

I MEMORABILI

CON GLI OCCHI DEI SOGNI

Il mondo onirico tra ricorsività e trasformazioni

a cura di
Angelo R. Pennella

SCREENPRESS  EDIZIONI

Proprietà letteraria riservata
© 2017 Screenpress Edizioni - Trapani

ISBN 978-88-96571-91-0

È vietata la riproduzione, anche parziale, con qualsiasi mezzo effettuata compresa la fotocopia, anche a uso interno o didattico, non autorizzata.

Per conoscere il mondo SCREENPRESS EDIZIONI visita il sito www.screenpress.it

A volte, di notte, accendo la luce per non vedere.

ANTONIO PORCHIA, *Voci*, 2013

UNA INTRODUZIONE UN PO' ONIRICA SULL'ONIRICO

Angelo R. Pennella

*Siamo fatti anche noi della stessa materia
di cui sono fatti i sogni;
e nello spazio e nel tempo d'un sogno
è racchiusa la nostra breve vita.*

WILLIAM SHAKESPEARE, *La Tempesta*, 1611

Inception - in italiano *avvio*, *inizio* - è il titolo di una originale e complessa storia cinematografica narrata da Christopher Nolan nel 2010. Il protagonista, Dominic Cobb, interpretato da un bravo Leonardo Di Caprio, è un esperto nell'estrarre segreti dalle menti delle persone mentre queste ultime dormono. Il furto avviene sviluppando con la vittima un sogno condiviso la cui trama, appositamente creata da Cobb e dai suoi complici, si articola in una serie di eventi - onirici ma vissuti come reali dal soggetto - che inducono il malcapitato a svelare il suo segreto.

Si tratta di un film che evoca molte delle questioni sollevate dal sogno, a partire dal suo rapporto con la realtà. Come sappiamo, infatti, i sogni possono essere talmente vividi e intensi da mimetizzarsi perfettamente con il "reale", cosa che ha indotto filosofi come Cartesio a diffidare di loro, a considerarli la quintessenza dell'inganno.

Ma cosa vuol dire "reale"?

È il quesito che Morpheus - mentore di Neo (Keanu Reeves) in un film forse altrettanto onirico qual è *Matrix* - pone al suo allievo:

Dammi una definizione di reale. Se ti riferisci a quello che percepiamo, a quello che possiamo odorare, toccare e vedere, quel reale sono semplici segnali elettrici interpretati dal cervello. (MORPHEUS in *Matrix*, 1999)

Torniamo tuttavia a *Inception* perché la questione del confine, del limite che connota e distingue l'esperienza onirica da quella della veglia, è in qualche modo risolta nel film grazie ad una trottola.

Chi non conosce la trottola o, se si preferisce, il “paleo”, il “turbo”, “u tuppettu” o lo “strummulo”? Si tratta di quel piccolo cono rovesciato, munito a volte di una punta metallica, che viene fatto girare velocemente e il cui movimento ha incantato adulti e bambini dalla Mesopotamia a Troia, dalla Roma antica alla Cina.

La trottola è l'oggetto utilizzato da Cobb e dagli altri membri della sua squadra per distinguere il sogno dalla realtà: se la trottola interrompe la rotazione e cade a terra, ciò significa che si è fuori dal sogno; se la trottola continua invece a girare, ci si trova ancora al suo interno.

Sebbene io non conosca i motivi della scelta di Christopher Nolan, la trottola è comunque un oggetto piuttosto particolare. Sopravvissuto per seimila anni e presente, seppur con alterne vicende, in moltissime culture, esso ha su di noi un fascino quasi ipnotico. Il suo movimento continuo e regolare sembra sfidare attrito e forza di gravità, offrendoci, almeno per una manciata di secondi, l'illusione di un movimento perpetuo, sospeso nel tempo.

Mi piace pensare che la scelta di Nolan sia caduta sulla trottola per questo motivo: per la sua capacità di suggerire l'azione nella sospensione, di produrre cioè un fugace, delicato ma fascinoso bilanciamento in cui il tempo sembra perdersi. Aspetti che indubbiamente suggeriscono alcune caratteristiche dell'esperienza onirica.

