

Università Della Valle D'Aosta
Université De La Vallée D'Aoste



Dipartimento di Scienze umane e sociali

Corso di laurea in Scienze e tecniche psicologiche

Anno Accademico 2021/2022

TESI DI LAUREA

Antiche e nuove interpretazioni dei sogni

DOCENTE 1° relatore: Prof. Maurizio Gasseau

STUDENTE:

Matricola N. 19D03 094,

Giacomo Scapinello

INDICE

INTRODUZIONE	3
CAPITOLO I:	4
EXCURSUS STORICO DEL SOGNO	4
1.1 Un ponte tra il Divino e l'umano	4
1.2 Una porta sul futuro	6
1.3 I sogni nel Medioevo	8
1.4. Il sogno nella prospettiva analitica	12
CAPITOLO II	14
LE PRINCIPALI ESPERIENZE NELL'ARCO DEI SECOLI	14
2.1 Artemidoro e l'onirocritica greca	14
2.2 Freud e l'inconscio	17
2.3 Carl Gustav Jung e la psicologia analitica	22
2.3 James Hillman ed il sogno e il mondo infero	29
2.4 Gordon Lawrence e la funzione sociale del sogno	34
2.5 Tobie Nathan e una nuova interpretazione dei sogni	37
CONCLUSIONI	42
BIBLIOGRAFIA	44

INTRODUZIONE

I sogni sono dei fenomeni complessi, affascinanti e dalle numerosissime sfaccettature che hanno incuriosito uomini e studiosi di ogni epoca e cultura.

La mole di teorie e nozioni elaborate su questi fenomeni è immensa, non basterebbero mille pagine per analizzarla tutta nel dettaglio, perciò, ciò che ho cercato di fare, all'interno del mio elaborato, è fornire una panoramica, il più ampia possibile, delle visioni ed interpretazioni che sono state elaborate nell'arco dei secoli.

Nel primo capitolo ho cercato di ricostruire un excursus storico del sogno partendo dalle interpretazioni dell'Antico Oriente, per poi passare alla Grecia Antica, al periodo medievale ed infine ai giorni nostri in modo tale da identificare le diverse caratteristiche e ruoli che i sogni hanno assunto nei diversi periodi.

Per poter raggiungere questo obiettivo, in questo capitolo, ho deciso di non entrare nello specifico delle teorie dei diversi autori poiché la ricchezza di particolari avrebbe reso, a mio parere, il percorso storico meno chiaro.

Nel secondo capitolo, invece, entro più nel particolare trattando le teorie di alcuni dei più importanti studiosi dei sogni.

Anche qui, però, sempre con l'obiettivo di fornire una panoramica il più possibile ampia, ho cercato di individuare autori appartenenti a diverse epoche, o che almeno partissero da assunti differenti, in modo tale da fornire un'immagine a trecentosessanta gradi dei fenomeni onirici.

Prima di procedere con la trattazione, vorrei ringraziare coloro che mi sono stati vicini in questo percorso di crescita personale e professionale.

Un sentito grazie al mio relatore, il Professor Maurizio Gasseau, per i suoi preziosi consigli e per avermi fornito ogni materiale utile alla stesura dell'elaborato.

Ringrazio infinitamente anche mia madre e mio padre per avermi supportato durante questo percorso universitario.

CAPITOLO I

EXCURSUS STORICO DEL SOGNO

1.1 Un ponte tra il Divino e l'umano

Sin dai più antichi albori della civiltà i sogni sono stati oggetto di interesse e studio per moltissimi popoli e culture.

Questa attrazione da parte delle civiltà antiche verso il mondo onirico deriva dalle qualità che erano state attribuite ai sogni, tra cui: facoltà divinatorie, premonitorie e terapeutiche (Mancia, 2004).

I primi popoli ad interessarsi a questi straordinari fenomeni furono i popoli provenienti dell'Antico Oriente, in particolare da: Egitto, Babilonia, Israele, Arabia, India e Cina.

I sogni erano visti da queste culture come un ponte in grado di mettere in contatto l'uomo con il Divino e come il miglior mezzo per conoscere la verità.

Tra questi popoli quello che viene considerato il primo ad aver compreso la reale importanza dei sogni è quello egizio, poiché fu il primo che, oltre ad esaminare gli aspetti formali dei sogni come il racconto, la simbologia e il contenuto, studiò anche il loro linguaggio (Mancia, 2004).

Nell'antico Egitto (3900 a.C.-342 a.C.) si credeva che i sogni fossero in grado di curare, di predire il futuro, che avessero qualità divinatorie e che fossero persino legati alla sfera sessuale. Per queste motivazioni venivano utilizzati spesso e in diversi ambiti, ad esempio: per conoscere il destino umano, per valorizzare la sessualità, per capire il ruolo dell'uomo nel mondo e conoscere le cause delle malattie e i rimedi per curarle (Mancia, 2004).

Bisogna, inoltre, ricordare che fu proprio questo fantastico popolo ad inventare la pratica dell'incubazione, tecnica che si diffonderà notevolmente nell'Antica Grecia, che consisteva nel dormire in un'area sacra, come un tempio, per sperimentare in sogno rivelazioni sul futuro oppure ricevere cure e benedizioni di vario tipo (Mancia, 2004).

