

Interpretación de los sueños en la Antigüedad

El libro hipocrático *Sobre la dieta*
y la *Onirocrítica* de Artemidoro

FELIPE CASTAÑEDA



INTERPRETACIÓN DE LOS SUEÑOS EN LA ANTIGÜEDAD

El libro hipocrático *Sobre la dieta*
y la *Onirocrítica* de Artemidoro

Para citar este libro:

<https://doi.org/10.51573/Andes.9786287903326.9786287903333>

INTERPRETACIÓN DE LOS SUEÑOS EN LA ANTIGÜEDAD

El libro hipocrático *Sobre la dieta*
y la *Onirocrítica* de Artemidoro

Felipe Castañeda

Universidad de los Andes
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento de Filosofía

Nombre: Castañeda Salamanca, Felipe, autor.

Título: Interpretación de los sueños en la Antigüedad : El libro hipocrático *Sobre la dieta y la Oniocrítica* de Artemidoro / Felipe Castañeda

Descripción: Bogotá : Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales, Departamento de Filosofía, Ediciones Uniandes, 2026. | xviii, 168 páginas : ilustraciones ; 14 x 21 cm.

Identificadores: ISBN 9786287903326 (rústica) | 9786287903333 (e-book) | 9786287903340 (e-pub)

Materias: Interpretación de los sueños | Hippocrates. De diaeta | Artemidorus Daldianus. Oniocrítica | Tratados hipocráticos | Salud en la Antigüedad

Clasificación: 154.63-dc23

SBUA

Primera edición: julio del 2026

© Felipe Castañeda
© Universidad de los Andes,
Facultad de Ciencias Sociales,
Departamento de Filosofía

Ediciones Uniandes
Carrera 1.ª n.º 18A-12, bloque Tm
Bogotá, D. C., Colombia
Teléfono: 601 3394949, ext. 2133
<https://ediciones.uniandes.edu.co>
ediciones@uniandes.edu.co

ISBN: 978-628-7903-32-6
ISBN e-book: 978-628-7903-33-3
ISBN epub: 978-628-7903-34-0
DOI: <https://doi.org/10.51573/Andes.9786287903326.9786287903333>

Corrección: Yecid Muñoz Santamaría
Diagramación: Vicky Mora Hernández
Diseño de cubierta: Angélica Ramos Vargas
Imagen de cubierta: detalle de la cratera de Eufronio (lado A). Eufronio (pintor) y Euxiteo (alfarero), ca. 515 a. C. Fotografía de Jaime Ardiles-Arce, disponible en Wikimedia Commons, de uso libre para cualquier finalidad. Tomada de: https://en.wikipedia.org/wiki/File:Euphronios_krater_side_A_MET_L.2006.10.jpg

Impresión:
Imageprinting
Carrera 27 n.º 76-38
Teléfono: 601 6311350
Bogotá, D. C., Colombia

Este libro cuenta con el aval de la Facultad de Ciencias Sociales y fue sometido a evaluación de pares académicos.

Impreso en Colombia – *Printed in Colombia*

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida ni en su todo ni en sus partes, ni registrada en o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electro-óptico, por fotocopia o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito de la editorial.

Universidad de los Andes | Vigilada Mineducación. Reconocimiento como universidad: Decreto 1297 del 30 de mayo de 1964. Reconocimiento de personería jurídica: Resolución 28 del 23 de febrero de 1949, Minjusticia. Acreditación institucional de alta calidad, 10 años: Resolución 000194 del 16 de enero del 2025, Mineducación.

Debo advertir que la comprensión no es un proceso exclusivamente intelectual, ya que, como demuestra la experiencia, innumerables cosas pueden influirle al hombre, incluso convencerle de la manera más eficaz, sin que sean intelectualmente comprendidas.

C. G. Jung, *Puntos de vista generales acerca de la psicología de los sueños*, 2015, p. 244

Contenido

Presentación • xi

Capítulo 1

La interpretación diagnóstica-prescriptiva de los sueños en el texto hipocrático *Sobre la dieta* • 1

- I. El punto de partida • 1
- II. La dieta y la salud • 3
- III. El fuego y el agua • 8
- IV. El alma • 16
- V. El cuerpo humano • 21
- VI. El dormir y el sueño • 26
- VII. Indicaciones generales sobre la adivinación • 32
- VIII. Tipos de sueños e interpretación onírica • 37
- IX. Conclusiones • 56

Capítulo 2

La interpretación mántica
de los sueños en Artemidoro • 59

- I. El oficio de intérprete onírico • 59
- II. Las visiones oníricas y los ensueños • 67
- III. Las categorías de la interpretación:
los elementos • 82
- IV. Principios y guías para la interpretación • 100
- V. La cruz y la crucifixión • 113
- VI. El matrimonio • 128
- VII. Conclusiones • 144

Bibliografía • **149**

Agradecimientos • **157**

Índice de imágenes oníricas-símbolos • **159**

Índice analítico • **163**

Presentación

¿SON LOS SUEÑOS susceptibles de interpretación? ¿Tienen sentido o, más bien, se los debe entender como fenómenos asignificativos propios del dormir, como alguna suerte de acontecimiento natural? Éstas son inquietudes que han rondado algunas de las reflexiones y posturas más representativas sobre los sueños en el siglo xx. Piénsese, por ejemplo, en Wittgenstein en sus “Conversaciones sobre Freud”, de 1942-1946, cuando afirma: “He estado repasando [...] *La interpretación de los sueños* de Freud. Y ello me ha hecho sentir hasta qué punto hay que combatir todo este modo de pensar”¹.