Torno tuttavia ad *Inception* per raccontare brevemente, e non me ne voglia chi ancora non ha visto il film, la trama e la scena conclusiva.

Dominic Cobb decide di accettare un incarico particolarmente difficile perché gli viene offerta la possibilità, in caso di successo, di fare ritorno negli Stati Uniti e riabbracciare così i due figli che non vede da quando è fuggito dagli *States* perché accusato dell'omicidio della moglie. A missione compiuta, Cobb si risveglia sull'aereo che lo sta riportando a Los Angeles e, una volta a casa, lancia la sua trottola. Distratto dalla vista dei figli, a cui va incontro, non guarda però se questa cade oppure no. Il film o, se preferite, il *sogno cinematografico* nar-

rato da Nolan, si conclude dunque senza dare risposta al dubbio di Cobb e dello spettatore: quel ritorno a casa è un ennesimo sogno o è la realtà? La trottola cadrà oppure no?

Mi torna in mente che una notte, Chuang Tzu, sognò di essere una farfalla che volava leggera e spensierata. Al risveglio si senti confuso e si chiese come potesse essere sicuro di essere Chuang Tzu e non, piuttosto, una farfalla che aveva appena iniziato a sognare di essere Chuang Tzu.

Tratto dal *Discorso sul sogno* del maestro taoista Bai Yuchan (1194?-1227?), il racconto sembra riproporre sempre la medesima domanda: cosa è reale?

Senza avventurarmi in questioni filosofiche, tutt'altro che banali, mi sembra però che il problema non sia esauribile nella necessità di porre un distinguo, di delineare cioè un limite superato il quale non si è più nel mondo reale ma in quello onirico. Così facendo, si aderirebbe infatti all'idea che esistano due entità distinte e contrapposte da cui è possibile, in modo più o meno repentino, entrare o uscire. Se si trattasse invece di un continuum, di cui siamo però abituati a cogliere solo le estremità? È un po' quello che ci accade di fronte ad un arcobaleno: pur essendo consapevoli che ogni colore sfuma negli altri, ci è più facile individuarli come entità distinte anziché come parti di un *unicum*.

Forse è per questo che la seconda topica freudiana, nella sua maggiore capacità di reificare l'apparato mentale, ha prevalso sulla prima: è indubbiamente più agevole e rassicurante pensare in termini di entità discrete (Es, Io, Super Io) piuttosto che di funzioni continue (conscio/inconscio) (CARLI, GIOVAGNOLI, 2010).

Eppure sappiamo da tempo che la realtà può essere solo arbitrariamente segmentata e parcellizzata (PENNELLA, 2016) e ancor prima di noi lo sapevano artisti e letterati. La citazione di Shakespeare, con cui si apre questa introduzione, è tratta da *La Tempesta*, un'opera che può essere considerata una sorta di testamento personale e letterario di Shakespeare in cui quasi tutto rinvia alle opere precedenti. Una retrospettiva allegorica (RAPONI, 2000), dunque, in cui Shakespeare riecheggia sé stesso maneggiando e rimescolando elementi narrativi altrove già mirabilmente utilizzati.

La Tempesta ha però qualcosa di affascinante, assolutamente pertinente al discorso che stiamo affrontando: in essa si dispiega un mondo di confine in cui realtà e fantasia, concretezza e illusione, razionalità e magia, oggetto e rappresentazione si fondono e si confondono. In modo inavvertito, lo spettatore passa dall'estremo realismo della scena iniziale, in cui un vascello e il suo equipaggio sono impegnati a fronteggiare un'orribile tempesta, ad un mondo popolato da spiriti e demoni, in cui la magia può controllare gli elementi naturali ed in cui non v'è alcuna difficoltà ad assumere le sembianze d'altri. Una realtà dunque dissimile da quella che consideriamo "vera" e che purtuttavia, una volta immersi in essa, ci appare altrettanto "vera". Il punto è che queste due realtà non si contrappongono, al contrario, si mescolano e si sostengono reciprocamente. Per introdurci in questo territorio di confine, Shakespeare rompe la quotidiana impalcatura della logica, il buonsenso elevato a norma e, ricorrendo ad espedienti, illusioni e magie, svela a personaggi e spettatori antichi inganni e tradimenti, dà parole a ciò che non era mai stato detto.