Possiamo, dunque, considerare gli egizi come i precursori del pensiero psicoanalitico recente (Mancia, 2004).

La letteratura proveniente dal popolo di Babilonia (1894 a.C-539 a.C.) è minore rispetto alla letteratura egizia ma ci ha permesso comunque di individuare la caratteristica principale della visione babilonese dei sogni.

Essi erano considerati espressione della natura diabolica dell'uomo, per questo motivo, veniva data una maggiore attenzione ai sogni cattivi e persecutori (Mancia, 2004).

Troviamo, inoltre, in questo popolo un bel esempio di trasformazione di esperienze dal carattere estremamente moderno: i babilonesi, infatti, consigliavano di incidere i sogni cattivi su una tavoletta di argilla e di passare la tavoletta sotto l'acqua in modo tale che il sogno potesse dissolversi insieme all'argilla (Mancia, 2004).

Un rapporto molto diverso con i sogni caratterizzava la cultura del popolo d'Israele.

I sogni qui venivano considerati unicamente in una prospettiva teologica, possedevano un carattere fortemente allegorico e profetico, in quanto derivanti direttamente da Dio, e venivano considerati il mezzo attraverso cui Dio trasmetteva le sue leggi (Mancia, 2004).

I sogni sono presenti anche all'interno dei testi sacri d'Israele, la Bibbia e il Talmud, e il secondo, in particolare, è il testo in cui compare la prima chiave interpretativa dei sogni.

Mancia (2004, p.17) riprendendo le parole di Michele Tocci (1985) afferma che: «Qui si leggono riferimenti al sogno e alla sua interpretazione di estrema attualità, come quelli in cui si sottolinea l'importanza delle emozioni nel sogno per decidere della sua veridicità [...]»¹.

Anche la cultura islamica si interessò notevolmente all'arte oniromantica, la quale fu l'unica arte divinatoria a non essere ripudiata. Si legge, anzi, in numerosi testi oniromantici arrivati fino ai giorni nostri, che persino il Profeta Maometto era molto interessato a questo tipo di arte.

L'interpretazione dei sogni fu uno degli aspetti di maggior interesse per questo popolo, ed è dimostrato dal fatto che, le fonti più accreditate, parlano di 7.500 onirocritici presenti in Islam, i quali scrissero persino dei dizionari di rapida consultazione contenenti interpretazioni di sogni (Mancia, 2004).

Teorie molto innovative vennero elaborate anche dai filosofi indiani.

Nei Veda, testi sacri del XV-X secolo a.C., si legge come per questa cultura i sogni fossero considerati fenomeni in grado di selezionare la realtà e in grado di allargare la conoscenza e coscienza degli uomini; aspetto teorico estremamente moderno.

Bisogna, inoltre, sottolineare che fu di Budda l'idea che il mondo non sia altro che un grande sogno (Mancia, 2004).

Ritroviamo una predilezione per i sogni cattivi e persecutori nella letteratura dell'antica Cina (2100 a.C.-221 a.C.), la quale abbonda di teorie sui sogni e sulla loro interpretazione. Analizzandola possiamo notare due aspetti che accomunano l'antica cultura cinese alle culture

¹ Mancia, M. (2004). *Il sogno e la sua storia: Dall'Antichità all'attualità*. Venezia: Marsilio, p. 17.

sopracitate, ovvero: il valore di presagio attribuito ai sogni e il fatto che essi venivano considerati come mezzo di comunicazione tra le potenze soprannaturali e gli uomini (Mancia, 2004).

C'è però anche un aspetto che differenzia questa cultura da quelle precedentemente citate: in antica Cina i sogni avevano carattere aristocratico, nel senso che solo la classe al potere si poteva dedicare alla loro interpretazione, mentre in Egitto, Babilonia, Islam ecc... l'interpretazione era di dominio popolare (Mancia, 2004).

Possiamo concludere con il dire che, nonostante la concezione divina del sogno, alcune intuizioni avute da queste antichissime civiltà hanno un carattere estremamente attuale. Fatto che affascina e sorprende.

1.2 Una porta sul futuro

In Antica Grecia l'interpretazione dei sogni diventa una scienza vera e propria.

Questa transizione da arte divinatoria a scienza iniziò con Artemidoro di Dalidi, professionista interprete e importante onirocritico vissuto nel II secolo d.C., che per primo propose un'interpretazione sistematica dei sogni (Mancia, 2004).

Ricordiamo Artemidoro anche per le sue teorie originali ed innovative ma approfondiremo questo aspetto nel secondo capitolo.

Fortunatamente, però, la letteratura del popolo greco antico ci offre un panorama vario e affascinante, ricco di personaggi illustri, perciò, sono numerosi gli studiosi che possiamo citare oltre ad Artemidoro (Mancia, 2004).

Degno di nota è sicuramente Aristandro di Talmesso, indovino alla corte di Filippo il Macedone e poi al seguito di Alessandro Magno.

La sua tecnica interpretativa consiste in un lavoro sul linguaggio, in particolare sulla scomposizione delle parole e su procedimenti paralogici.

Questa sua attenzione al linguaggio rende Aristandro un analista *ante litteram* (Mancia, 2004).