Claramente, buena parte de las objeciones en relación con este texto clásico del padre del psicoanálisis (publicado inicialmente en 1900) se basan en suponer que los sueños se pueden entender como lenguaje, como si fuesen un texto que se pudiese traducir o, dicho de otra manera, como si tuviesen un sentido². Y por el lado de Freud, precisamente en esto habría radicado uno de los fundamentos de su propuesta desde las primeras líneas del referido escrito:

1 Wittgenstein, Ludwig: “Conversaciones sobre Freud”, en *Lecciones y conversaciones sobre estética, psicología y creencia religiosa*, Paidós, ICE, UAB, Barcelona, 1992, p. 126.

2 “¿Es un sueño un pensamiento? ¿Soñar es pensar algo? / Supongamos que ustedes consideran que un sueño es un tipo de lenguaje. Como un modo de decir algo o como un modo de simbolizar algo. [...] Podríamos encontrar, quizás, un modo de traducir ese simbolismo al lenguaje del habla ordinaria. [...] Pero, como Freud reconoce, esto nunca se ha hecho ni puede hacerse. Así que podríamos poner en duda que el soñar sea un modo de pensar algo, que sea un lenguaje siquiera” (Wittgenstein, 1992, p. 123 s).

En las páginas que siguen aportaré la demostración de la existencia de una técnica psicológica que permite interpretar los sueños, y merced a la cual se revela cada uno de ellos como un producto psíquico pleno de sentido, al que puede asignarse un lugar perfectamente determinado en la actividad anímica de la vida despierta.³

Estos cuestionamientos, así como los respectivos intentos de respuesta, parecen ser una especie de eco de debates de la Antigüedad. Aristóteles (384 a. C.-322 a. C.) ofrece un destacado testimonio al respecto al inicio de su tratado *Acerca de la adivinación por el ensueño*:

En cuanto a la adivinación que tiene lugar en el sueño y que se dice que procede de los ensueños, no es fácil ni despreciarla ni darle crédito. Pues el hecho de que todos o muchos supongan que los ensueños tienen algún significado, en tanto que se dice como consecuencia de una experiencia, ofrece credibilidad. [...] Por otra parte, el que no se vea ninguna causa razonable según la cual ello pudiera producirse, nos hace ciertamente desconfiar. (Aristóteles, *Acerca de la adivinación por el sueño*, I, 426 b, p. 295)

De la posición del Estagirita quiero subrayar dos aspectos: por un lado, reconoce la importancia de tener en cuenta que muchas personas dan por válido que las vivencias oníricas tienen algún significado; por el otro, que se trata de un asunto sobre el que no es fácil llegar a tomar una posición definitiva. Así las cosas, se trataría de una pregunta vigente por ese entonces.

Ahora bien, las ideas de Aristóteles mismo al respecto tienden a refutar la razonabilidad de sueños de carácter adivinatorio en

3 Freud, Sigmund: *La interpretación de los sueños*, t. I, Alianza Editorial, Madrid, 2020, p. 15.

general. En efecto, y sin pretender profundizar en este asunto, en el mejor de los casos, los contenidos oníricos podrían llegar a coincidir con eventos futuros, pero de ninguna manera, en principio, estarían en capacidad de predecirlos. No obstante, considera plausible que los sueños puedan ser indicadores de estados corporales y anímicos y, desde este punto de vista, que tengan una utilidad y posibilidad de estudio acorde con los saberes naturales. Por esto, los aportes médicos relacionados con lo onírico merecerían ser tenidos en cuenta: “En el caso de los ensueños, ¿hay unos que son causas y otros que son señales, por ejemplo, de lo que sucede en el cuerpo? Por lo menos, los médicos más selectos dicen que es preciso prestar la mayor atención a los ensueños” (Aristóteles, *Acerca de la adivinación por el sueño*, 463 a 5, p. 296).

Lo anterior invita a volver sobre planteamientos de la Antigüedad en los que se defendió explícitamente la alternativa de la plausibilidad de la interpretación onírica, precisamente en los dos respectos referidos por Aristóteles: la interpretación diagnóstica y la de carácter mántico. La primera, avalada por médicos de renombre⁴; la segunda, por una gran cantidad y diversidad de gentes que la dan por razonable y útil para la vida corriente⁵.