Giunti a questo punto, e nonostante le assonanze tra tutto ciò e il mondo onirico, immagino che il lettore potrebbe sentirsi confuso ed essere indotto a considerarle delle ciance, delle inutili digressioni che non colgono l'oggetto del libro: il sogno. E se non si trattasse di sterili divagazioni?

Morpheus: Adesso ti dico perché sei qui. Sei qui perché intuisce qualcosa che non riesci a spiegarti. Senti solo che c'è. È tutta la vita che hai la sensazione che ci sia qualcosa che non quadra nel mondo. Non sai bene di che si tratta, ma l'avverti. È un chiodo fisso nel cervello, da diventarci matto. È questa sensazione che ti ha portato da me. Tu sai di cosa sto parlando...

La domanda di Morpheus a Neo non è forse la medesima che trapela nelle centinaia di sogni raccolti e narrati da Charlotte Beradt (1966) nel suo resoconto del Terzo Reich osservato attraverso i sogni? Ciò che non era possibile guardare nella vita di veglia, era invece visibile nei sogni in cui si coglieva la protervia, l'aggressività, il pericolo, l'ango-

scia che stava montando con il potere nazista. Cos'era dunque "vero": la vita diurna o quella notturna? La realtà o il sogno?

Dicevo prima che forse non ci si deve solo chiedere se la trottole gira o cade, se abbiamo cioè a che fare con un sogno o con la realtà (peraltro identificando erroneamente quest'ultima con ciò che è "vero" ed il primo con ciò che è "falso"): il punto è interrogarsi su quel meraviglioso, delicato ed affascinante movimento che è il *sognare* che ci consente di assumere una diversa prospettiva sulle cose.

Ecco perché è importante esplorare il lungo percorso che si avvia a livello neurobiologico con il *sogno sognato*, che ci conduce alla traduzione delle immagini oniriche in parole e alla loro successiva strutturazione in sequenze narrative - propria del *sogno raccontato* - che, a sua volta, ci apre all'esperienza intersoggettiva del *sogno interpretato*. Un percorso sostenuto da un apparato mentale in cui conscio e inconscio non sono entità discrete ma funzioni simultanee di una mente bi-logica (MATTE BLANCO, 1975) in cui la capacità di *sentire* e *pensare* le emozioni - nella vita diurna come in quella notturna - costituisce l'espressione di un connubio tra il pensiero simmetrico (omogeneizzante) dell'inconscio e il pensiero asimmetrico (dividente) della coscienza. Un connubio che fiorisce però in un territorio¹ dai confini mobili e fragili, soggetti a subire le "incursioni" sia della logica simmetrica, che rende ogni cosa uguale ad ogni altra, sia di quella asimmetrica, che rende invece ogni cosa assolutamente diversa da ogni altra.

Un percorso, quello dal sogno sognato al sogno interpretato, che necessita della trasformazione degli elementi grezzi dell'esperienza emotiva (il livello neurobiologico) in elementi alfa, perché essi dischiudono la possibilità di elaborare "pensieri onirici", di renderli successivamente coscienti e narrabili sia a sé stessi che agli altri (BION, 1962).

¹ L'uso del termine "territorio" è naturalmente fuorviante perché veicola un'idea topografica, cosa che potrebbe agevolare la reificazione di un fenomeno che è invece intrinsecamente processuale.

Ciò che comunque sappiamo è che il *sognare* è un processo continuo, una funzione della nostra mente che si dipana tra vita diurna e notturna senza soluzione di continuità. Certo, si modifica il peso specifico delle componenti cosce e inconscie, ma il sognare non è un fenomeno circoscritto al sonno.