Altro personaggio di spicco dell'oniologia greca antica fu Apollodoro, proveniente anch'esso da Talmesso, il quale, secondo gli studiosi, ebbe una certa predilezione per i sogni erotici ed osceni (Mancia, 2004).

Ricordiamo, inoltre, Artemone di Mileto, il quale riprese le pratiche mediche-incubatorie, tecnica come sappiamo di origine egizia, presso il tempio di Sarapis, che lo resero responsabile

di numerose guarigioni. Formulò, inoltre, una teoria generale sui sogni e scrisse un trattato su di essi composto da 22 libri (Mancia, 2004).

Ritroviamo l'attualità che caratterizza il pensiero degli antichi greci nell'ipotesi elaborata da Dioniso di Heliopolis, onirologo vissuto nel I secolo d.C., sulla legittimità delle interpretazioni. Egli sosteneva che: «l'animo si richiama ad esse senza verificarne l'attendibilità»² (Mancia, 2004, p. 43) e per questo anche quando le vicende sognate non sono vere, la loro interpretazione è legittima.

Da notare è la notevole vicinanza di questa teoria con l'idea di Freud, secondo cui: «nell'inconscio non c'è spazio per la verità storica, ma dominano la fantasia e il desiderio»³ (Mancia, 2004, p.43).

Degno di nota è anche Stratone di Lampasco, primo psicofisiologo del sonno della storia. Stratone, essendo un psicofisiologo, basò la sua ricerca e la sua teoria su dati esclusivamente fisiologici arrivando all'ipotesi che: «il sonno sia la conseguenza di un ritirarsi in sé stesso del processo da cui dipendono le sensazioni»⁴ (Mancia, 2004, p. 44). Da questo ritiro delle sensazioni, secondo lo studioso greco antico, dipenderebbe: «un incremento delle facoltà fantastiche»⁵ (Mancia, 2004, p. 44), che avviene mentre si sogna.

In questa ipotesi possiamo nuovamente ritrovare analogie con il pensiero di Freud, in particolare con l'ipotesi che il sonno sia: «un ritirarsi narcisistico della libido dagli oggetti sull'Io»⁶ (Mancia, 2004, p. 44).

Tra i più illustri studiosi dei sogni della Grecia Antica, non può non esserci Sinesio di Cirene, importante onirologo vissuto nel V secolo d.C.

Sinesio fu l'autore di un famoso trattato sui sogni, intitolato: “*De insomniis*”, nel quale troviamo la sua accezione dei sogni, descritti da lui come: «Un veicolo di esperienze mistiche»⁷ (Mancia, 2004, p. 44).

Egli visse in un'atmosfera completamente diversa rispetto ai suoi predecessori, libero da preoccupazioni teoriche e necessità professionali che gli permisero di dedicarsi alla sua più

² Ivi, p. 43.

³ *Ibidem*.

⁴ Ivi, p. 44.

⁵ *Ibidem*.

⁶ *Ibidem*.

⁷ *Ibidem*.

grande passione, la retorica. La passione di Sinesio per la retorica è un aspetto che va sottolineato, in quanto lo condusse a brillanti osservazioni, tra cui l'ipotesi: «[sulla] corrispondenza dei sentimenti di amore e di odio che compaiono nel sogno e che sono vissuti nella veglia»⁸ (Mancia, 2004, p. 44) e l'idea: «sulla arbitrarietà dei rapporti spaziali e temporali del sogno»⁹ (Mancia, 2004, p. 44). L'ultima ipotesi anticipa due importanti concetti della psicologia moderna: quello di condensazione e spostamento (Mancia, 2004).

Infine, va ricordato che fu proprio questo studioso il primo a sostenere che: «gli uomini abbiano avuto dai sogni l'ispirazione a ideare le favole»¹⁰ (Mancia, 2004, p. 44), ipotizzando quindi: «un parallelismo analogico e una equivalenza tra favola e sogno che trova nell'inconscio una fonte comune»¹¹ (Mancia, 2004, p. 44). Cardano, importante studioso rinascimentale, riprenderà questo concetto (Mancia, 2004).

Il contributo dato allo sviluppo dell'onirologia da parte della civiltà greca antica è enorme.

La letteratura riguardante i sogni giunta fino ai giorni nostri è vastissima e ci dimostra l'estremo interesse mostrato da questo popolo verso il mondo onirico.

Dobbiamo a questa civiltà molte delle più interessanti ed illuminanti teorie sui sogni.

1.3 I sogni nel Medioevo

Per poter trattare il tema dei sogni nel medioevo è necessario dividere questo periodo in due: Alto Medioevo (476 d.C-1000 d.C.) e Basso Medioevo (XI secolo d.C.-XV secolo d.C.), a causa delle notevoli differenze di prospettive presenti tra questi due periodi.

A livello generale possiamo dire che la grande differenza presente tra il primo e il tardo Medioevo e la direzione verso cui vanno i sogni.

