelador al respecto (Sabater Pi, 1984: 123 y 198; Sabater Pi, 1985). Todos los póngidos desde que se liberan de la dependencia de sus madres a los cinco o seis años fabrican individualmente cada anochecer, un nido para dormir. Más que nidos, dice el mencionado autor, son funcionalmente “camas” cuya finalidad exclusiva es la comodidad durante el sueño. También les aporta cierta seguridad, pues los póngidos son animales indefensos cuando falta la luz. El sueño en otros primates es más entrecortado, con sobresaltos y desvelos, los papiones por ejemplo duermen sentados en los árboles. El hombre, el gorila y el chimpancé, continúa el autor, tienen una tipología de sueño distinta, la postura tendida implica otro tipo de regulación del tono muscular, un estado de relajación que conduce

al nivel cuatro del sueño. Este es un aspecto que merece ser recalcado, la posición humana para dormir es radicalmente distinta a la de la vida diurna. Este tipo de sueño es el que dispensa más descanso reparador, especialmente a nivel cerebral por lo que Sabater piensa que ha podido tener un papel relevante en el desarrollo encefálico de nuestra familia homínida (Sabater Pi, 1985: 13 y 23). Es más, algunos autores piensan que las madres homínidas promovieron mediante arrullos este comportamiento en sus hijos (Dissanayake, 2000; Falk, 2004).

Es curioso que ciertos estudios sobre el origen del lenguaje y la música hayan coincidido, con las tesis de Sabater. Según estos trabajos, las primeras nanas pudieron ser muy antiguas (Mithen, 2007: 296), a tenor de la predisposición que muestran los bebés por determinados ritmos sonoros (Trehub, 2003). Ciertamente, la tendencia a dormirnos mediante cantos o movimientos rítmicos parece innata en nuestra especie y podría tener unas raíces evolutivas. No es descabellado pensar que las madres homínidas inventarán una forma para estimular el sueño placentero de sus crías. Dado que los bebés humanos nacen desprotegidos y antes de tiempo, los sueños forman parte del crecimiento natural del niño. Y aunque no tenemos todavía claro lo que sucede mientras duermen, sí sabemos que pasan una buena parte de su vida soñando en el tipo REM, lo que para algunos autores estaría relacionado con su desarrollo cerebral (Roffward, *et al.*, 1966). Pero si los sueños tuvieron un papel relevante en la evolución de nuestras capacidades cognitivas (Samson y Nunn, 2015), es gracias a las estrategias de nuestros antepasados para mejorar este tipo de conducta. El cambio se produjo cuando aumentó la masa corporal de nuestros parientes bípedos, haciéndose demasiado pesados para dormir sobre las ramas de los árboles (Coolidge y Wynn, 2006a). Esto provocó un cambio en las posiciones para dormir, pues el suelo es una superficie más amplia y plana, sin peligro

de caída. Al mismo tiempo se debían contrarrestar los nuevos peligros del sueño terrestre, es entonces cuando se potenciaron conductas o habilidades nuevas en torno al sueño. Se idearon hogares o espacios cada vez más resguardados y seguros para pasar las noches. Evitando, entre otras cosas, continuos despertares a causa del viento, la lluvia o el frío.

Es probable que haya pruebas arqueológicas que remontan este comportamiento a hace casi dos millones de años. Algunos autores piensan que el círculo de piedras de Olduvai, así como otras estructuras similares, no pudieron haberse formado de manera natural como sugiere Potts (1984); sino que es todo lo que ha quedado de un habitáculo para descansar o dormir (Leakley, 1958; 1971; Clarke, 1966: 218; Chavaillon, 1970: 6 y 7; Isaac, 1984; Mania, 1990). Los hábitats de los homínidos, sobre todo gracias a la protección del fuego, tuvieron que ser lugares cada vez más confortables (Sabater, 1985: 109 y 110). Hace aproximadamente unos 150000 años, por ejemplo, construyeron en la cueva de Lazaret una gran cabaña protegida del viento (Lumley *et al.*, 1969). Como la choza no aprovecha en exceso la luz del sol, se ha pensado que servía ante todo para el reposo y el sueño (Lumley *et al.*, 1969: 200 y 201). Además, en su interior se encontraron unos lechos acomodados con hierbas marinas, que es muy posible estuvieran cubiertas por pieles de animales (Lumley *et al.*, 1969: 199), a modo de “colchones” (Brézillon, 1969: 139). Los restos conservados son escasos, pero podrían estar revelándonos una paulatina mejora en la calidad del sueño. Lo que a su vez, provocaría, a lo largo del tiempo, un mejor rendimiento cerebral (Coolidge y Wynn, 2006a). Al estar más descansados, los cerebros de los homínidos lograron funcionar de manera más efectiva. No solo eso, también debido a los sueños, los cerebros son cada vez más proclives a funcionar de manera más imaginativa (Revonsuo, 2000; Flanklin y Zyphur, 2005).

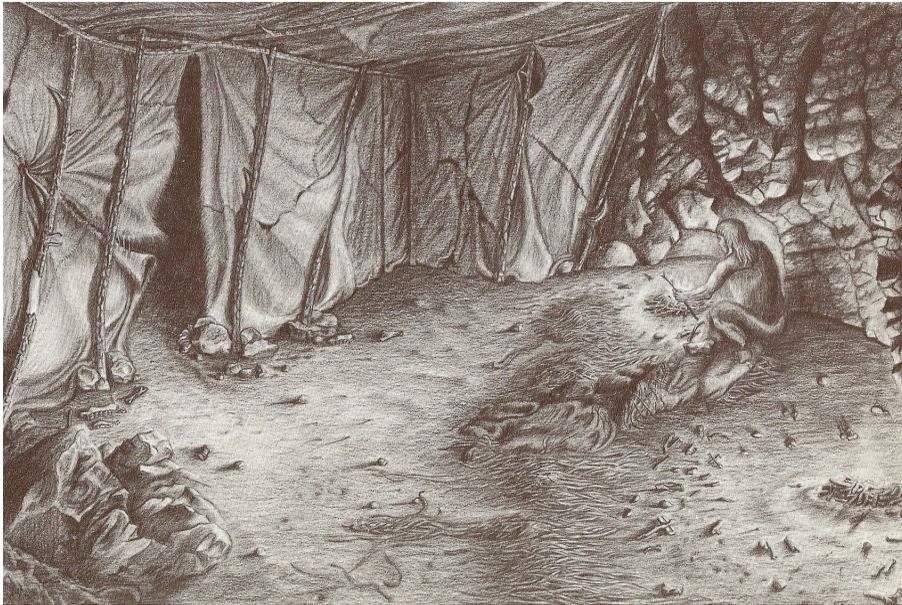


Figura 1. Recreación del interior de la cabaña de Lazaret, con un lecho de hierbas marinas recubiertas con pieles (Lumley *et al.*, 1969: 222, pla. 3).

El contenido de los sueños está formado básicamente por imágenes que pueden ser tanto reales como fantásticas. Las elaboraciones oníricas no solo crean imágenes, sino les dan vida. Esto es importante recalcarlo, las imágenes cobran vida por primera vez en el sueño. Es decir, los sueños crearon imágenes mucho antes que las artes visuales. E incluso algunos investigadores sugieren que pudieron haber tenido un papel importante en el arte paleolítico (Vialou, 2009: 465; Otte, 2017: 156). Ciertamente, las primeras expresiones artísticas no nacieron de la nada (Helvenston y Bahn, 2003), tenían tras de sí ya un valioso repertorio de imágenes oníricas que pudieron haber sido utilizadas de muchas maneras (Coolidge y Wynn, 2006b). Porque los sueños no son solo imágenes sin sentido, sino que poseen una estructura narrativa. El sueño REM por ejemplo posee una calidad narrativa sorprendente, con escenarios, protagonistas y cierta coherencia temática (Ramos, 1996b: 184 y 186). El sueño crea historias en imágenes, estos relatos suelen ser experiencias reelaboradas de sucesos acontecidos durante la vida diurna. Ahora bien, la narrativa del sueño es muy compleja en la especie sapiens; pero es presumible que no fuera tan compleja en los homínidos. Cuando los sueños dejaron de ser algo íntimo y pudieron relatarse mediante el lenguaje verbal, entraron de lleno en el orbe cultural. Efectivamente, los sueños son experiencias personales compartidas con el grupo