4 Véase al respecto Van der Eijk en su comentario al *De divinatione per somnum* de Aristóteles (Aristóteles: *De insomniis / De divinatione per somnum*, Akademie Verlag, Berlín, 1994, p. 279). Valga la pena referir el pasaje pertinente del *Sobre las semanas* del *Cuerpo Hipocrático*, aunque, como advierte el autor, probablemente no fue conocido por el Estagirita: “Conviene obtener información de la enfermedad por medio de lo que se ve en sueños; la causa es la siguiente: cuando el alma se encuentra en el sueño, cualquier cosa que padece el calor que hay en ella procedente de la alimentación del humor, se ve obligada a soñarlo. Entonces, cuando el paciente hable o se manifieste de forma semejante a todo lo que hace y padece [...] revelará que el alma y el cuerpo están sanos. Pero si soñara cosas desconocidas, terribles e insólitas, es la manifestación de un alma que se encuentra en una naturaleza enferma [...] Los sueños permiten conocer claramente las enfermedades, tanto las que son importantes como las que van a producirse en el futuro” (*Hebd.*, cap. 45, t. VIII, p. 521). Véanse también *Epidemias*, t. v, I, 23, p. 74 s; *Humores*, t. II, 4, p. 104 y *Sobre los flatos*, 14, p. 145.

5 Cicerón, que cuestiona decididamente la razonabilidad de una dimensión mántica de los sueños, siguiendo en esto a Aristóteles, tampoco tiene inconveniente

Ahora bien, cuando se mira el legado de la Antigüedad en general relacionado con sueños interpretables desde un punto de vista médico y mántico, sobresalen dos textos: el *Sobre la dieta* (SD) de autor anónimo, probablemente escrito hacia inicios del siglo IV a. C., y *La interpretación de los sueños* u *Onirocrítica* (IS) de Artemidoro de Daldis, de la segunda mitad del siglo II d. C.

Se trata de dos aportes únicos en los siguientes sentidos: en primer lugar, aunque se sabe que hubo múltiples escritos de diversas escuelas dedicados a la interpretación onírica como tal, lastimosamente de éstos no quedan prácticamente más que algunas referencias sobre sus autores y títulos, o algunos fragmentos o referencias sueltas⁶, salvo apenas los dos mencionados. En efecto, en ellos se encuentran, en escritos completos, insumos teóricos ligados, o asociables, con la exposición de casos concretos de sueños interpretados⁷.

Además, sus autores tienen la pretensión de apoyarse en la tradición existente relacionada con sus temas de estudio, tratando de complementarla o de corregirla a partir de sus propios conocimientos⁸. Y esto también es un rasgo muy notable, porque permite asumirlos como referentes para lo que podría haber sido el estado del arte en sus respectivos campos para el momento de su escritura.

en afirmar unos tres siglos después: “Es una vieja creencia, sostenida ya desde los tiempos de los héroes y ratificada, además, por el asentimiento del pueblo romano y de todas las gentes, la de que hay entre los seres humanos una especie de poder adivinatorio al que los griegos llaman *mantiké*, esto es, la capacidad de intuir y llegar a saber lo que va a pasar. Se trata de una capacidad extraordinaria y salvadora” (*Sobre la adivinación*, I, 1, p. 33).

6 Véase la nota 6, cap. 2, p. 62.

7 Para un cuadro integral de la literatura sobre el sueño en la Antigüedad, desde la interpretación onírica, la religión, la medicina, la filosofía, la literatura y el arte, véase Walde, Christine: *Antike Traumdeutung und moderne Traumforschung*, Artemis & Winkler, Himerberg, 2001, p. 24.

8 Es más, un investigador como Palm llega a sostener que tanto el *Sobre la dieta* como la *Onirocrítica* encarnan una misma y antigua tradición popular y que eventualmente se apoyaron en un mismo libro sobre sueños (Palm, Adolf: *Studien zur hippokratischen Schrift PERI DIAITHS*, Diss. Tübingen, 1933, p. 73).

Ligado con lo anterior, en ambos escritos hay la conciencia de la importancia de diferenciar entre interpretaciones falsas y verdaderas o, dicho de otra manera, entre buenas y malas prácticas o, si se quiere, entre estar en el ámbito de la verdad o del error. Esto es conveniente resaltarlo porque indica que se trata de textos que se podrían entender asimismo como respuestas específicas a cuestionamientos sobre su viabilidad disciplinar.

Finalmente, presentan otro rasgo que a la vez que los diferencia los termina complementando. A su manera, tanto el anónimo médico autor del *Sobre la dieta* como Artemidoro parten de una clasificación semejante de los sueños en general: los que tienen contenido mántico frente a los que no; los que se podrían llegar a entender como mensajes anticipatorios de futuro, frente a los que dan cuenta del estado presente del cuerpo del soñante; o utilizando una terminología que se explicará más adelante, entre visiones oníricas y ensueños⁹. Así, mientras el anónimo médico dietista centra su interés en los sueños en la medida en que eventualmente permitan dar cuenta diagnóstica de la situación corporal del soñante, el adivino mántico Artemidoro se ocupará de lo onírico en cuanto vaticinador. A su manera, ambos fueron conscientes de la existencia de esas dos alternativas de concebir como significativo lo onírico, aunque cada uno haya tomado caminos diferentes.