Nel primo medioevo assistiamo ad un processo di aristocratizzazione dei sogni, diventano un fenomeno elitario, ovvero, solo i sogni dei re e dei sacerdoti avevano valore, mentre l'uomo comune non aveva il diritto di sognare. Nel tardo medioevo, invece, avviene il processo contrario, ovvero la laicizzazione dei sogni, scompaiono dunque le gerarchie, chiunque ha il

⁸ *Ibidem.*

⁹ *Ibidem.*

¹⁰ *Ibidem.*

¹¹ *Ibidem.*

diritto di sognare e il sogno assume un valore nuovo, diventa: «un'esperienza capace di procurare all'uomo medievale un'evasione dalla realtà»¹² (Mancia, 2004, p. 47).

Per quanto riguarda l'Alto Medioevo più nello specifico, fu un periodo caratterizzato dall'intreccio di molte tradizioni. Il legame con la cultura greco-romana era ancora forte, venivano, per esempio, praticati sia i riti pagani dell'incubazione, sia le pratiche di meditazione e contemplazione dei primi santi ed eremiti cristiani. La differenza tra la cultura medievale è quella greco-romana, però, è che: essendo la seconda pagana, i sogni erano un mezzo che permetteva di mettere in contatto l'uomo con gli Dei, mentre la prima essendo cristiana, non parlava più di Dei ma di un solo Dio (Mancia, 2004).

Un'altra differenza tra le due culture è il criterio secondo cui i sogni venivano categorizzati in veri o falsi. La cultura greco-romana considerava i sogni veri o falsi in base alla loro porta di provenienza¹³, nel Medioevo, invece, i sogni si dividevano in diabolici, considerati fallaci poiché provenienti dal Diavolo o divini, considerati veri poiché mandati da Dio (Mancia, 2004). Il grande merito di aver introdotto il Diavolo nel determinismo dei sogni viene attribuito a Quinto Settimo Fiorente Tertulliano, primo grande teologo cristiano e studioso dei sogni vissuto a cavallo tra il II secolo d.C. e il III secolo d.C., fondatore di una vera e propria teologia dei sogni (Mancia, 2004).

L'introduzione dell'idea del Diavolo come spirito maligno in contrapposizione con gli spiriti benigni¹⁴, portatore di sogni fallaci, ha creato una grossa modificazione nel pensiero classico sui sogni e ha permesso a Tertulliano di affrontare in modo più convincente, rispetto alla cultura antica, il tema della bipolarità dei sogni (Mancia, 2004).

L'ingresso del Diavolo nel mondo onirico, però, ha anche contribuito ad attirare i sogni nel regno degli inferi rendendoli, così, una minaccia mortale (lo stesso Tertulliano considerava la notte come un'immagine della morte e il mattino come una rinascita) (Mancia, 2004).

Nel suo trattato sui sogni, intitolato: "*De Anima*", Tertulliano dà la sua definizione dei fenomeni onirici descrivendoli come: «un accidente dell'anima»¹⁵ (Mancia, 2004, p. 49). Il filosofo romano da questa definizione in quanto non li considera fenomeni volontari, poiché prodotti dall'anima durante il sonno, momento in cui il corpo è dormiente (Mancia, 2004).

¹² Ivi, p. 47.

¹³ In un passo dell'*Odissea* Virgilio riporta le parole di Penelope, la moglie di Ulisse, la quale afferma che sono due le porte da cui provengono i sogni: quella d'avario, che appartiene ai sogni che illudono e quella di corno, che appartiene ai sogni veritieri.

¹⁴ Gli Angeli.

¹⁵ Ivi, p. 49.

Un'altra importante figura di raccordo tra il periodo greco-romano e il Medioevo è Agostino, filosofo romano vissuto tra il 354 d.C. e il 430 d.C.

Anche con Agostino, come con Tertulliano, l'anima ricopre un ruolo da protagonista, considerata come il luogo prediletto delle emozioni del sogno (Mancia, 2004).

Egli divise i sogni in tre categorie: corporali, spirituali e intellettuali.

I primi rappresentavano ciò che l'occhio vede, i secondi erano prodotti dall'immaginazione e i terzi costituivano le funzioni dell'intelletto (Mancia, 2004).

Nonostante questa divisione basata su caratteristiche umane, però, rimane in Agostino l'idea che i sogni possano avere origine divina, e che essi siano un mezzo usato da Dio per trasmettere i messaggi agli uomini (Mancia, 2004).

Considerare i sogni come il mezzo attraverso il quale Dio trasmette conoscenza agli uomini si scontra, però, con la convinzione dello stesso Agostino che i sogni non siano sempre la via regia per conoscere la verità, a causa della presenza dei sogni erotici e sessuali (Mancia, 2004).

Questa posizione di Agostino si consolidò nel primo medioevo, periodo caratterizzato, infatti, da un clima di diffidenza nei confronti dei sogni (Mancia, 2004).

In questo periodo, inoltre, assistiamo alla trasformazione dei sogni in una forma di ideologia da parte della Chiesa, la quale si accorse subito che attraverso l'interpretazione dei sogni poteva esercitare un forte controllo sulle persone. I sacerdoti affermarono che solo i loro sogni e quelli dei Re erano mandati da Dio, mentre quelli della gente comune erano opera del Diavolo, e si autoproclamarono gli unici in grado di interpretare i fenomeni onirici, diventando così, gli unici vigilanti della salute morale dei sudditi (Mancia, 2004).