Come si è detto, il sognare ha però necessità di una mente in grado di trasformare gli elementi grezzi dell'esperienza emotiva in materiale pensabile, di sviluppare così quel fragile e affascinante equilibrio tra simmetria e asimmetria che è alla base dell'esperienza onirica. Una mente priva di tali "equilibri" rimane ancorata al dato concreto, inabile a riconoscere somiglianze, a sviluppare nessi e relazioni: in sostanza, una mente che non ha la possibilità di sognare. Per questo motivo

il paziente psicotico non è [...] capace di sognare, ma vive comunque «addormentato»: non ricorda il sogno, perché è *sempre nel sogno*; può raccontarlo solo quando si «risveglia» alla vita. (RESNIK, 1987, p. 31)

In questa prospettiva, riuscire a sognare è fondamentale perché consente alla nostra mente di evolvere ed affrancarsi dal livello pre-riflessivo, da quella *coscienza nucleare*, per dirla con Damasio (1999), che ci consegna e ci rinchiude in un senso di sé esaurito al "qui ed ora", ad una realtà cioè in cui non esiste un prima e un dopo, né tantomeno un altrove. Il sogno è pertanto uno "strumento di conoscenza di sé e dei propri oggetti interni, di cui la mente ha bisogno per mobilitarsi e per crescere" (MANCIA, 2004, p. 93). In sostanza, sognare significa accedere ad una coscienza riflessiva ed aprirsi alla possibilità di un pensiero auto-riflessivo.

Nel momento in cui Chuang Tzu si chiede se è lui a sognare di essere una farfalla o è quest'ultima a sognare di essere Chuang Tzu, ciò che emerge non è tanto il sogno in sé e il suo rapporto con la realtà, quanto l'esistenza di un sognatore, di un soggetto cioè in grado di pensare sé stesso.

V'è anche un altro aspetto del mondo onirico che mi sembra importante segnalare: non si sogna da soli.

Sebbene ciò possa sembrare paradossale, data l'intrinseca soggettività che si riconosce al sogno, il sognare è in realtà un'attività relazio-

nale. Non intendo qui semplicemente dire che cultura e società si presentificano nel momento stesso in cui si traduce l'esperienza onirica in linguaggio verbale, intendo dire che il sogno, in quanto *pensiero* deputato alla elaborazione della nostra esperienza emozionale, non può che avere come oggetto il rapporto individuo-contesto. In sostanza, la categoria "altro" è sempre e inevitabilmente presente nel sogno.

A proposito però della "parola" utilizzata per narrare l'esperienza onirica, c'è da dire che la ricchezza dell'intreccio semantico di cui essa è figlia e a cui inevitabilmente rimanda, può indurci a credere che il suo valore debba rinvenirsi solo in tale intreccio. In realtà, esiste nelle parole un significato più profondo che può aiutarci a percorrere i sentieri che conducono alla sorgente emotiva del sogno e che può essere rintracciato anche - a volte specialmente - nella loro sonorità. Non a caso, *infant research* e neuroscienze hanno da tempo evidenziato l'importanza, nei primi scambi tra neonato e *caregiver*, del ritmo e della musicalità. Il suono è infatti una componente essenziale nelle relazioni primarie: la voce materna, in particolare, caratterizzata dalla costanza qualitativa e dalla discontinuità nel tempo, avrebbe la funzione di introdurre il principio della differenza già nel corso della vita prenatale.

Una sonorità che non si può quindi solo *comprendere* ma che è necessario *sentire*. Su questo, sono chiarificanti le riflessioni di Ogden (2001) che evidenziano la fallacia di "posture interpretative" eccessivamente sbilanciate sulla *traduzione* di parole, frasi, ma anche idee ed immagini quasi si trattasse di simboli da decodificare sulla base di un codice precostituito.