mediante la narración (Eggan 1949: 197; Hollan, 2004: 172). Así nace la estrecha relación entre los mitos y los sueños (Tedlock, 1994: 19). Dicha relación va más allá de una mera presencia de los sueños en los mitos (Eggann, 1965), pues ambos fenómenos están estética y narrativamente entrelazados, hasta el punto que resulta imposible discernir el origen de sus relativas influencias; sin embargo, no se debe pasar por alto el hecho de que el contenido narrativo de los sueños es anterior al de los mitos. Y resulta difícil pensar que no influyeron en su creación. Esto contradice la afirmación de que los mitos crean los sueños (Burke, 1973: 332), es más sensato precisamente pensar en lo contrario. Es más, se puede decir que el sueño habilita el mundo de la ficción en todo su esplendor: la imaginación, el símbolo... (Malrieu, 1971: 21). Si creemos a los Arunta del norte de Australia, los sueños son el tiempo en el que todo se creó. El llamado *Dreamtime* es, además de un mito de la creación, toda una filosofía (Dean, 1996). Es interesante comparar esta visión de los sueños con la de los autores grecolatinos. Lucrecio afirma que los dioses se presentaron a los hombres por primera vez en los sueños (Nietzsche, 1981: 41). Herodoto, Pausanias, Tertuliano o Cicerón escribieron sobre los muertos que se aparecen en los sueños, considerándolo en ocasiones un tema universal (Tylor, 1981: 44, 54, 61 y 80). Ello dio pie a que Tylor elaborara la curiosa idea sobre el ori-

gen del alma, tan justamente criticada, pero injustamente dejada de lado (Harris, 1982: 410; Geertz, 1987: 96 y 97). Porque es muy posible, y resulta bastante razonable, creer que los muertos aparecidos en sueños dieran pie a la creencia en su existencia en un mundo más allá, o a una especie de conciencia de la idea del alma (Cyrulnik, 2001: 463). Así pues, el pueblo Temiar ha elaborado toda una teoría del sueño en torno a la idea del alma (Roseman, 1994: 121 y 125). Estas comunidades, como tantas otras, creen que el alma del soñador (lo que en otras culturas se equipara a un doble o a una sombra), puede salir de su cuerpo cuando sueña, para encontrarse a su vez con otros espíritus. Las mujeres Gimi de Papúa Nueva-Guinea, dicen soñar con los espíritus de hombres muertos o ancestros que favorecen el nacimiento de sus hijos (Gillison, 1994: 96). Como ya hemos dicho, el sueño parece estar en el origen de casi todos los ámbitos del imaginario humano, aunque resulta prácticamente imposible evaluar hasta qué punto ejercieron su influencia. Respecto al contenido de alguno de ellos, merece la pena mencionar el sueño con volar, recogido por Artemidoro hace dos mil años (II, 68), porque parece tener una extraordinaria continuidad, tanto en las culturas occidentales (Freud,

1992: 93 y 93), como en las orientales (Seligman, 1923; Lincoln, 1935). Según Vialou, algunas extrañas representaciones humanas del arte parietal de Tassili parecen flotar en el espacio como en los sueños (Vialou, 2009: 474). Ciertamente, el llamado “nadador” de Tin Tazariff no está rodeado de fauna acuática, sino se mantiene “flotando” por encima de algunas representaciones (figura 2). No tiene alas, a no ser que un trazo curvo que le sale detrás del brazo pueda ser interpretado así. Esto coincide con el sueño del volador, que siempre es sin alas y más bien flota, desafiando a la gravedad terrestre. San Jerónimo nos cuenta que ha soñado con frecuencia con volar por encima de la tierra, los mares y montañas “como si nadara en el aire” (Cox Miller, 2002: 253). La enorme recurrencia de los vuelos oníricos, de cuya existencia tenemos constancia desde la Antigüedad hasta nuestros días, nos induce a considerarlo como un posible tema universal. La universalidad de este sueño puede tener una base biológica, común para todos los seres humanos, en el deseo de superar los límites impuestos por nuestra naturaleza terrestre. Así es como el bípedo tumbado, se libera del peso de la gravedad que durante la vida diurna le ata a la tierra.



Figura 2. El “nadador” de Tin Tazariff, Argelia, arte neolítico (Vialou, 1991: 305, fig. 320).

5. El arte de dormir: el sueño como técnica y representación

La idea de que echarse a dormir es algo natural es algo inexacta, nos advierte Marcel Mauss. Hay sociedades que duermen en el suelo, otras usan esteras, hamacas, reclinatorios para

la nuca. Unos duermen en grupos, formando círculos, otros asilados e incluso se puede dormir mientras se camina o parado de pie, como los masáis (Mauss, 1979: 349). Los piraha del valle de Mauici en el Amazonas, apenas duermen varias horas seguidas, se despiertan por la noche diciendo “no duermas, hay ser-

pientes". No duermen mucho de una sola vez, porque creen que así se endurecen y protegen de posibles peligros nocturnos (Everett, 2014; Fernández-Armesto, 2016: 50 y 51). Tampoco los inuits ven con buenos ojos dormir mucho tiempo, y durante las peculiares noches árticas, invierten el ciclo de la vigilia y el sueño, durmiendo durante el día y velando durante la noche (Bordin, 2016: 114 y 117). Los grupos cazadores-recolectores han adoptado diversas fórmulas para dormir, pero parece que no duermen tanto, o al menos no tan prolongada y monótonamente, como lo hacemos hoy (De la Iglesia, *et al.*, 2015; Smit *et al.*, 2019). Otro aspecto destacable es la capacidad que han mostrado las diversas culturas humanas para regular el tiempo y las condiciones generales del sueño, dependiendo de las circunstancias. Y lo han hecho adiestrando su cuerpo, mediante lo que podríamos denominar técnicas corporales del sueño (Mauss, 1979: 347-349). La única que a nuestra cultura no le resulta extraña, es la practicada en ciertos lugares para evitar las horas más calurosas del día, y que es conocida con el nombre de siesta (figura 6). Pero la siesta no deja de ser un sueño corto, que otras culturas practican en circunstancias muy diferentes. Los Malinké de Costa de Marfil y Malí, por ejemplo, reducen el tiempo de sueño en ciclos muy breves durante la caza (Kedzierska, 2006). El cazador puede recorrer hasta cuarenta kilómetros en busca de una presa, por terrenos abruptos y con poca comida y agua. Además la persecución del animal puede durar varios días en los que el cazador no puede ni encender un fuego. El organismo del cazador entra en un estado deficitario, provocado principalmente por la ausencia de agua y alimentos. Sin embargo el cazador Malinké tiene un método para gestionar su cuerpo en tales condiciones de fatiga. Como tampoco puede perder el rastro y un sueño largo podría desconcentrarle, duerme en tiempos muy cortos a intervalos regulares. Estas cabezadas le permiten recuperarse sin perder el ritmo, ni las aptitudes de caza. La caza para los Malinké no es una simple actividad física, sino una actitud mental, que implica toda una metafísica o percepción del mundo (Kedzierska, 2006: 50 y 52). No en vano los Malinke, como otras tantas culturas ágrafas, confieren mucha importancia a los sueños. La variedad con la que las culturas humanas han usado estas técnicas es prácticamente inabarcable. Los aborígenes australianos del desierto de Gibson nos dan una idea de

hasta donde pueden llegar estas técnicas corporales. En este lugar, las noches son frías, pero los aborígenes no tienen hogares, duermen desnudos a la intemperie. Lo hacen ralentizando su flujo sanguíneo de tal forma, que deben desentumecerse todas las mañanas al despertar. Las técnicas del cuerpo demuestran que ni siquiera son cesarías las comodidades materiales para conseguir sueños placenteros.

Resulta imposible saber si los grupos paleolíticos practicaron algún tipo de sueño parecido durante la caza. Lo que nos han dejado han sido algunas grafías de animales durmiendo. En Limeuil se grabó un zorro en reposo, con la cola enrollada sobre las patas con un realismo sorprendente (Tosello y Fritz, 2013: 52). Esta posición es la que adoptan los zorros cuando duermen en invierno, se envuelven sobre su cuerpo para mantener el calor corporal. Efectivamente, como afirma Gilles Tosello el realismo es sorprendente sobre todo porque se trata de un grabado muy pequeño, una auténtica miniatura hecha con gran maestría (figura 3 A). Observemos que lo que se representa aquí es el acto de dormir. Los artistas paleolíticos eran grandes observadores y estudiosos de las costumbres de los animales, conocían a la perfección la postura de reposo del zorro, hasta el punto de reflejarla con una exactitud prodigiosa. Tenemos otro ejemplo de representación de un animal durmiendo en la Fuente del Trucho (figura 3 B). En la Fuente del Trucho se hizo un gran oso en la típica posición de hibernada (Utrilla *et al.*, 2012: 528-529). La hibernación es un estado muy similar al del sueño, una especie de sueño largo y profundo, durante el cual se reducen al mínimo la respiración y la actividad cardiovascular (Ramos, 1996a: 62). La extraordinaria capacidad del oso para pasar durmiendo gran parte del invierno y despertar durante la estación primaveral, no ha pasado desapercibida para los grupos paleolíticos, que a menudo se adentraron en las mismas cuevas donde hibernaban los osos. Por todas estas razones, no es extraño que la deshibernación del oso haya significado, en algunas tradiciones europeas, el final del invierno y el principio de la primavera (Gaibnebet, 1984: 8). En Bielsa por ejemplo, el despertar del oso señala el paso entre las estaciones invierno-primavera (Roma, 1980: 70). Esta simbología está dominada por la visión agraria del mundo; pero la resurrección del oso también pudo cautivar a los grupos cazadores-recolectores (Lajoux, 2002: 230).