Esto motiva adelantar una breve consideración sobre el tipo de aproximación que se tendrá en la exposición de estos libros. Interesa principalmente tratar de entender a partir de principios, categorías, intereses y motivaciones que los mismos autores manifiestan en sus escritos, cómo conciben la interpretación onírica. Como ya se indicó, en ambos hay múltiples ejemplos de interpretaciones puntuales de sueños. Las preguntas más en concreto serían: ¿Por qué se propuso determinada interpretación para cierto sueño? ¿Bajo qué principios y supuestos se asoció el contenido onírico con cierto diagnóstico / prescripción o vaticinio? ¿Cuáles serían las reglas de

9 Véase cap. 2, pp. 67-82.

interpretación? ¿Cuáles los alcances y la finalidad de esa labor de adivinación o de indagación? ¿Qué se buscaba con una consulta de éstas?

Por lo anterior, la exposición no se centrará en indagar en qué medida los planteamientos del *Sobre la dieta* o de la *Onirocrítica* se nutren o no de otros autores o de corrientes de pensamiento, como tampoco si se oponen o diferencian de ellas y en qué sentido. La influencia o el condicionamiento del pensamiento presocrático en el *Sobre la dieta* o su interrelación con otras obras del *Corpus hippocraticum* sólo se tendrá en cuenta en la medida en que ayude a iluminar ese texto. La ubicación del aporte de Artemidoro dentro de las distintas corrientes de pensamiento filosófico y natural del siglo II, o como parte de la historia de las concepciones sobre lo onírico en la Antigüedad, también se dejará de lado.

En el mismo sentido, tampoco resulta relevante tratar de poner en diálogo ni al anónimo médico dietista ni a Artemidoro con corrientes actuales de análisis de sueños¹⁰. Bien es sabido que Freud rescata ciertos aspectos del daldiano¹¹ y que ha sido un tema de estudio su recepción en el psicoanálisis. Algo semejante se puede afirmar de la relación entre la psicología analítica de C. G. Jung frente al estudio de planteamientos romanos y griegos sobre lo onírico. Por otro lado, ambas corrientes han intentado aplicar sus propias teorías para la comprensión de lo que podría

10 Al respecto, véase el muy sugestivo artículo de Price, quien afirma: "This fundamental conflict between the introspective theory of Freud and the predictive theory of Artemidorus has broad significant implications for historians and psychohistorians. The universal claims of psychology have often led scholars to apply the findings of Freudian or other modern psychological theory to other societies, including the ancient world and Artemidorus, or to evaluate them teleologically as anticipations to Freud. [...] the actual standing of his dream theory [la de Freud] is weak and much of it is best treated as culturally relative. Then Artemidorus, like Freud himself, can be understood in his own cultural context" ("The Future of Dreams: From Freud to Artemidorus", en *Past & Present*, 1986, 113, p. 4).

11 Véase cap. 2, pp. 97-98, sobre el sueño de Alejandro Magno.

ser la psicología de la persona del pasado¹². No obstante, este tipo de aproximaciones implican ver estos planteamientos de la Antigüedad en función de concepciones contemporáneas, y algunas veces bajo el supuesto de que lo pasado es valioso, o cuando menos destacable, en la medida en que hubiese anticipado, dado inicio, servido de germen a lo futuro, que serviría como una suerte de rasero de la verdad o como una meta deseable en la que el pasado forma parte de un proceso que terminará llevando a un progresivo deber ser que se va realizando en lo presente¹³.

Y por esto, a mi juicio, estas corrientes no tienen como objetivo guía introducirse en las propuestas mismas del pasado desde sus propias coordenadas, desde lo que se pueda alcanzar a

12 Véanse, por ejemplo, los protocolos al seminario de Jung “Ältere Literatur über Traum-Interpretation”, en el que la segunda sesión fue dedicada a Artemidoro (*Protocolos del seminario de invierno de 1936/37 sobre literatura antigua acerca de interpretación de sueños*. 2. Cinco libros de Artemidoro sobre el arte de interpretar sueños. Ponente: G. Adler. En *Kinderträume*, ed. Lorenz Jung y Maria Meyer, Walter Verlag, Olten y Friburgo de Brisgovia, 1987, pp. 589-642). Jung comenta en un aparte de la discusión de esta sesión: “La causalidad psíquica no estaba dentro de los hombres, sino que era una proyección. Hombres más simples tienen aún todavía hoy esta psicología. Tan sólo por el cristianismo se les trasladó hacia el interior en los hombres mismos la existencia eterna de los dioses. La autoconciencia de los hombres se generó por esto. En la lectura de las Sagradas Escrituras se está sorprendido sobre la impresionante objetividad. Uno se pregunta: ¿Dónde queda acá el hombre? [...] La realidad del hombre está ausente. Tan sólo en el siglo XVIII se logró la retirada de esta proyección de mundo” (p. 604 s, traducción propia).