È facile intuire come in questa maniera la Chiesa si garantì una posizione di controllo sulle masse.

A partire dal XII secolo d.C., però, con il passaggio dall'Alto al Basso medioevo assistiamo ad un cambio di rotta. Figure di riferimento di questo mutamento di pensiero furono: Giovanni di Salisbury e Pascale Romano (Mancia, 2004).

Il primo introdusse il concetto, molto moderno, che uno stesso simbolo può assumere diversi significati.

Il contributo di Romano, invece, fu rilevante sotto diversi aspetti: innanzitutto cercò di attribuire ai sogni una valenza scientifica sostenendo che essi possono essere utilizzati per fare diagnosi mediche corrette, dopodiché introdusse un concetto molto attuale, ovvero che i sogni sotto le loro immagini e simboli nascondono dei significati che vanno portati alla luce ed interpretati. Ma il suo contributo più grande rimane, secondo Mancia (2004, p. 53): «aver ridotto il sogno

da una dimensione cosmologica ad una più privata, di una psicologia individuale, e aver proposto un'interpretazione che tenga conto delle tipologie individuali»¹⁶.

Nonostante queste importanti innovazioni di pensiero, però, rimaneva radicata nella cultura medievale la credenza che i sogni avessero valenza premonitrice e che fossero la via regia per conoscere la verità.

Si occuparono dei sogni persino personaggi del calibro di Dante Alighieri e Giovanni Boccaccio.

La rappresentazione dei sogni compare spesso nel pensiero poetico di Dante, il quale ne sottolineò soprattutto l'aspetto passionale e il fatto che essi lasciano un segno nella mente del sognatore. Possiamo, inoltre, ritrovare in alcuni sonetti di questo immenso poeta un richiamo ad un concetto dal carattere freudiano, ovvero, la visione dei sogni come custodi del sonno (Mancia, 2004).

Ma è con le novelle del "*Decamerone*" di Boccaccio che la cultura medievale si avvicina di più a quella dei giorni nostri (Mancia, 2004).

Boccaccio utilizzava i sogni soprattutto, riprendendo le parole di (Cardini, 1980, in Mancia, 2004, p. 59): «Per rilevare una tensione emotiva che regola la vita emotiva dei protagonisti e la struttura psicologica della società del suo tempo»¹⁷.

In questi sogni i protagonisti provano sentimenti d'amore che vengono però accompagnati dal desiderio, dalla gelosia, dalla morte ecc... aspetto che rende l'uomo trecentesco molto simile a quello moderno. Sono, inoltre, sogni estremamente realistici nei quali sono facilmente identificabili i sentimenti provati dalle persone durante la vita quotidiana, che appaiono gli stessi provati dall'uomo contemporaneo (Mancia, 2004).

In conclusione, mettendo a confronto i sogni boccaceschi con quelli odierni, le differenze non sono molte. Le emozioni provate durante i sogni dall'uomo medievale e quelle provate dall'uomo moderno appaiono le stesse, ma ciò che cambia sono gli oggetti con cui esse vengono rappresentate, cambiamento dovuto all'evolversi delle società e dell'uomo nell'arco dei secoli (Mancia, 2004).

¹⁶ Ivi, p. 53.

¹⁷ Ivi, p. 59.

1.4. Il sogno nella prospettiva analitica

I sogni nel mondo contemporaneo diventano un prodotto dell'uomo.

A partire dalle teorie sull'inconscio di Freud, grande neurologo e psicoanalista austriaco considerato il fondatore della psicoanalisi vissuto a cavallo tra il XIX secolo d.C. e il XX secolo d.C., assistiamo ad un capovolgimento dell'ordine di derivazione dei sogni che non vengono più considerati un prodotto divino, ma un prodotto dell'uomo stesso (Mancia, 2004).

Questo cambio di prospettiva può essere considerato il grande spartiacque tra la visione antica dei sogni e i paradigmi moderni. In seguito tratteremo le sue teorie più nello specifico.

Con l'ampliarsi delle conoscenze a disposizione, negli anni '30, assistiamo ad un cambio di paradigma. Prende il posto del modello pulsionale freudiano, limitativo e non del tutto corretto, il modello relazionale di Melanie Klein, che, come si può dedurre dal nome, fondava la sua teoria della mente sulla relazione (Mancia, 2004).

La Klein, anch'essa psicoanalista di origini austriache, propose un'idea di inconscio differente rispetto a Freud, caratterizzato non più da processi di rimozione ma da processi di scissione e identificazione proiettiva. Così facendo, il rimosso non è più la spinta che porta l'inconscio a creare il sogno, ma diventa l'insieme delle rappresentazioni interne che il bambino crea in relazione al rapporto con la madre e con l'ambiente, che si stratificano nell'inconscio nella prima infanzia (Mancia, 2004).

L'inconscio diventa, dunque, un luogo dove i traumi e le fantasie del bambino non vengono rimossi ma archiviati. Questi traumi non verranno ricordati, in quanto archiviati nella memoria implicita, ma comunque saranno in grado di influenzare la vita dell'individuo anche da adulto (Mancia, 2004).