En el arte paleolítico no tenemos imágenes explícitas de humanos durmiendo, salvo quizás dos bajos relieves en la cueva de La Magdeleine-des-Albis (figuras 3 D). Nos referimos a dos graffias femeninas hechas, la una en frente de la otra, en posición tumbada o recostada. En un gesto típico del durmiente, una de sus manos parece acomodar la cabeza. Pero resulta imposible saber si están durmiendo o simplemente en una actitud de descanso. E incluso es posible que tengan una simbología relacionada con la fertilidad, de hecho no el balde se las bautizó como “venus” (Bétirac, 1954). A título meramente orientativo, podemos comparar estas graffias con la *Venus dormida* de Giorgione (1507-1510) (figura 3 E), o incluso con la de Paul Delvaux (1944). Sea como fuere, cabe añadir que ambos bajo relieves siguen y aprovechan las formas naturales que la pared les evoca. También en Salt Lake City hay una montaña cuya forma evoca una mujer dormida para los indios Ute (Helvenston y Hodson, 2010: 71).

En el arte levantino de Covetes del Puntal en la Valltorta encontramos una pequeña figura humana en una posición desconcertantemente insólita (figura 3 C). Esta inclinada hacia abajo, aprovechando la estructura de un soporte, que forma parte del conjunto de la imagen (López, 2007: 539). Si bien es cierto que la

postura de la figura recuerda a la de un enterramiento, también recuerda a la de un durmiente. Además, la posición ideal para representar a un muerto suele ser ligeramente distinta a la presente. Por los ejemplos conservados en animales y humanos flechados del arte levantino, la muerte se representa normalmente boca abajo, con la patas hacia arriba, por así decirlo. No conviene olvidar que la posición de la presente figura es sutilmente distinta y quizás requiera una lectura alternativa. ¿Es posible que la figura haya sido realizada para ser vista desde arriba?, no faltan ejemplos del uso de esta perspectiva en el arte levantino (Martínez Bea, 2006-2008). La posición de su cuerpo bien podría ser también la de un durmiente, encajado en una estructura natural de la roca, que podría representar un lecho.

Una figura que no ofrece ninguna duda es una estatuilla neolítica hallada en el hipogeo de Hal Salfieni en Malta (3600-2500 BP). La llamada “mujer durmiente” se encuentra tumbada sobre una especie de cama y la cabeza apoyada sobre algún tipo de almohada (figura 3 F). Esta posición, sobre todo la de los brazos, es el gesto que distingue al soñador en el arte occidental, sobre todo a partir de la Edad Media (Le Goff y Truong, 2005: 74-75), hasta nuestros días (figura 6).

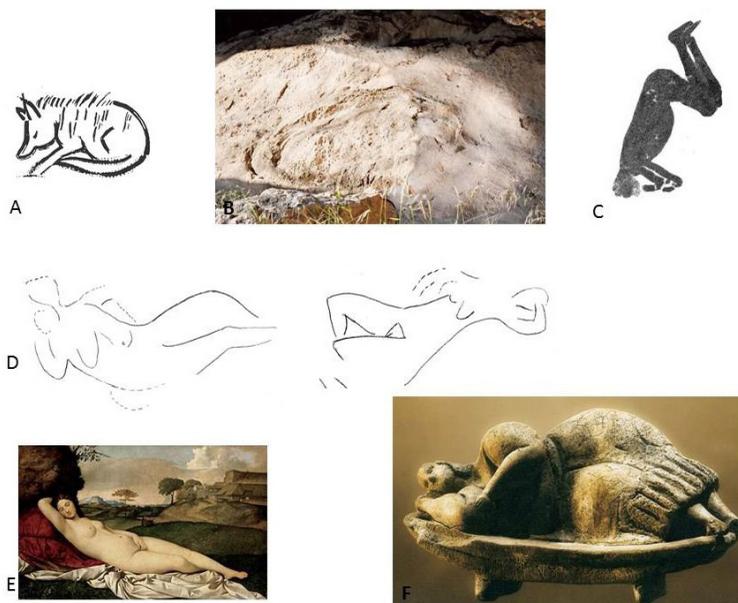


Figura 3. A Zorro durmiendo de Limeuil (Tosello, 2003: 90, fig. 35). B Oso hibernando de la Fuente del Trucho (Utrilla *et al.*, 2015, fig. 1). C Figura humana de Covetes del Puntal (López, 2007: 539, fig. 12. 22b). D Bajo relieves de La Magdeleine (Lorblanchet, 2010: 418 figs. 34 y 35). E Venus dormida de Giorgione. F “The Sleepeng Lady” de Malta (Reznikoff, 2014, fig. 1).

6. Ventajas e inconvenientes de una prehistoria de los sueños

6.1. Cuestiones de método y teoría

El hecho de que el contenido de los sueños parezca inmune al paso del tiempo, ha hecho que algunos autores llevaran su influencia demasiado lejos. Es el caso de las teorías de Freud y Jung, según las cuales el sueño revela el pasado, pues de él procede (Freud, 1992: 647; Jung, 1992: 102). La conocida como “teoría de la regresión”, basada en los conceptos de progreso evolutivo, es totalmente inaceptable. Lo que no quiere decir que debemos desechar todas las reflexiones elaboradas por estos grandes pensadores. Se pueden encontrar ideas acertadas en teorías erróneas. No se debe menospreciar las aportaciones de los pioneros en los campos de las ciencias humanas. Un ejemplo de ello es la idea de que los muertos que aparecen en los sueños pueden explicar la creencia en la existencia de una vida tras la muerte (Tylor, 1981). La idea acerca del origen del alma y el más allá en los sueños, ha sido bastante criticada; pero en nuestra opinión, sigue siendo muy sugerente, si la enfocamos bien. Es decir, si entendemos los sueños con difuntos como una experiencia que pudo haber sido motivo de reflexión sobre la continuidad de la vida tras la muerte y no como una creencia fruto de la credulidad indígena. No es descabellado plantearse esta cuestión, pues la pérdida repentina de un ser querido puede ser una ruptura traumática en la mente. Las personas cercanas que de pronto desaparecen físicamente, no desaparecen tan fácilmente de nuestra mente; sino que de alguna forma siguen presentes en el recuerdo, en la memoria e incluso en nuestra retina.

Las teorías de Freud influyeron en las primeras recopilaciones de sueños indígenas (Rivers, 1917; Seligman, 1923; Lincoln, 1935; Morgan, 1932; Eggan, 1949). En nuestra opinión, esto tuvo una consecuencia positiva y otra negativa. La buena era que el material se centró en temas cotidianos y la mala que en ocasiones los antropólogos creían poder diagnosticar enfermedades indígenas a través de sus sueños. Ahora bien, el material cotidiano está lleno de particularidades culturales y metáforas arbitrarias, que dificultan su consideración universal. Por lo tanto, creemos que no debería importarnos tanto el contenido expresado en palabras, como las sensaciones oníricas. Son estas sensaciones de volar o ser atacados, las que pueden

ser útiles en el ámbito de la prehistoria. Por otro lado, se da el caso, bastante paradójico, de que los sueños de los indios ojibwa recopilados por Lincoln en el siglo XX, son más modernos que los recopilados por Artemidoro en el siglo II d. C. Sin embargo, lógicamente estos sueños pueden presentar temas más afines a una sociedad cazadora-recolectora. De todas formas, los antropólogos afrontan una serie de problemas metodológicos a la hora de recopilar los sueños que les son transcritos. En algunos sueños, las imágenes son tan poderosas que los soñadores prefieren dibujar sus sueños a contarlos (Epstein, 1990). Los Tikopia de las islas Salomón, por ejemplo, a veces expresan sus sueños mejor con imágenes que con palabras (Firth, 2001: 13). De esta manera, algunos antropólogos que llevan toda su vida investigando este tema, tienen la sensación de estar contribuyendo más al estudio de los patrones de creación de imágenes que de los sueños (Firth, 2001: 13).

Los estudios sobre el origen del lenguaje se han olvidado del sueño, así como los estudios sobre el sueño se han olvidado del lenguaje. Sin embargo, el sueño tiene un “lenguaje”, o si se prefiere, un sistema de comunicación no-verbal (Guggisberg, *et al.*, 2004). En primer lugar, quizás es posible referirse a los gestos y a los sonidos producidos al aspirar y expirar con la boca. El bostezo es mímica y sonido, además es enormemente contagioso (Norscia y Palagi, 2011). Al bostezar emitimos una señal visual y sonora, cuyo significado tiene que ver con el sueño. En segundo lugar, los antropólogos se han olvidado de las técnicas corporales del sueño, las posturas, las estructuras y los materiales para dormir. Si hoy podemos presumir bastante de conocer los viajes oníricos de los chamanes o el contenido de los sueños de bastantes pueblos ágrafos; no conocemos sin embargo bien cómo duermen y bajo qué condiciones materiales lo hacen. Estos aspectos son imprescindibles para poder plantearse al menos una arqueología de los sueños. Porque la arqueología no vive precisamente de sueños, sino de restos materiales que quizás son productos de él. El análisis de estas estructuras del sueño puede aportarnos muchos conocimientos nuevos, entre ellos cómo se conciben los espacios de la noche.