13 Por esto no es de extrañar que Freud subsuma todo el pensamiento antiguo onírico como “precientífico”, aunque le reconozca el “prejuicio” de considerar los sueños como algo susceptible de tener sentido: “La concepción precientífica de los antiguos sobre los sueños se hallaba seguramente de completo acuerdo con su total concepción del Universo, en la que acostumbraban proyectar como realidad en el mundo exterior aquello que sólo dentro de la vida anímica la poseía” (Freud, 2020, p. 19). Por el otro lado: “Todos los pueblos antiguos concedieron gran importancia a los sueños y los juzgaron susceptibles de aplicación práctica. Extrajeron de ellos indicios para el porvenir, y los examinaron en busca de presagios. [...] Adhiramos simplemente al prejuicio de los antiguos y del pueblo, y sigamos las huellas de los antiguos intérpretes de sueños” (Freud: *Conferencias de introducción al psicoanálisis*, Conferencia V, Amorrortu, Buenos Aires, 2016, pp. 100-102).

entrever de su concepción de mundo, desde lo que podrían haber sido sus propios “juegos de lenguaje”, sin valorar y tan sólo describiendo, si se me permite utilizar ideas de Wittgenstein. Dicho de otra manera, no es habitual para una persona de hoy en día consultar adivinos onirománticos, como tampoco establecer diagnósticos a partir de ensueños. Por lo general no creemos que el estado del soñar sea uno especialmente privilegiado, bien sea por su eventual separación de lo corporal y de las inquietudes corrientes de la vida despierta que le permitirían al soñante ver más allá de lo presente o porque el alma sea más ella misma al dormir y en mejor ejercicio de sus facultades y acciones que durante la vigilia. Pero justamente esto parece ser moneda corriente para muchas gentes de la Antigüedad. ¿Cómo tratar de captar esa diferencia? ¿Cómo lograr ver lo onírico como eventualmente lo pudo haber concebido un soñante de muchos siglos atrás? ¿Qué supuestos mínimos habría que aceptar para asumir como razonable lo que hoy en día no parece serlo tanto? Desde este ángulo, por lo menos hay un puente en común con los antiguos, como ya se indicó: cierta duda e incertidumbre acerca de si los sueños en general quieren decir algo o no. El *Sobre la dieta* y la *Onirocrítica* pueden servir para intentar tener un insumo de respuesta justamente desde otras concepciones de la realidad.

Capítulo 1

La interpretación diagnóstica-prescriptiva de los sueños en el texto hipocrático *Sobre la dieta*

Yo he llegado muy cerca del límite, pero la exactitud no está al alcance de nadie.

SD, III, 68, p. 84

I. El punto de partida

Entre finales del siglo v e inicios del siglo iv a. C. se debió haber redactado el *Sobre la dieta* (*Peri diaítes*)¹. De su anónimo autor²

1 Sobre la dificultad de la datación véanse Jaeger, Werner: *Paideia*, FCE, México, 1980, pp. 820-824; García Gual, Carlos: Introducción al “Sobre la dieta”, en *Tratados hipocráticos* III, Gredos, Madrid, 2008, p. 16. Holowchak (“Interpreting Dreams for Corrective Regimen: Diagnostic Dreams in Greco-Roman Medicine”, en *Journal of the History of Medicine*, 56, 2001, p. 386 s) la sitúa entre finales del siglo v y el 320 a. C., y presenta un muy completo y sucinto recuento bibliográfico sobre el tema en la nota 12 *ibidem*.

2 Según Galeno en *Alim. Fac.* 1.1 (Helmreich 213. 6-8), citado por Bartos (*Philosophy and Dietetics in the Hippocratic On Regimen—A Delicate Balance of Health*, Brill, Leiden/Boston, 2015, p. 3), se han planteado diversos posibles autores: “Some people ascribe it to Hippocrates, others to Philistion, or Ariston, or Euryphon, or Philetus”. El asunto ha permanecido en la incertidumbre. Diversos estudiosos le han puesto algunos sobrenombres al anónimo autor: Friedrich (*Hippokatische Untersuchungen*, Wedmannsche Buchhandlung, Berlín, 1899) de una manera un tanto despectiva, habla del “compilador” (*Compiler*), sugiriendo que el *Sobre la dieta* sería algo así como una colcha de retazos; Palm (1933) lo refiere como “el dietista” (“der Diätetiker”). Por este camino va Schluderer (“Imitating the Cosmos: The Role of Microcosm-Macrocosm Relationships in the Hippocratic Treatise *On Regimen*”, en *The Classical Quarterly*, 2018, 68, 1, pp. 31-52). De una manera más neutral, Bartos (2015) opta por llamarlo sencillamente “el autor”. Aunque hay dudas acerca de si se trató de un filósofo o de un médico en sentido propio, creo que