La stratificazione delle rappresentazioni interne, inoltre, rappresenta le tappe evolutive a cui andrà incontro il bambino, che partecipando alla costruzione del sogno, rendono quest'ultimo: «lo strumento simbolico più accreditato per riportare alla luce eventi sepolti nella memoria»¹⁸ (Mancia, 2004, p. 96).

Dalle intuizioni della Klein presero spunto Bion (1897 d.C.-1979 d.C.) e Money-Kyrle (1898 d.C.-1980 d.C.), per la costruzione del loro modello epistemologico, il quale attribuisce ai sogni ulteriori funzioni.

¹⁸ Ivi, p. 96.

Money-Kyrle (1961, in Mancina, 2004, p. 99) sostenendo che: «Se l'uomo è la rappresentazione del mondo e in essa si identifica la sua dimensione conoscitiva, il sogno in quanto rappresentazione simbolica del mondo interno dell'uomo, a partire dalle sue prime esperienze di vita e al di là del ricordo, diventa esso stesso fonte di conoscenza»¹⁹, rende il sogno una fonte globale di conoscenza dell'uomo.

Bion, invece, introducendo l'ipotesi che: «Il sogno abbia anche lo scopo di trasformare le esperienze sensomotorie della veglia in pensiero del sogno»²⁰ (Bion 1962, Mancina, 2004, p. 99), cambia totalmente il rapporto tra inconscio e sogno. Se con Freud il sogno costituiva una barriera che evitava che i contenuti dell'inconscio arrivassero indisturbati alla coscienza, ora questa barriera costituisce un punto di contatto tra l'inconscio e la realtà (Mancina, 2004).

Nelle teorie di Bion si comincia ad intravedere un'attenzione verso la vita diurna, aspetto che caratterizzerà l'analisi dei sogni moderna.

La psicoanalisi moderna, infatti, sostiene che le immagini manifeste che compongono i sogni non acquistano valore solo in relazione a qualcos'altro ma possiedono anche un valore intrinseco, in quanto costituiscono una rappresentazione delle esperienze diurne (Varchi, 2019).

Questa nuova tendenza prende il nome di *continuity hypothesis*, secondo la quale: «Nei nostri sogni continuiamo ad affrontare gli *emotionally relevant concerns* della vita di veglia, e i sogni, a loro volta, influenzano il nostro sonno e la nostra vita»²¹ (Migone 2006, Varchi 2019, p. 20). Possiamo concludere questo nostro viaggio partito dall'Antico Oriente, per arrivare fino ai giorni nostri, con le parole di Zavattini (2019, p. 20), che riprendendo il pensiero di Fossahge (2008), afferma che: «Il sogno può oggi essere pensato come un organizzatore dell'esperienza, si potrebbe dire che esso ha una funzione di ristrutturazione e riorganizzazione dei pensieri diurni allo scopo di favorire sempre un migliore adattamento e funzionamento mentale»²².

¹⁹ Ivi, p. 99.

²⁰ *Ibidem*.

²¹ Zavattini, G. C. (2019). Il sogno e la coppia: Il sogno nella psicoterapia psicoanalitica di coppia come regolazione del campo intersoggettivo, *Varchi*, 21, 20.

²² *Ibidem*.

CAPITOLO II

LE PRINCIPALI ESPERIENZE NELL'ARCO DEI SECOLI

2.1 Artemidoro e l'onirocritica greca

Artemidoro di Daldis fu un interprete professionista ed importante onirocritico vissuto nel II secolo d.C., nacque ad Efeso, una ridente città dell'Asia Minore, ma preferiva considerarsi di Daldis, piccola cittadina della Lidia da cui proveniva la madre.

Come già accennato nel primo capitolo, è stato un personaggio di spicco dell'onirocritica greca ed è ricordato tutt'ora per le sue teorie estremamente attuali e per aver reso, con il suo studio sistematico dei fenomeni onirici, l'interpretazione dei sogni una scienza vera e propria.

Le maggiori informazioni su ciò che rappresentavano i fenomeni onirici per Artemidoro si trovano all'interno del suo trattato sui sogni, nonché il primo trattato di onirocritica della storia. Innanzitutto, per Artemidoro i sogni rappresentavano: «...un movimento o un'invenzione dell'anima, che segnala i beni o i mali futuri»²³ (Del Corno, 1975, p. XXXII).

Il ruolo da protagonista dato all'anima ci dimostra l'influenza del pensiero orientale in Artemidoro.

Un secondo aspetto che dimostra il legame tra il pensiero dell'antico oriente e l'onirocritico greco antico è il fatto che anche per Artemidoro i sogni possedevano un valore premonitorio ed esprimevano il vero (Mancia, 2004).

Infine, una terza dimostrazione è l'affermazione di Artemidoro che: «i sogni non si sottraggono del tutto a una corrispondenza con le vicende del mito»²⁴ (Artemidoro, 1975, p. 239).

A differenza delle culture dell'antico oriente, però, egli non si interessa alla genesi dei sogni o ad aspetti metafisici, ma da molta importanza ai principi classificatori (Artemidoro, 1975).

Distingue, innanzitutto, due grandi gruppi di sogni: i sogni simbolici, ovvero: «sogni che rappresentano una cosa per mezzo di un'altra, poiché in essi l'anima si esprime per qualche principio fisico in forma enigmatica»²⁵ (Artemidoro, 1975, p. 7) e si realizzano dopo qualche

²³ Del Corno, D. (Ed.). (1975). *Il libro dei sogni*. Milano: Adelphi, p. 239.