La inmensa mayoría de estudios científicos sobre el sueño indican una influencia en los procesos de la evolución humana y su cultura. Los datos son suficientemente reveladores como para plantearse al menos las posibilidades que nos ofrecen en el ámbito de la prehistoria. Si bien

es cierto que el tema tiene mala fama entre los prehistoriadores, puesto que autores como Jung creían que sus sueños podrían retrotraerle a la prehistoria (Le Quellec, 2013: 153). Conviene aclarar que a estos autores no les interesaba para nada el método arqueológico, sino el trasfondo primitivo que les proporcionaba en sus teorías de progreso. Por lo tanto, podemos decir que el tema de los sueños en la prehistoria no ha sido tratado más que en contadas ocasiones y casi nunca recurriendo a los datos arqueológicos.

6.2. Experiencias oníricas ¿universales?

Una experiencia onírica que tiene más de dos mil años de existencia es el sueño del vuelo (Artemidoro). Resulta interesante comprobar cómo cambian los contextos y las situaciones que rodean al volador de distintos periodos históricos y culturales, mientras que el tema central del sueño se mantiene inalterable. Soñar con volar debe de tener una base común que explique su recurrencia. Dicha base podría estar físicamente condicionada. Es decir, teniendo en cuenta que somos una especie terrestre, soñar con volar y liberarnos así del peso de la gravedad puede ser un deseo común en todos los seres humanos. Habitualmente, solemos dormir en una posición similar a la del vuelo y radicalmente opuesta a la que mantenemos durante el día. Esta es la postura idónea para desplazarse por el aire en

el mundo de los sueños y experimentar así una sensación prohibida para un bípedo terrestre.

Otro sueño mucho más moderno (datos etnográficos) que el de volar, pero que al fin y al cabo aparece asociado a un modo de vida caza-recolector, es de ser atacado por un animal (Revonsuo, 2000: 884 y 885; Franklin y Zyphur, 2005: 16; Coolidge y Wynn, 2006a: 16), como por ejemplo un oso (Bordin, 2016: 118 y 119). Si bien el registro arqueológico nos ha dejado algunos casos de ataques de animales sobre humanos (figuras 4 A y B), resulta imposible saber a ciencia cierta su verdadero significado. Como ocurre con otras representaciones, como las de Raymondén o Les Eyzies (figuras 4 C y D), que parecen relatos quizás de sueños o de mitos. No podemos distinguir donde está la influencia onírica en estas representaciones: los primeros pueden ser igualmente sucesos de caza ocurridos durante vigilia. En los segundos, el gran tamaño de los bisontes induce a pensar en un contenido irreal, pero tal vez se trate de la expresión de un mito en el que sueño no tuvo ningún papel especial. Lo que parece claro es que estas y otras representaciones de escenas complejas como las de Teyjat o La Vache (figuras 4 E y F), son expresiones visuales de narraciones imaginarias. Pero su comparación con las elaboraciones oníricas es muy engañosa e imposible de establecer de manera segura.

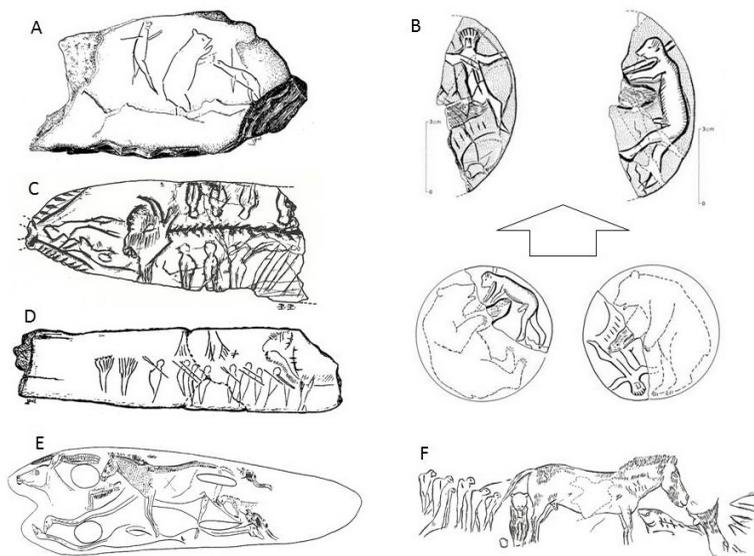


Figura 4. A Oso atacando a un humano en Pécchialet (Duhard, 1996: 109, fig. 71). B Fragmentos de rodeetes de Más d'Azil y su reconstrucción hipotética (Duhard, 1992: 293, fig. 4 y 294, fig. 5). C Raymondén, calco de P. Paillet (Bosinski, 2011: 53). D Les Eyzies, calco A. Roussot (Bosinski, 2011: 53). E Teyjat, calco H. Breuil (Bosinski, 2011: 54). F La Vache (Guy, 2003: 361, fig. 452).

6.3. El bípedo tumbado

Los sueños, o las maneras de dormir, tienen una historia evolutiva asociada a los cambios fisiológicos acaecidos en la familia homínida. El bipedismo nos convirtió poco a poco en una especie terrestre. El paulatino abandono de los árboles como lugares para dormir, supuso todo un cambio en el hábito nocturno. En general, es lógico suponer que se modificaron los lugares y las posiciones para dormir. En algún momento dado los homínidos adoptaron la posición tumbada para dormir, lo cual supuso un problema para poder acomodar una cabeza que, debido al desarrollo encefálico, cada vez era más pesada. En la posición tumbada de costado, el músculo del cuello se tensa demasiado, de forma que una mala postura durante el sueño puede producir tortícolis. Una de las funciones de las manos, recién liberadas, fue la de acomodar la cabeza sobre todo cuando se dormía de lado. En la postura recogida, se flexionan las piernas y se curva la columna para proteger lo máximo posible los órganos internos del frío exterior (Dunkell, 1977). Los seres humanos adoptamos esta posición habitualmente, en las fases más profundas del sueño, cuando nuestra temperatura corporal desciende. Lo hacemos porque quizás es la mejor manera de retener el calor corporal cuando estamos tumbados. Esta forma de preservar el calor durante el reposo, es, si se piensa bien, idónea para un bípedo que ha ido perdiendo gran parte de la protección que le otorgaba el vello corporal (Wheeler, 1984; 1991). Además, esta posición pudo haber sido de gran utilidad a los homínidos africanos que se lanzaron a explorar entornos climáticos algo más fríos. Los lechos de hierbas secas encontrados en la cueva de Lazaret, son un indicio de la necesidad de proteger el cuerpo de la humedad del suelo, el viento y el frío. No se sabe si pudieron haberse utilizado también para acomodar la cabeza, pero cabe suponer que pudieron hacerse “almohadas” en materiales blandos y perecederos que no se han conservado. Lo que sí se ha preservado ha sido su imagen, como puede observarse en la estatuilla neolítica de Malta (figura 3 F). Los más antiguos reposacabezas, hechos hace casi cinco mil años, los encontramos en la tumba de la reina Hetep-Heres I (Wright, 1964: 17), pero se trata de objetos lujosos asociados al ritual funerario. Algo menos ostentosos son los reposacabezas que fabrican en las aldeas de Nueva Guinea (Cranstone, 1977: 28) o en al-

gunas sociedades africanas (Dibie, 1989: 149), para su uso común. Siguiendo esta línea, sería importante conocer en profundidad los materiales y las estructuras para dormir desde un punto de vista etnoarqueológico; pero desafortunadamente la información a este respecto es todavía escasa y dispersa. Sabemos que se usan materiales como las grandes hojas de los pigmeos (Schebesta, 1952) o los helechos de los maorís (Higham, 1991: 39); pero no hemos encontrado ningún trabajo sistemático al respecto. La antropología del sueño, muy influida por la psicología, se ha olvidado de los aspectos materiales del sueño. Necesitamos conocer la cultura material, pero también el tiempo de sueño, las posiciones del cuerpo, los lugares y las formas de dormir. Es posible que observemos dos tendencias: una propia de lugares calurosos y húmedos (ambiente por cierto en el que se formaron nuestras primeras maneras de dormir) y otra propia de lugares fríos. En la primera predominan las superficies elevadas del suelo (tipo hamaca), los sueños cortos (siesta) y la posición estirada del cuerpo; mientras que en la segunda, el cuerpo suele estar más recogido, las superficies son más herméticas (tipo saco de dormir) y el sueño más largo (invernadas). La primera tendencia es la que se daría en nuestro sueño de origen en África, la segunda se produciría después con la colonización intercontinental. En lo sucesivo las diversas culturas humanas podrán combinar las diferentes variables según sus contextos y necesidades (Yetish *et al.*, 2015). Cabe añadir que no todos los grupos humanos se ajustan a este modelo, algunas culturas, como el caso ya señalado de los aborígenes australianos, usan las técnicas corporales en vez de materiales. Es necesario recalcar este aspecto ya que solemos considerar la comodidad material como un signo de progreso. Con ello estamos minusvalorando las llamadas técnicas corporales, es decir, la adaptación fisiológica como elemento integrante de una cultura.