apenas si se tienen algunas indicaciones que se dejan inferir del texto mismo. Se debió haber tratado de alguien con conocimientos médicos, de unos muy notables sobre alimentos y sus propiedades, pero, también, del pensamiento filosófico de su momento, particularmente de Anaxágoras, Heráclito, Arquélao y Empédocles³. Además, el anónimo médico dietista manifiesta haber tenido acceso a los que ya han escrito sobre el asunto y que no sólo los tendrá en cuenta, sino que los complementará en sus vacíos y que tomará distancia de lo que considera inconveniente. Lo anterior, aunque somero, es llamativo, en la medida en que sugiere que sus planteamientos se inscriben explícitamente en la continuación de una tradición de conocimientos médicos, filosóficos y naturales ya de alguna manera establecida y relacionada con la alimentación y el régimen de vida. Así, sus consideraciones no se deben ver tanto como una suerte de aporte espontáneo y original sobre el tema, sino como una obra que refleja a su manera el estado del arte para su momento, los problemas de indagación que se consideraban pertinentes y algunos avances propuestos que se deberían entender como pasos subsiguientes dentro de ese saber colectivo. Resalta el médico dietista: “Yo pues [...] confirmaré con mi aprobación lo que esté expuesto acertadamente, y en cuanto a lo dicho inexactamente mostraré cómo es en realidad. Y todo aquello que ninguno de mis anteriores intentó explicar, yo indicaré también cómo se presenta” (SD, I, 1, p. 20).

Ahora bien, el cuarto libro del *Sobre la dieta* está dedicado a la exposición de los sueños como fuente de información sobre el estado de salud del soñante. Y aunque estas pocas páginas se deban entender asimismo como parte de ese diálogo ya mencionado entre el autor y su comunidad “científica”, no obstante no se cuenta prácticamente con ningún otro texto previo en el que se hable del

no es desatinado llamarlo “médico o filósofo dietista”, siguiendo el espíritu de Jaeger (1980, p. 816 s).

3 Para una ampliación detallada véase Bartos, 2015, pp. 113-129.

tema⁴. Así, independientemente de que para su momento se deba haber entendido como un punto de llegada o de avance, para el estudio de la interpretación de los sueños en la Antigüedad es una suerte de punto de partida o, cuando menos, de sitio de visita obligada. En efecto, el médico dietista no sólo diferencia entre sueños con contenido mántico y los que tienen más un interés médico, sino que avanza una serie de breves descripciones de sueños con sus respectivas interpretaciones. Y esto es muy notable porque éstas se enmarcan en su noción de “salud” que está íntimamente ligada con un equilibrio entre la alimentación y el ejercicio. Y esta interdependencia entre lo que se come y lo que se hace está, a su vez, inscrita en una determinada concepción del ser humano y del orden natural en general a partir de su composición elemental en términos de fuego y de agua, de tierra y de aire.

II. La dieta y la salud

Nuestro término “dieta” viene del griego *diáitia*, que englobaba tanto el sentido de género o régimen de vida como el de hábitos o conductas alimentarias⁵. Y hasta cierto punto los dos sentidos se traslapan: la determinación de unas reglas de alimentación y la forma de vida que se adopte se condicionan mutuamente. Es verdad de Perogrullo que comer mucho o poco, que tomar ciertas bebidas o abstenerse de ellas, tiene implicaciones no sólo sobre lo

4 “*On Regimen* enriches the field of dietetics with the diagnosis from dreams, discussed in the fourth book, which provides ‘the earliest dream book that has come down to us from antiquity’” (Bartos, 2015, p. 91, citando a M. A. A. Hulskamp, *Sleep and Dreams in Ancient Medical Diagnosis and Prognosis*, Diss. Newcastle University, p. 160). “The fourth book of *Regimen*, often simply referred to as *On Dreams*, is the earliest extant Greco-Roman treatise on the subject” (Holowchak, 2001, p. 388).

5 También tenía el de residencia o casa, o hasta el de cargo de árbitro (*Diccionario griego-español*, Sebastián Yarza (ed.), Sopena, Barcelona, 1972, p. 334). La acepción de “arbitrar” claramente se liga con la de “moderar” o “regular”; la de “residir” con el modo de ser por el sitio donde se vive. Al respecto véase Bartos, 2015, p. 21.

que se haga o se deje de hacer, sino sobre la forma como se asume la vida en general. Y algo semejante se puede decir sobre la actitud y concepción que se tenga de las cosas del día a día: por decirlo así, el hedonista come y bebe distinto que el estoico. Y si a esto se le suman consideraciones socioeconómicas y religiosas, parece claro que hay una íntima interrelación entre alimentación y forma de vida. Este sentido amplio de “dieta” está implícito en el enfoque general del texto que nos ocupa⁶. Sin embargo, el autor lo afina aún más: “Afirmo que quien pretende componer acertadamente un escrito sobre la dieta humana debe, antes que nada, reconocer y discernir la naturaleza del hombre en general [...] y juntamente con ello, la cualidad de todos los alimentos y las bebidas con las que nos mantenemos” (SD, I, 2, p. 21).