Un simile approccio al linguaggio dell'interpretazione (di una poesia come di una esperienza analitica) presupporrebbe che sentimenti e idee fossero comunque là, 'dietro' la barriera della rimozione, 'nell'inconscio', in attesa di essere dissotterrati ed esposti alla luce del giorno, cioè alla luce dell'attenzione conscia e del pensiero del processo secondario. Quando parlo di 'tradurre' o 'decodificare' i simboli, mi riferisco ad un modo piuttosto meccanico di ascoltare il paziente, un modo che prevede un movimento unidirezionale - da simbolo a simboleggiato, da manifesto a latente, da conscio a inconscio - invece che una risposta ai ricchi riverberi sonori e alle plurime stratificazioni di si-

gnificato che rappresentano il nucleo centrale sia della poesia sia della psicoanalisi. (OGDEN, 2001, p. 65)

In una prospettiva attenta alle sonorità, la prassi clinica può essere considerata un intreccio polifonico tra la voce e le parole del paziente e i silenzi e i rimandi del terapeuta. I sogni si possono quindi inserire in questo intreccio, a volte come *overture*, basti pensare ai sogni proposti al primo colloquio o nella fase di consulenza, altre volte come *ritornello*, pensate ai sogni ricorrenti, altre ancora come *variazioni*, eccoci quindi ai sogni di cambiamento.

Quando si ascolta un sogno, più in generale, quando si ascolta il paziente e, vorrei aggiungere, quando ascoltiamo noi stessi impegnati ad ascoltare, la comprensione che ne emerge può quindi essere

paragonata alla fruizione di un'opera artistica: mantenuta l'insostituibilità del proprio oggetto, la comprensione estetica non cerca di riportare ad altro la forma, ad un contenuto preesistente ma ne valorizza l'espressività intransitiva (OLIVA, 2013, p. 111-112).

Tutto questo ci conduce però ad un'altra questione che, sia pure *per incidens*, desidero ricordare: il modo con cui è possibile considerare il testo del sogno.

È noto che la psicoanalisi "classica" assumeva l'esistenza di due racconti onirici paralleli: il primo, narrato dal *contenuto manifesto*; il secondo - quello ritenuto portatore dei "veri" significati - rintracciabile nel *contenuto latente*. In questi ultimi decenni, tale visione è stata da molti abbandonata a favore di una valorizzazione del testo onirico esplicito.

Al di là delle implicazioni teoriche di tale viraggio, sono significative le conseguenze sulla prassi clinica. Nel passato, infatti, si tendeva ad *attraversare* il contenuto manifesto al fine di accedere ad altri significati che si ritenevano occultati dal testo. In sostanza, si pensava che il senso dell'esperienza onirica fosse *dietro* le immagini, peraltro intese come elementi dati. Attualmente, si ritiene che il senso dei sogni non sia da rintracciare in una dimensione latente ma che riposi in ciò che il sogno

espone: è dunque necessario *dipanare* e *dispiegare* il discorso onirico più che decodificarlo. Per dirla con Fosshage (2008, p. 289):

le immagini dei sogni devono essere [cioè] valutate per ciò che esse rivelano, metaforicamente e tematicamente, non per ciò che esse nascondono.

Sia pure bruscamente, concludo però qui queste note introduttive. Il sogno è infatti un tema che richiederebbe spazi ben più ampi di queste poche pagine e ciò per il semplice motivo che parlare del sogno e del sognare significa parlare dell'essere umano o, per meglio dire, di ciò che lo rende tale.

In effetti, tutti i contributi che compongono questo volume², frutto della IV Giornata di Studio della Associazione Culturale “Integralmente”, offrono esperienze e riflessioni che illuminano, attraverso gli occhi dei sogni, la nostra umanità. Non voglio tuttavia sintetizzare gli argomenti proposti da Mario Ardizzone, Paola Canari, Carlo Carapellese, Massimo Grasso, Mariateresa Grasso, Barbara Piovano, Floriana Romano, Cristina Rubano oltre che il sottoscritto perché, di fatto, li ho già implicitamente evocati fin dalle prime righe di questa introduzione. Tutto ciò a cui ho fatto riferimento e, naturalmente, molto altro ancora, è infatti oggetto dei loro ricchi e preziosi contributi.