El esquema propuesto es meramente orientativo, en primer lugar porque no existe una posición fija, sino que se adoptan varias a lo largo del sueño. En este sentido la posición boca arriba es la más frecuente a la hora de irse a dormir, mientras que la posición ladeada es más propia de las fases más profundas del sueño. Ponerse boca arriba podría ser un hábito adquirido, una especie de postura de vigilancia preventiva (ya que deja libres sobre todo ambos oídos), antes de caer en el sueño

profundo. Pero también, esta posición es más frecuente cuando no es tan necesario proteger del frío los órganos internos. Es más probable tumbarse boca abajo o de lado si la temperatura es radicalmente más baja y el lugar donde se duerme es más seguro. Pues en esta posición se está absolutamente desprotegido. En segundo lugar, también el clima ha podido ejercer cierta influencia en si se duerme juntos o en camas separadas. Las hamacas, propias de climas cálidos y húmedos, son camas individuales, incluso personales; pero los niños inuit de un mismo iglú, pueden dormir abrazados bajo las mismas pieles (Dibie, 1989: 152). El clima ha podido condicionar algunos hábitos nocturnos, pero en la mayoría de estos grupos las costumbres del sueño se hallan totalmente establecidas por la cultura. De todas formas, el clima parece haber regulado algunas prácticas a la hora de irse a dormir, sobre todo cuando se hace a la intemperie. En principio, todos los bípedos humanos tratan de acomodar huesos y músculos a la posición tumbada, protegerse del frío o del calor, mantenerse a salvo de los depredadores y los mosquitos.

6.4. Los sueños y la creatividad.

El sueño fue la ventaja adaptativa que olvidó Darwin (Siegel, 2013: 42). Nos hizo más atentos, despabilados y sobre todo nutrió nuestro imaginario hasta cotas nunca vistas antes en la historia de la evolución de las especies. Pudo haber mejorado la memoria (Hobson, 2003: 119), el aprendizaje (Walker, 2005) y la capacidad para imaginar el pasado y prever el futuro (Revonsuo, 2000, Franklin y Zyphur, 2005, Coolidge y Wynn, 2006a). Pero sobre todo funcionó como un receptáculo de imágenes, un escenario en el cual se desataban y formaban historias. Eran algo así como un lugar sin tiempo o simplemente un tiempo sin lugar, una especie de recuerdo o pensamiento, en donde las cosas parecían vivir de manera independiente. Un sueño tiene autonomía propia, su carácter es autónomo, no parece elaboración nuestra, por esa razón se ha creído muchas veces que son mensajes que provienen de los dioses. Si algo aprendimos de los sueños, es que la fuerza con la que lo inmaterial irrumpe en nuestras vidas es absolutamente inseparable de la realidad tangible. Desde que nos hicimos conscientes de esta circunstancia, la realidad se hizo mucho más atractiva, comprendimos la realidad a través de la ficción.

Debemos completar las líneas de investigación de los sueños, que los vinculan con los estados alterados de la conciencia (Perrin, 1992; Lewis-Williams, 1987; Lewis-Williams y Clottes, 1998: 15). Es obvio que los sueños no solo se producen en las ceremonias o en los rituales iniciáticos, sino también en la vida cotidiana. Es más, el contenido cotidiano revelado por las recopilaciones de sueños en las comunidades indígenas (Lincoln, 1935; Eggan, 1949), parece ser de especial importancia. Y aunque hay que reconocer que no todas le prestan la misma atención, la mayoría sí que lo hacen (Morgan, 1932: 402). Para los cazadores Yukaghir de Siberia, los sueños ayudan a entender los sucesos que se producen durante la vida diaria (Willerslev, 2005: 409). Muchas culturas creen que durante el sueño pueden aprender cosas, canciones, mitos e incluso el diseño de los tejidos, como es el caso de los Tukolor de Senegal (Dilley, 1992). Los estudios recientes revelan que el sueño está implicado en los procesos creativos (Coolidge y Wynn, 2006a: 8 y 9). Su influencia es perceptible en amplios ámbitos de la creatividad de las culturas ágrafas (Lohmann, 2007: 50), como en los relatos orales y las artes visuales de los aborígenes australianos (Baglin y Moore, 1970). Se conocen varias representaciones pictóricas de héroes culturales del Tiempo de los Sueños, algunas de ellas muy antiguas (Mc Donald *et al.*, 2017: 283). En el arte paleolítico europeo, las experiencias oníricas pudieron haber ejercido particular influencia en las grafías imaginarias, monstruosas o fantásticas. Con numerosa insistencia, el sueño ha sido definido como un fenómeno visual fantástico, una “pintura de la fantasía” (Freud, 1992: 24-25, 86 y 130-131). Sin duda alguna el sueño es una importante fuente de imágenes absurdas o grotescas. En el llamado Panel de los Monstruos de la cueva de Pergouset (Lorblanchet, 2001), se hicieron unos grabados cuyas formas no tienen unos referentes claros en el mundo natural. Son formas totalmente inventadas, producto por entero de la imaginación de los artistas paleolíticos. Por lo tanto, su inspiración no parece estar en la realidad observable durante la vida diurna. Con razón se han calificado como monstruos, quimeras, imaginarios o fantásticos (Leroi-Gourhan, 1983), pues por su aspecto grotesco se diría que son el resultado de una pesadilla. No queremos decir que sean imágenes oníricas tal cual, sino simplemente resaltar la influencia del material onírico.

co en la formación de la imaginación visual de corte fantástico o absurdo. Lo que parece claro

es que estas imágenes no tienen ninguna conexión con lo que puede verse con los ojos abiertos.

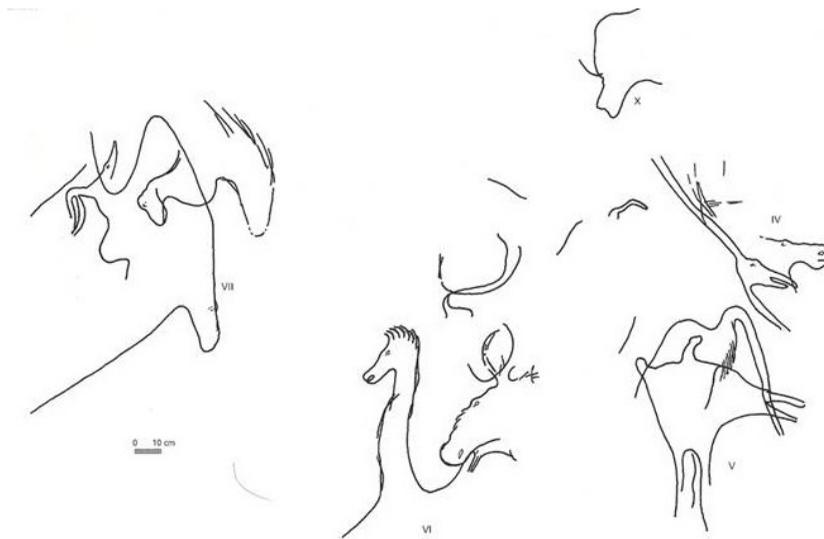


Figura 5. Panel de los Monstruos de Pergouset (Lorblachet, 2001: 111, fig. 92).

En realidad la común asociación entre los sueños y la fantasía es tan solo una de sus facetas, pues muchos, sino la mayoría de ellos, son de temática realista (Flanklin y Zyphur, 2005: 64 y 65). Además, sea cual sea el tema acontecido en ellos, resulta difícil explicar porque casi siempre nos parecen tan reales como la realidad misma. El “efecto de lo real” en los sueños es ciertamente desconcertante. Algunos autores piensan que este efecto estaba al servicio de una función biológica, cuyo objetivo principal era la simulación de eventos o ensayos virtuales (Revonsuo, 2000; Flanklin y Zyphur, 2005). Es decir, el sueño permite imaginar peligros para así poder predecir o evaluar su posible alcance en la práctica real. Los mencionados autores sugieren que la simulación de amenazas producida durante el sueño pudo suponer incluso una importante ventaja adaptativa. Esto puede vincularse al contenido de los sueños de ataques animales que hemos señalado anteriormente o los supuestos monstruos. También en los sueños se pueden encontrar, soluciones a problemas planteados durante el día. Ello es posible porque durante el sueño el cerebro sigue trabajando, pero lo hace de una manera muy especial. Fuera de las presiones de la vida diurna, realiza todo tipo de conexiones imprevistas. Existen conocidos ejemplos de artistas, sobre todo pintores, inspirados por los sueños (Hobson, 2003: XI).

También algunos científicos han revelado que muchas de sus ideas o inventos les fueron sugeridas mientras descansaban. Parece que los sueños están vinculados con el surgimiento de lo que comúnmente tipificamos como novedades o inventos. Tal es así que algunos autores han reivindicado su posible influencia en el surgimiento de la tecnología lítica, en concreto en el modo 2 (Coolidge y Wynn, 2006a: 15).

6.5. ¿Discrepancias o acuerdos?