Por lo tanto, la dieta desde el enfoque “médico”⁷ propuesto supone no sólo poder dar cuenta de la alimentación en su interrelación con la forma de vida, sino también y especialmente poder determinar las repercusiones de lo que se come y se toma sobre la persona humana según su constitución y naturaleza a partir de las propiedades específicas de los alimentos. Como se ve, la dieta trasciende el menú: sin establecer en primer lugar qué es el ser humano, de qué está compuesto, cómo es afectado por su entorno climático, etc., no es posible caracterizar adecuadamente su alimentación en términos de su repercusión en el cuerpo que la digiere. Por lo mismo, sin contar previamente con una

6 Comenta Jouanna en relación con la acepción general de *diaitia* para la medicina antigua griega: “Regimen is presented [...] as comprising three components: drink, food and exercise. This technical sense of *diaitia* is a more specialised form of its usual meaning, which refers more widely to the ways of life or habitual behaviour of an individual or people, including their dwellings [...] Finally, *diaitia* can refer to the regimen of people who are in good health and to that of people who are sick” (“Dietetics in Hippocratic Medicine: Definition, Main Problems, Discussion”, en *Greek Medicine from Hippocrates to Galen*, Ph. van der Eijk et al. (eds.), Brill, Leiden-Boston, 2012, p. 139 s).

7 Para un estudio amplio sobre la historia de la dietética en la Antigüedad griega véase Bartos, 2015, pp. 12-110.

caracterización de todos los alimentos y bebidas, vegetales y animales, en función de su afectación del cuerpo humano, la indagación quedaría trunca.

Pero el asunto implica otro factor: lo que se ingiere o se deja de ingerir está interrelacionado con lo que se hace o se deja de hacer. En consecuencia, el estudio de la dieta no puede ser ajeno al de las actividades humanas. Y dado que la indagación general tiene que ver con la salud, asunto que se tratará unas líneas más adelante, el autor no tiene inconveniente en afirmar:

Los que ya conocen lo dicho ahora todavía no poseen con ello el tratamiento completo para medicar al hombre, ya que no puede el ser humano mantenerse sólo comiendo, sino que tiene además que practicar ejercicios. Pues presentan influencias opuestas entre sí comidas y ejercicios, pero se complementan con vistas a la salud. (SD, I, 2, p. 22)

La noción de “ejercicio” se debe entender en un sentido amplio: no sólo incluye las actividades que se pueden entender como deportivas —dar paseos, correr, hacer gimnasia, entrenarse en lucha—, sino también las que de alguna manera suponen pasividad como, por ejemplo, tomar baños, siestas, aplicarse ungüentos. A esto se suma el hecho de tener en acción funciones propias de la percepción, la sensibilidad y el pensamiento⁸. Así, ver u oír se entienden como ejercicio de los órganos de los sentidos, lo que se manifiesta en esfuerzo y repercusiones sobre la condición corporal. Sobre el pensar, García Gual refiere a una muy sugestiva frase de *Epidemias*, VI, 5: “El pensamiento de los humanos es un paseo de su alma” (SD, nota 66, p. 76)⁹. Relacionado con esto, incluso el

8 “Los naturales son los ejercicios de la vista, del oído, de la voz y del pensamiento” (SD, II, 61, p. 76).

9 “En todo lo que el hombre piensa, se agita su alma, se caldea y se reseca, por esos esfuerzos, trabaja gastando su humedad, vacía las carnes y enflaquece al individuo” (SD, II, 61, p. 76).

hecho de relajarse “volviendo el alma sobre espectáculos” (SD, IV, 89, p. 110) se podría incluir dentro de esta noción. Curiosamente, en ninguna parte del texto se habla expresamente de algo así como el trabajo en cuanto concreción relevante del ejercicio en las observaciones del médico dietista sobre diagnósticos y prescripciones. Probablemente esto tendría que ver con el tipo de clientela que podría haber tenido un acceso razonable a las consultas¹⁰. No obstante, es algo que claramente debe quedar incluido, si se considera la importancia que les da a ciertas actividades como la de aserrar, la curtiembre, la escultura, la alfarería e incluso el comercio como ejemplos de artes humanas.

Como haya sido, se establece como punto de partida de la indagación acerca de la dieta el hecho de que el ser humano para mantenerse no sólo tiene que alimentarse, sino que también tiene que obrar, hacer. No se puede estar sólo comiendo, no se puede estar sólo en acción. Debe haber momentos de ingesta, pero también de consumo. Por lo tanto, hay una interrelación entre ambos que es tanto de oposición como de complemento. Por medio de la alimentación el cuerpo se hace de aquello que es requerido para poder hacer cosas y que, a su vez, va consumiendo por ese hacer. En sus palabras: “Los ejercicios físicos producen naturalmente un gasto de lo acumulado, mientras que los alimentos y bebidas restauran lo vaciado” (SD, I, 2, p. 22).