Desidero però ringraziare anche Nino, C., il giovane F., Dario, Enrica, Andrea, Stefania, cioè tutti i sognatori di cui si parla nelle pagine di questo libro. Li ringrazio non solo perché i loro sogni ci hanno consentito di esplorare il mondo e l'esperienza onirica, ma anche e specialmente perché ci hanno invitato a sognare con loro. Ed è questo l'invito che rivolgo ai lettori che si accingono a leggere le pagine che seguono, un invito che esprimo con le parole di Massimo Gramellini: “Fate bei sogni. Anzi, fateli insieme. Insieme valgono di più”.

² Colgo l'occasione per ringraziare la dott.ssa Michela Malafrente per il supporto dato alla correzione delle bozze del presente volume.

GLI AUTORI

Mario Ardizzone, psicologo, psicoterapeuta, dirigente psicologo presso la ASL RM A, membro I.S.I.P.Sé e I.A.R.P.P., didatta della S.P.A.D. e della S.I.Ps.A.-C.O.I.R.A.G.

Paola Canari, psicologa, psicoterapeuta, psicoanalista, iscritta alla I.A.R.P.P., membro ordinario, docente e supervisore della Scuola e dell'Istituto I.S.I.P.Sé.

Carlo Carapellese, psichiatra, psicoanalista, membro ordinario, docente e supervisore presso la Scuola e l'Istituto I.S.I.P.Sé.

Massimo Grasso, ordinario di psicologia clinica presso il Dipartimento di Psicologia dinamica e clinica dell'Università "Sapienza" di Roma, Presidente del Comitato Etico per la ricerca psicologica presso il medesimo Dipartimento, co-editor della Rivista di psicologia clinica.

Mariateresa Grasso, psicologa, psicoterapeuta, orientatrice al lavoro presso Roma Capitale.

Angelo R. Pennella, psicologo, psicoterapeuta, docente di Psicologia Clinica alla scuola di specializzazione in Psicologia della Salute della Università "Sapienza" di Roma, Presidente della associazione culturale IntegralMente.

Barbara Piovano, neuropsichiatra infantile, psicoanalista S.P.I. e I.P.A., membro del gruppo di studio italo-britannico che collabora con il Comitato Scientifico della S.P.I. nella organizzazione dei dialoghi Italo-Britannici sulla teoria e la prassi psicoanalitica.

Floriana Romano, psicologa, psicoterapeuta, iscritta alla International Association of Relational Psychoanalysis and Psychotherapy (I.A.R.P.P.).

Cristina Rubano, psicologa, psicoterapeuta, specialista in Psicologia della Salute, socio ordinario della associazione culturale IntegralMente.

INDICE

Introduzione Una introduzione un po' onirica sull'onirico di <i>Angelo R. Pennella</i>	pag. 7
Sul sogno e sul sognare. Annotazioni cliniche di <i>Massimo Grasso</i>	17
Sogno e organizzazione del sé. Il sogno come possibilità di sviluppo, mantenimento e reintegrazione del sé di <i>Paola Canari e Carlo Carapellese</i>	51
Realtà e sogno nel fluire della vita di <i>Mario Ardizzone</i>	65
Agire, sognare, pensare in adolescenza di <i>Barbara Piovano</i>	73
Il sogno ricorrente come leitmotiv del "sognatore disconnesso" di <i>Floriana Romano</i>	92
Il sogno interrotto: note sul significato dell'incubo di <i>Mariateresa Grasso</i>	102
Il sogno che verrà: prospettive intersoggettive sul sogno di cambiamento di <i>Cristina Rubano</i>	108

In penombra, ad osservar le stelle. Appunti sul sognare di <i>Angelo R. Pennella</i>	117
Gli Autori	133

Finito di stampare nel mese di novembre 2017
Printed in Italy