Es el cerebro humano, más que el cuerpo físico, el que necesita el sueño para recuperarse de las actividades diurnas. De hecho algunas investigaciones desmienten la idea clásica de que el sueño tiene una función reponedora (Siegel, 2013). Puede incluso que dormir menos, pero en mejores condiciones, haya favorecido el desarrollo de cerebros algo más activos. Así, algunos autores piensan que nuestros parientes homínidos redujeron el tiempo de sueño, pero mejoraron su calidad. Según estos datos, los humanos dormimos menos, pero de forma más profunda que el resto de los primates (Nunn y Samson, 2018). Es decir, si superamos ciertos matices, las recientes investigaciones vienen a revalidar las hipótesis planteadas por Pi Sabater en el campo de la etología. Aunque el autor basaba su teoría en la idea del descanso cerebral como posible ventaja adaptativa y

el matiz es que el cerebro descansa durante el sueño algunas de sus funciones, pero mantiene otras muy activas. Sea como fuere, estamos aún muy lejos de poder obtener un consenso en lo que se refiere a la evolución del sueño, su supuesta función en los procesos cognitivos y en la memoria (Siegel, 2001). El estudio de lo que pasa en el cerebro mientras dormimos sigue siendo un gran misterio. Bajo nuestro punto de vista, la arqueología puede aportar evidencias materiales y elaborar propuestas teóricas de gran interés para la ciencia del sueño. Puestos a reivindicar arqueologías, se podría hablar de una arqueología del sueño, como las de la mente o la identidad. De hecho, la escasa presencia del fenómeno onírico en los estudios neurológicos aplicados a la paleoantropología no deja de ser llamativa. Sobre todo porque la escasa cultura material conservada nunca ha sido un inconveniente indispensable para elaborar teorías sobre nuestro pasado evolutivo. Sin embargo parece que el sueño está condenado a no tener una prehistoria, aunque esta tenga por el momento, como otras tantas prehistorias, muy pocas evidencias materiales. A pesar de este gran inconveniente, las ideas en torno al sueño en la prehistoria deberían, más que herir nuestros sentimientos de objetividad, incitarnos a encontrar algunas pistas para investigar un fenómeno que a día de hoy se nos muestra como fundamental en la evolución de la especie humana y sus culturas.

6.6. El futuro incierto de los sueños

Por regla general, las culturas de tradición oral conceden mucha mayor importancia al mundo de los sueños que las culturas llamadas modernas. Este contraste cultural ha sido siempre muy significativo (Charuty, 1996: 5). Nuestro mundo practica un único tipo de sueño y trata al resto como si fueran un desvío de lo normal. Somos los herederos de una manera de concebir el sueño, cuyo origen se remonta a las condiciones generadas por la tradición urbana. Encerrados en habitaciones, con cortinas y persianas, calefacciones o refrigeradores, luz artificial y quizás algún tipo de somnífero, hemos trastocado las condiciones naturales del sueño.

Pero aún con toda esta tecnología de la alcoba, conservamos el miedo atávico a ser atacados o devorados mientras dormimos. Este temor se observa en las canciones de cuna en donde se narra la historia del Coco que amenaza con comerse o el monstruo Grendel que devora a los durmientes del palacio del rey danés en la epopeya de Beowulf. Incluso el héroe Ulises teme ser devorado por las fieras mientras duerme a la intemperie lejos de su morada, según relata Homero al final del canto V. El miedo a la oscuridad no es cosa de niños, los textos de las culturas urbanas aún lo recuerdan, pero ya apenas lo padecen. Duermen en las casas de aldeas o ciudades rodeadas de muros o cercados, en donde supuestamente no tendrían nada que temer que no sea su propia imaginación. Es como si en las sociedades urbanas dormir y soñar fueran cosas distintas, cada vez más extrañas la una de la otra. El bípedo civilizado diferencia entre el cuerpo que duerme de la mente que sueña. Esta división no se produce en el seno de las culturas que han seguido practicando, podríamos decir, si se me permite el término, un tipo de sueño ecológico. La gran variedad de técnicas y tipos de sueños que hemos podido constatar en las culturas llamadas ágrafas así parece demostrarlo. Lamentablemente, toda esta gran diversidad está siendo suplantada por una única forma de entender el sueño que ha sido difundida, sino implantada, por la civilización occidental. Así, los valores occidentales se han impuesto sobre la visión de los jóvenes inuit, que han perdido en pocos años una de sus tradiciones culturales más importantes, la de narrar sueños y compartirlos con la comunidad (Bordin, 2009; Galinier *et al.*, 2010: 835). Del mismo modo, la luz eléctrica o los despertadores han transformado los ritmos biológicos del sueño ligados a la luz solar y a los silencios de la noche. En los dormitorios de las ciudades industrializadas, se rinde culto al descanso físico, nada más. Los sueños han dejado de tener una trascendencia social, pero su fuerza parece imperecedera y sigue impoluta. En el centro de la ciudad de Zaragoza una campesina duerme en medio de la calle, sin que apenas nadie repare en su presencia (figura 6).



Figura 6. La estatua “la siesta”, de Enrique Galcerá Martí, pasa inadvertida entre la multitud de paseantes de la ciudad de Zaragoza.

7. Epílogo

Lo cierto es que nuestra civilización tiene un problema con los sueños, o los ignora por considerarlos meras fantasías, o los trata como si fueran un problema médico. La terapéutica del sueño tiene una historia aterradora, pues los relacionaba con la locura y el delirio (Maury, 1864: 96). Muchos pacientes de los asilos eran tratados como soñadores que debían ser despertados de sus fantasías mediante hierros candentes (Foucault, 1967: 164-165). Tratar de curar a los soñadores que no tienen los pies en el suelo, hacerlos bajar a la tierra, o más bien enterrarlos en asilos para dementes, han sido

algunos de sus remedios. El objetivo de esta terapia tenía como principal finalidad eliminar cualquier forma de ilusión o fantasía (Foucault, 1967: 163). El sueño ha sido históricamente perseguido por los llamados “hombres de bien” que quieren imponer una única racionalidad para el conjunto global de los seres humanos. Pero, cada noche el mundo que han trazado para nosotros como real se desmorona, porque los sueños tienen esa capacidad para recordarnos que la realidad es también una ilusión. Somos una especie soñadora, esa es la inevitable conclusión a la que nos conducen todos los indicios.

Bibliografía

- Allison, H. y Van Twyver, H. (1970): The evolution of sleep. *Natural History*, 79: 56-65.
- Artemidoro (1989): *La interpretación de los sueños*. Gredos, Madrid.
- Baglin, D. y Moore, D. R. (1970): *People of the Dreamtime. The Australian aborigines*. Walker/Weatherhill, New York & Tokyo.
- Bert, J.; Ayats, H.; Martino, A. y Collomb, H. (1967): Le sommeil nocturne chez *Papio papio*. Observations en milieu naturel et données électrophysiologiques. *Folia primat*, 6: 28-43.
- Bétirac, B. (1954): Les Vénus de la Magdeleine. *Bulletin de la Société préhistorique de la France*, 51 (3-4): 125-126.
- Bordin, G. (2009): Dream Narration among Eastern Arctic Canadian Inuit. *Orality in the 21st century: Inuit discourse and practices. Actas de la XV Inuit Studies Conference* (B. Collignon y M. Therrien, coords.), INALCO, Paris: 1-15.
- Bordin, G. (2016): Entre la obscuridad y la noche: los terrores nocturnos entre los inuits del alto Ártico. *Las cosas de la noche: Una mirada diferente*. (A. Monod Becquelin y J. Galinier, dir.), Centro de estudios mexicanos y centroamericanos, México: 113-122.