Y precisamente en esa compleja interrelación se abre espacio para la consideración de la salud. En términos generales se la define como la proporción justa entre alimentos y ejercicio de tal manera que no se genere un desequilibrio ni por exceso ni por defecto¹¹. Comenta el anónimo autor: “Si, además de esto, pudiera

10 En la medida en que una dieta saludable habría supuesto una atención continua y constante sobre comidas y ejercicios, se trataría de algo sólo accesible a personas privilegiadas. Véase al respecto Schluderer, 2018, p. 48.

11 Hasta cierto punto se trata de un asunto que difícilmente se pueda resolver completamente. La salud plena se asumiría más como un ideal por alcanzar que como una condición plenamente poseída y por mantener: “No es posible tratar por

hallarse, en cada caso, la proporción de alimentos y el número ajustado de ejercicios que no ofrecieran un desequilibrio ni por exceso ni por defecto, así se descubriría de manera exacta la salud para los individuos” (SD, I, 2, p. 23).

Se debe destacar, en primer lugar, a partir de esta cita, una característica muy propia del saber médico y que afectará igualmente la propuesta de interpretación onírica: la salud se concreta en individuos, o como dice Aristóteles: “No es al hombre, efectivamente, a quien sana el médico [...] sino a Calías o a Sócrates” (*Metafísica*, 981a 15, p. 6). Y el conocimiento del individuo como tal supone abrir aún otra dimensión del saber relacionado con las dietas, complementario al de la naturaleza humana en general, al de las propiedades de los alimentos y bebidas, así como al de los ejercicios. En efecto, se hace necesario llegar a conocer la constitución corporal particular de cada quien, su condición sexual, su edad; pero también su lugar específico de habitación, la condición climática a la que está sometido, el momento del año en términos de estaciones, régimen de vientos, salidas y puestas de sol (SD, I, 2, p. 23). El dietista llega a resaltar la importancia del contacto personal entre médico y paciente. El conocimiento de la condición individual no se puede dar a distancia ni a partir de meras generalizaciones¹².

En segundo lugar, en función de todo esto el médico debe lograr establecer un equilibrio entre alimentación y ejercicio. Es decir: teniendo en cuenta la afectación del medio sobre la constitución individual, según los principios generales que regulan y determinan la naturaleza humana, así como las propiedades de los alimentos y de los ejercicios, lograr establecer una proporción

escrito con exactitud hasta el punto de establecer la justa proporción de los ejercicios frente a la cantidad de los alimentos. Pues son muchos los impedimentos” (SD, III, 67, p. 83). “The Dietician admits there is a limit to this enterprise. An exact formula for health is impossible to discover” (Schluderer, 2018, p. 49).

12 “Cuando uno está presente y puede observar a un hombre que en el gimnasio se desviste y realiza sus ejercicios físicos, puede conocerlo de forma que puede mantenerlo sano [...] Pero si uno no está presente, resulta imposible prescribir con exactitud” (SD, I, 2, p. 23).

entre estos últimos de tal manera que el individuo no enferme. Y en esto radicaría la salud. Si alguien ingiere lo justamente requerido para el consumo de su hacer en concordancia con el medio y su naturaleza humana según su condición individual, se trataría de una persona saludable.

En tercer lugar, las enfermedades se entienden, en términos muy generales, como la consecuencia de dos tipos de excesos: o del comer más de lo que se requiere según el tipo de ejercicio o de hacer propio del afectado, o del hacer más de lo que se podría según la alimentación disponible y habitual¹³. Ambos excesos dentro del contexto de todas las otras variables ya enunciadas: constitución individual, etc.

Para cerrar valga la pena anotar, en cuarto lugar, que si la enfermedad está en función de desbalances entre alimentación y ejercicios, la intervención médica tenderá a determinar prescripciones estrechamente relacionadas con alteraciones en la forma de vida del paciente relacionadas con estos dos ámbitos. Y como se verá posteriormente, esto también afecta considerablemente las interpretaciones oníricas. En efecto, en la medida en que éstas se orienten al mantenimiento o al restablecimiento de la salud del soñante, de una u otra manera tendrán que concretarse en prescripciones sobre su dieta en sentido amplio.

III. El fuego y el agua

El entendimiento del ser humano en el *Sobre la dieta* se inscribe en una concepción general de todas las cosas y, en especial, de los seres vivos, que la condiciona esencialmente: “Los seres vivos, tanto el hombre como todos los demás, están constituidos por dos

13 “Se trata de un diagnóstico previo al enfermar, diagnóstico de lo que les ocurre a los cuerpos, de si el alimento prevalece sobre los ejercicios, o si los ejercicios sobre los alimentos, o si están acomodados unos a otros. Pues las enfermedades se producen por el predominio de uno cualquiera de esos dos factores” (SD, III, 69, p. 91).