²⁴ Ivi, p. 239.

²⁵ Ivi, p. 7.

tempo; e i sogni diretti: «il cui effetto corrisponde esattamente all'immagine»²⁶ (Artemidoro, 1975, p. 6) e si realizzano immediatamente. Per Artemidoro sono i primi ad avere valore.

Sulla base di questi due gruppi individua e contrappone i differenti tipi di sogni, ad esempio: i sogni profetici, che hanno valore premonitorio, da quelli non profetici, che rappresentano il presente (Artemidoro, 1975). Dopodiché, con lo stesso criterio, differenzia anche i sogni dalle visioni oniriche: i primi ci forniscono indizi sul futuro, mentre i secondi, prendendo forma dalle passioni, non possono dirci qualcosa sul futuro in quanto rappresentano ciò che il sognatore sente in quel determinato momento. Inoltre, la visione è: «ciò che è privo di significato, [...] ha efficacia soltanto nel sonno e avviene in seguito ad un desiderio irrazionale»²⁷ (Artemidoro, 1975, p. 211), mentre il sogno è: «ciò che conserva la sua efficacia anche dopo il sonno e, ha un esito buono oppure cattivo»²⁸ (Artemidoro, 1975, p. 211).

Altre due categorie introdotte da Artemidoro sono i sogni ripetuti e quelli composti: i primi sono: «i sogni che si presentano più volte»²⁹ (Artemidoro, 1975, p. 231), essi presentano lo stesso significato se appaiono a brevi intervalli di tempo l'uno dall'altro altrimenti assumono significati diversi ogni volta che si presentano. Nel primo caso, secondo l'onirocritico, è l'anima che propone frequentemente la stessa immagine in quanto: «preannuncia cose serie e importanti e non secondarie, oppure perché ha cominciato a vederle molto tempo prima della loro realizzazione e non cessa di vederle.»³⁰ (Artemidoro, 1975, p. 231). I secondi, invece, sono composti da più scenari e per essere interpretati devono essere scomposti, ovvero le immagini del sogno devono essere interpretate separatamente (Artemidoro, 1975).

Come accennato all'inizio, le ipotesi fatte da Artemidoro sono estremamente anticipatorie per il periodo in cui vive, ne è un esempio la sua concezione di interpretazione dei sogni, egli afferma: «l'interpretazione dei sogni non è altro che accostamento di simili»³¹ (Del Corno, 1975, p. XXXVII), ovvero indagare cosa riporta alla mente del sognatore una determinata immagine onirica, con la quale anticipa di diversi secoli il concetto freudiano di associazioni libere. C'è una differenza però tra i due autori: «Artemidoro si riferisce all'associazione suscitata nella mente dell'interprete, mentre per Freud ha rilevanza l'associazione presente nella coscienza del sognante»³² (Del Corno, 1975, p. XXXVII).

²⁶ Ivi, p. 6.

²⁷ Ivi, p. 211.

²⁸ *Ibidem.*

²⁹ Ivi, p. 231.

³⁰ *Ibidem.*

³¹ Ivi, p. XXXVII.

³² *Ibidem.*

Un'altra ipotesi che fa di questo importante onirocritico uno psicoanalista *ante litteram* è quella secondo cui gli oggetti della propria passione durante la veglia sono rappresentati da altri oggetti corrispondenti ad essi durante il sogno. Con questa geniale intuizione Artemidoro anticipa il concetto di simbolo, nuovamente, di Sigmund Freud (Mancia, 2004).

Artemidoro individua anche un genere ed una specie dei sogni. Per quanto riguarda il primo ci possono essere: «sogni che preannunciano molte cose per mezzo di molti segni, altri poche per mezzo di molti, altri ancora molte cose per mezzo di pochi segni, infine altri ne preannunciano poche per mezzo di molti»³³ (Artemidoro, 1975, p. 12). Per quanto concerne la specie, invece, sostiene che: «Alcuni sogni sono buoni sia per l'aspetto interno sia per quello esterno, e altri sono cattivi per entrambi gli aspetti; altri sono buoni per l'aspetto interno e cattivi per quello esterno, e altri ancora cattivi per quello interno e buoni per quello esterno»³⁴ (Artemidoro, 1975, p. 14). Con aspetto interno ed esterno Artemidoro intende rispettivamente l'immagine del sogno e il suo esito.

L'onirocritico di Daldi individua, inoltre, un metodo per distinguere i sogni favorevoli da quelli sfavorevoli: i sogni favorevoli possiedono immagini concordanti con: la natura, le leggi, l'uso, i nomi e il tempo; mentre i sogni sfavorevoli possiedono immagini che si oppongono a questi sei elementi. Artemidoro precisa, però, che questo principio non è sempre valido ma solo nella maggioranza dei casi, infatti: «sovente anche contro la realtà dei fatti accade che sogni contrastanti con la natura o con gli altri elementi riescano a buon fine»³⁵ (Artemidoro, 1975, p. 216).