- Bosinski, G. (2011): *Femmes sans tête. Une icône culturelle dans l'Europe de la fin de l'époque glaciaire*. Errance, Paris.
- Brézillon, M. (1969): *Dictionnaire de la préhistoire*. Larousse, Paris.
- Burke, P. (1973): L'histoire sociale des rêves. *Annales*, 28 (2): 329-342.
- Charuty, G. (1996): Destins anthropologiques du rêve. *Revue Terrain*, 26: 5-18.
- Chavaillon, J. (1970): Melka-Kontouré. Campagnes de fouilles. 1967-1968. *Annales d'Ethiopie*, 8: 3-12.
- Clark, J. D. (1966): Acheulian Occupation Sites in the Middle East and Africa: A Study in Cultural Variability. *American Anthropologist*, 68 (2): 202-229.
- Coolidge, F. y Wynn, T. (2006a): The effects of the tree-to-ground sleep transition in the evolution of cognition in early Homo. *Before Farming*, 4: 1-18.
- Coolidge, F. y Wynn, T. (2006b): The role of enhanced working memory in the production of animal and therianthropoc art in the Upper Palaeolithic. *Comentarios a D. Hodson y P. A. Helvenston, The emergence of the representation of animals in palaeoart. Rock Art Research*, 23 (1): 18-21.
- Cox Miller, P. (2002): *Los sueños en la antigüedad tardía. Estudios sobre el imaginario de la cultura*. Siruela, Madrid.
- Cranstone, B. A. L. (1977): Nueva Guinea. *Arte de Nueva Guinea y Papúa*. Fundación Juan March. Madrid: 5-42.
- Cyrulnik, B. (2001): De la conscience de soi á la spiritualité. *Aux origines de l'humanité (Vol. 2) Le propre de l'homme* (P. Picq y Y. Coppens, dir.), Fayard, Paris: 444-479.
- Dean, C. (1996): *The Australian aboriginal Dreamtime*. Gamahucher Press, Grelong Victoria.
- De la Iglesia, H.; Fernández-Duque, E.; Golombec, D. A.; Lanza, N.; Duffy, J. F.; Czeisler, C. A. y Valeggia, C. R. (2015): Access to Electric Light Is Associated with Shorter Sleep Duration in a Traditionally Hunter-Gatherer Community. *Journal of Biological Rhythms*, 30 (4): 342-350.
- Dibie, P. (1989): *Etnología de la alcoba. El dormitorio y la gran aventura del reposo de los hombres*. Gedisa, Barcelona.
- Dilley, R. (1992): Dreams, inspiration and craftwork among Tukolor weavers. *Dreaming, religion and society in Africa* (M. C. Jedrej y R. Shaw, eds.), E.J. Brill, Leiden: 71-85.
- Dissanayake, E. (2000): Antecedents of the Temporal Arts in Early Mother-Infant Interaction. *The Origins of Music*. Massachusetts Institute of Technology (N. L. Wallin, B. Merker y S. Brown, eds.), Cambridge: 389-410.
- Duhard, J. P. (1992): Les figurations humaines sculptées et grevées du Mas d'Azil (Ariège). *Gallia préhistoire*, 34: 289-301.
- Duhard, J. P. (1996): *Réalisme de l'image masculine paléolithique*. Jérôme Million, Grenoble.
- Dunkell, S. (1977): *Sleep positions. The Night Language of the Body*. Morrow, New York.
- Eggan, D. (1949): The significance of dreams for anthropological research. *American Anthropologist*, 51 (2): 177- 198.
- Eggan, D. (1965): The Personal Use of Myth in Dreams. *Myth* (T. A. Sebeok, ed.), Indiana University Press, Bloomington: 107-121.
- Epstein, A. L. (1990): Dream drawings, affect and cultural themes: Pointers from some Tolai data. *Psychoanalytic Study of Society*, 5: 179-204.
- Everett, D. L. (2014): *No duermas, hay serpientes: Vida y lenguaje de la Amazonia*. Turner, Madrid.
- Falk, D. (2004): Prelinguistic evolution in early hominids: Whence hotherese! *Behavioral and Brain Sciences*, 27 (4): 461-462.
- Fernández-Armesto, F. (2016): *Un pie en el río. Sobre el cambio y los límites de la evolución*. Turner, Madrid.
- Firth, R. (2001): Tikopia dreams: personal images of social reality. *The Journal of the Polynesian Society*, 110 (1): 7-30.
- Foucault, M. (1967): *Historia de la locura en época clásica*. Fondo de Cultura Económica, México.
- Franklin, M. S y Zyphur, M. J. (2005): The role of dreams in the evolution of the human mind. *Evolutionary Psychology*, 3: 59-78.
- Freud, S. (1992): *La interpretación de los sueños*. Planeta, Barcelona.
- Gaignebet, C. (1984): *El carnaval. Ensayos de mitología popular*. Alta Fulla, Barcelona.
- Galinier, J.; Monod Becquelin, A.; Bordin, G.; Fontaine, L.; Fourmaux, F.; Rouillet Ponce, J.; Salzarulo, P.; Simonnot, P.; Therrien, M. y Zilli, I. (2010): Anthropology of the Night: Cross disciplinary investigations. *Current Anthropology*, 51 (6): 819-847.

- Geertz, C. (1987): *La interpretación de las culturas*. Gedisa, Barcelona.
- Gillison, G. (1994): Les rêves, la mort et désir d'immortalité. Une étude des Gimi des Hautes-Terres de Papouasie-Nouvelle-Guinée. *Anthropologie et Société*, 18 (2): 91-104.
- Guggisberg, A. G.; Mathis, J.; Schnider, A. y Hess, C. W. (2011): Why do we yawn? The importance of evidence for specific yawn-induced effects. *Neuroscience Biobehavioral Reviews*, 35 (5): 1302-1304.
- Guy, E. (2003): Os d'oiseau dit la Scène d'initiation. *La grotte de La Vache* (J. Clottes y H. Delporte, eds.), Éditions de la Réunion des Musées Nationaux, Paris: 360-362.
- Harris, M. (1987): *Introducción a la antropología general*. Alianza, Madrid.
- Helvenston, P. A. y Hodgson, D. (2010): The Neuropsychology of Animism: Implications for Understanding. *Rock Art. Rock Art Research*, 27 (1): 61-94.
- Higham, C. (1991): *Los Maories*. Akal, Madrid.
- Hobson, J. A. (2003): *Dreaming. An introduction to the science of sleep*. Oxford University Press, Oxford.
- Hollan, D. (2004): The Anthropology of Dreaming: Selfscape Dreams. *Dreaming*, 14 (2-3): 170-182.
- Horne, J. A. (1988): *Why We Sleep: The Functions of Sleep in Humans and Other Mammals*. Oxford University Press, Oxford.
- Isaac, G. LL. (1984): The Archeology of Human Origins. Studies of the Lower Pleistocene in East Africa 1971-1981. *Advances in World Archaeology*, 3: 1-87.
- Jung, C. G. (1992): *Energética psíquica y esencia del sueño*. Paidós, Barcelona.
- Keene, A. C. y Duboue, E. R. (2018): The origins and evolution of sleep. *The Journal of Experimental Biology*, 221.
- Lajoux, J. D. (2002): Les données ethnologiques du culte de l'ours. *L'ours et l'homme* (T. Tillet y L. R. Binford, dir.), ERAUL, Liège: 229-234.
- Leakley, M. D. (1958): Recent discoveries at Olduvai Gorge, Tanganyika. *Nature*, 181: 1099-1103.
- Leakley, M. D. (1971): *Olduvai Gorge*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Le Goff, J. y Truong, N. (2005): *Una historia del cuerpo en la Edad Media*. Paidós, Barcelona.
- Le Quellec, J-L. (2013): *Jung et les archétypes. Un mythe contemporain*. Éditions Sciences Humaines, Auxerre.
- Leroi-Gourhan, A. (1983): Les entités imaginaires. Esquisse d'une recherche sur les monstres pariétaux paléolithiques. *Homenaje al profesor Martín Almagro Basch*. Ministerio de Cultura, Madrid: 251-263.
- Letourneau, C. (1900): Des rêves ancestraux. *Bulletin de la Société d'anthropologie de Paris*, V (1): 425-432.
- Lewis-Williams, D. (1987): A Dream of Eland: An Unexplored Component of San Shamanism and Rock Art. *World Archaeology*, 19 (2): 165-177.
- Lewis-Williams, D. y Clottes, J. (1998): The Mind in the Cave - the Cave in the Mind: Altered Consciousness in the Upper Paleolithic. *Anthropology of Consciousness* 9 (1): 13-21.
- Lincoln, J. S. (1935): *The dreams in primitive cultures*. Williams and Wilkins, Baltimore.
- Lohmann, R. I. (2007): Dreams and Ethnography. *The New Science of Dreaming*. Praeger (D. Barret y P. Mcnamara, eds.), London: 35-69.
- López Montalvo, E. (2007): *Análisis interno del arte levantino: la composición y el espacio a partir de la sistematización del núcleo Valltorta-Gasulla*. Universidad de Valencia. Valencia.
- Lorblanchet, M. (2001): *La grotte ornée de Pergouset (Saint-Géry, Lot). Un sanctuaire secret paléolithique*. Editions de la Maison des sciences de l'Homme, Paris.
- Lorblanchet, M. (2010). *Arte pariétal. Grottes ornées du Quercy*. Editions du Rouergue, Véronne.
- Lumley, H.; Pillard, B. y Pillard, F. (1969): L'habitat et les activités de l'homme du Lazaret. *Une cabane acheuléenne dans la Grotte du Lazaret (Nice)* (H de Lumley, dir.), Mémoires de la Société préhistorique française 7. Paris: 183-222.
- Madsen, P. L.; Holm, S., Vorstrup, S., Friberg, L.; Lasen, N. A. y Wildschiodtz, G. (1991): Human regional cerebral blood flow during rapid-eye movement sleep. *Journal of Cerebral Blood Flow and Metabolism*, 11: 502-507.
- Malrieu, P. (1971): *La construcción del imaginario*. Guadarrama, Madrid.
- Mania, D. (1990): *Auf den Spuren des Ur-Menschen. Die Funde aus der Steinrinne von Bilzingsleben*. Deutscher Verlag der Wissenschaft, Berlin.
- Martínez Bea, M. (2006-2008): Aproximación al estudio de la perspectiva en el arte levantino. *Bolskan*, 32: 127-134.
- Maurry, L-F. A. (1861): *Le sommeil et les rêves*. Didier et C^{ie}, Paris.

- Mauss, M. (1979): *Sociología y antropología*. Tecnos, Madrid.
- Mc Donald, J.; Veth, P. y Koning, S. (2017): Australia. *L'art préhistorique* (C. Fritz, ed.), Citadelles & Mazenod, Paris: 257-309.
- Mithen, S. (1998): *Arqueología de la mente. Orígenes del arte, la religión y la ciencia*. Crítica, Barcelona.
- Mithen, S. (2007): *Los neandertales cantaban rap. Los orígenes de la música y el lenguaje*. Crítica, Barcelona.
- Morgan, W. (1932): Navaho dreams. *American Anthropologist*, 34 (3): 390-405.
- Nietzsche, F. (1981): *El nacimiento de la tragedia*. Alianza, Madrid.
- Norscia, J. y Palagi, E. (2011): Yawn Contagion and empathy in Homo sapiens. *PLOS one* 6 (12): e28472.
- Nunn, C. y Samson, D. (2018): Sleep in a Comparative Context: Investigating How Human Sleep Differs from Sleep in Other Primates. *American Journal of Physical Anthropology*, 166 (3): 601-612.
- Nunn, C. L.; McNamara, P.; Capellini, I.; Preston, B. T. y Barton, R. A. (2010): Primate sleep in phylogenetic perspective. *Evolution and sleep: phylogenetic and functional perspectives* (P. McNamara, R. A. Barton y C. L. Nunn, eds.), Cambridge University Press, New York: 123-145.
- Otte, M. (2017): Arts et pensé dans l'évolution humaine. *Paléontologie humaine et préhistoire*, 16: 155-166.
- Perrin, M. (1992): *Les praticiens du rêve. Un exemple de chamanisme*. Presses Universitaires de France, Paris.
- Potts, R. (1984): Home Bases and Early Hominids. *American Scientist*, 72: 338-347.
- Ramos Platón, M^a J. (1996a): Filogenia y ontogenia del sueño. *Sueños y procesos cognitivos* (M^a J. Ramos Platón, ed.), Síntesis, Madrid: 57-78.
- Ramos Platón, M^a J. (1996b): Sueños y procesos cognitivos. *Sueño y procesos cognitivos* (M^a J. Ramos Platón, ed.), Síntesis, Madrid: 171-187.
- Rechtschaffen, A. Y Siegel, J. M. (2000): Sleep and Dreaming. *Principles of Neuroscience* (E. R. Kandel, J. H. Schwartz y T. M. Jessel, eds.), McGraw-Hill, New York: 936-947.
- Revonsuo, A. (2000): The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23: 877-901.
- Reznikoff, I. (2014): The Hal Salfieni hypogeum: a link between palaeolithic painted caves and romaneseque chapels? *Archaeoacoustics: The Archaeology of Sound* (L. C. Eneix, ed.), OTS Foundation, Florida: 45-50.
- Rivers, W. H. R., (1917): *Dreams and Primitive Culture*. University Press, Manchester.
- Roffward, H. P. Dement, W. C.; Muzio, J. N. y Fisher, C. (1962): Dream imagery: Relation to rapid eye movements of sleep. *Archives of General Psychiatry*, 7: 235-258.
- Roffward, H. P.; Muzio, J.N. y Dement, W.C. (1966): Ontogenetic development of human sleep-dream cycle. *Science*, 152: 604-619.
- Roma Riu, J. (1980): *Aragón y el carnaval*. Guara, Zaragoza.
- Roseman, M. (1994): Les Chants de rêves. Des frontières mouvantes dans le monde temiar. *Anthropologie et Société*, 18 (2): 121-144.
- Ross, G. L. (1997): Dreamtime, who's time? A. P. Elkin and the construction of aboriginal time in the 1930s and 1940s. *Journal of Australian Studies*: 55-62.
- Ruiz Zapatero, G. (2017): *Leer historia: disfrutar, leer e investigar*. Máster en Estudios Avanzados e Investigación en Historia Conferencias inaugurales IV. Universidad de Salamanca, Salamanca.
- Sabater Pi, G. (1984): *Gorilas y chimpancés del África occidental. Estudio comparativo de su conducta y ecología en libertad*. Fondo de Cultura Económica, México.
- Sabater Pi, G. (1985): *Etología de la vivienda humana. De los nidos de gorilas y chimpancés a la vivienda humana*. Labor, Barcelona.
- Samson, D. R. y Nunn, C. L. (2015): Sleep intensity and the evolution of human cognition. *Evolutionary Anthropology*, 24: 225-237.
- Schebesta, P. (1952): *Les Pygmées du Congo Belge*. Marnixlaan, Bruxelles.
- Seligman, C. G. (1923): Notes of Dreams. *Man*, 23: 186-188.
- Siegel, J. M. (2001): The REM sleep-memory consolidation hypothesis. *Science*, 294: 1058-1063.
- Siegel, J. (2013): Evolution of Sleep (Sleep Phylogeny). *The Encyclopedia of Sleep*, vol. 1, (C. Kushida, ed.), Academic Press, Waltham, MA: 38-42.
- Smit, A. N.; Broesch, T.; Siegel, J. M. y Mistlberger, R. E. (2019): Sleep timing and duration in indigenous villages with and without electric lighting on Tanna Island, Vanuatu. *Scientific Reports*, 9: 1-16.

- Steward, C. (2004): Introduction: Dreaming as an Object of Anthropological Analysis. *Dreaming*, 14 (2-3): 75-82.
- Tedlock, B. (1987): (dir.): *Dreaming. Anthropological and Psychological Interpretations*. Cambridge University Press. Cambridge.
- Tedlock, B. (1994): Rêves et visions chez les Amérindiens : “produire un ours”. *Anthropologie et Société*, 18 (2): 13-27.
- Tosello, G. (2003): *Pierres gravées du Périgord magdalénien. Art, symboles, territoires*. CNRS, Paris.
- Tosello, G. y Fritz, C. (2013): Pierres à histoires. *Les Dossiers d'Archéologie*, 358: 52-57.
- Trehub, S. E. (2003): Musical predispositions in infancy: an update. *The cognitive Neuroscience of Music* (I. Peretz y R. Zatorre, ed.), Oxford University Press, Oxford: 3-20.
- Tylor, E. B. (1981): *Cultura primitiva. La religión en la cultura primitiva*. Alianza, Madrid.
- Utrilla, P.; Baldellou, V.; Bea, M. y Viñas, R. (2012): La cueva de la Fuente del Trucho (Asque-Colungo, Huesca). Una cueva mayor de arte gravetiense. *Pensando el Gravetiense: nuevos datos para la región cantábrica en su contexto peninsular y pirenaico* (C. de las Heras, J. A. Lasheras, A. Arrizabalaga y M. de la Rasilla, coords.), Monografías del Museo Nacional y Centro de Investigación de Altamira nº 23, Cantabria: 526-537.
- Utrilla, P.; Bea, M.; y Angás, J. (2015): La cueva de la Fuente del Trucho: un arte para ser visto. *Symbols in the Landscape: Rock Art and its Context. XIX International Rock Art Conference IFRAO*, (H. Collado Giraldo y J. J. García Arranz, eds.), ARKEOS 37, Cáceres: 1359-1366.
- Vialou, D. (1991): *La Préhistoire*. Gallimard, Paris.
- Vialou, D. (2009): L'image du sens, en préhistoire. *L'Anthropologie*, 113: 464-477.
- Walker, M. P. (2005): A refined model of sleep and the time course of memory formation. *Behavioral and Brain Sciences*, 28: 51-104.
- Webb, W. B. (1975): *Sleep: The Gentle Tyrant*. Prentice-Hall, Englewood Cliffs.
- Wheeler, P. (1982): The evolution of bipedality and the loss of functional body hair in hominids. *Journal of Human Evolution*, 13: 91-98.
- Wheeler, P. (1991): The influence of bipedalism on the energy and water budgets of early hominids. *Journal of Human Evolution*, 21: 107-136.
- Whitley, D.S. y Whitley, T.K. (2012): A Land of Vision and Dreams. *Contemporary Issues in California Archaeology* (T. L. Jones y J. E. Perry, eds.), Routledge, New York: 255-271.
- Willerslev, R. (2005): Spirits as “ready to hand”: A phenomenological analysis of Yukaghir spiritual knowledge and dreaming. *Anthropological Theory*, 14: 395-418.
- Wright, L. (1964): *Caliente y confortable. Historia de la cama*. Noguer, Barcelona.
- Yetish, G.; Kaplan, H.; Gurven, M.; Wood, B.; Pontzer, H.; Manger, P. R.; Wilson, C.; McGregor, R. y Siegel, J. M. (2015): Natural sleep and its seasonal variations in three pre-industrial societies. *Current Biology*, 25: 2862-2868.
- Zepelin, H. y Rechtschaffen, A. (1974): Mammalian sleep, longevity and energy metabolism. *Brain Behavior Evolution*, 10: 425-470.