Artemidoro, come si può intuire, dava molta importanza alle immagini che compaiono nei sogni e ai loro significati, il suo trattato, infatti, ne è ricco. Un esempio interessante riguarda gli oggetti intrecciati come: ceste, collanine d'oro, panieri ecc... che vengono considerate da Artemidoro di buon auspicio per quanto riguarda i matrimoni e la società perché l'intreccio rappresenta l'unione e come dei cattivi segni per quanto riguarda i viaggi o la fuga perché se si è legati non si può andare da nessuna parte. Preannunciano, inoltre, sciagura negli affari tranne per coloro che ingannano e infine devono essere temute da chi possiede preoccupazioni o ansie in quanto queste immagini indicano che rimarranno a loro legate (Artemidoro, 1975).

Ritorniamo infine alla pratica interpretativa: Artemidoro (1975) dà molta importanza alla figura dell'interprete che deve possedere un'approfondita cultura generale e delle buone qualità

³³ Ivi, p. 12.

³⁴ Ivi, p. 14.

³⁵ Ivi, p. 216.

naturali, poiché, per fare una buona interpretazione, non ci si può affidare solamente alla letteratura.

Deve essere, inoltre, un ostinato investigatore, per riuscire ad ottenere il maggior numero di informazioni sul sognatore, e deve prestare attenzione ai particolari.

Infine, nella sua interpretazione il professionista deve tenere conto della personalità di chi sogna, perciò, prima di interpretarli è necessaria un'accurata anamnesi del soggetto (Artemidoro, 1975).

Per quanto riguarda, invece, ciò che non deve fare l'interprete, Artemidoro (1975, p. 19) afferma che: «[egli] non deve trarre presagi né improvvisare a proposito di ciò che non gli riesce di comprendere compiutamente, poiché a lui ne verrebbe cattiva fama, e danno al cliente»³⁶.

Consiglia, poi: «Disprezza coloro che applicano ai sogni interpretazioni eccessivamente enigmatiche; costoro non hanno idea delle immagini del sogno, oppure attribuiscono agli dei malvagità e malizia [...] così da indurli a ricercare anche ciò che non sarebbe loro necessario invece di apprendere grazie ai sogni il futuro»³⁷ (Artemidoro, 1975, p. 254).

Infine, per quanto riguarda i sogni, sostiene che si possano trattare solo quelli che sono ricordati per intero, perché per una corretta interpretazione, vi è la necessità di poter interpretare tutto il sogno e non solo una parte (Artemidoro, 1975).

2.2 Freud e l'inconscio

Sigmund Freud (1856-1939) è stato un neurologo, filosofo e psicoanalista austriaco, nonché fondatore della psicoanalisi.

Le sue teorie possiedono un ruolo fondamentale nella letteratura della psiche e dei sogni tant'è che ancora oggi costituiscono un modello e punto di riferimento.

La sua visione del mondo onirico è racchiusa all'interno della sua illustre opera: "L'interpretazione dei sogni", all'interno della quale, Freud, conduce una dettagliata indagine di questi fenomeni.

Innanzitutto, vediamo cosa rappresentano i sogni per Freud (1973, p. 130):

³⁶ Ivi, p. 19.

³⁷ Ivi, p. 254.

«Il sogno è un fenomeno psichico valido e precisamente l'appagamento di un desiderio; va inserito nel contesto delle azioni psichiche della veglia, a noi comprensibili; è frutto di un'attività mentale assai complessa.»³⁸.

Questa definizione incontra diverse obiezioni, in quanto molti studiosi sottolineano il fatto che i sogni non sono tutti sogni di desiderio ma spesso si incontrano sogni spiacevoli, sogni d'angoscia ecc... Freud (1973, p. 141) controbatte a questa critica affermando: «[...] la nostra teoria non si basa sulla valutazione del contenuto onirico manifesto, ma si riferisce al contenuto di pensieri che il lavoro di interpretazione riconosce dietro il sogno. Noi contrapponiamo contenuto manifesto a contenuto latente»³⁹. Da ciò deriva che anche i sogni che appaiono penosi, una volta interpretati, si rivelano appagamenti di desideri (Freud, 1973).

Con contenuto manifesto Freud (1973) si riferisce a ciò che i sogni rappresentano palesemente, mentre il contenuto latente è ciò che si nasconde dietro al contenuto manifesto, che viene a galla solo dopo l'interpretazione e al cui interno si trova il vero significato dei sogni.

Lo psicoanalista austriaco sostiene, inoltre, che il contenuto manifesto sia il risultato di un processo di deformazione del contenuto latente in quanto il desiderio espresso in maniera palese non sarebbe accettato dalla coscienza. Avviene, in pratica, una censura del contenuto latente e un travestimento del desiderio che portano l'autore a supporre che: «[ci siano] nell'individuo, come cause della strutturazione del sogno, due forze [istanze] psichiche [...], una delle quali plasma il desiderio espresso dal sogno, mentre l'altra esercita una censura su questo desiderio, provocando necessariamente una deformazione della sua espressione.»⁴⁰ (Freud, 1973, p. 148). Queste due istanze verranno in seguito denominate da Freud (1973), rispettivamente, inconscio e preconcio e verranno utilizzate per spiegare l'origine dei sogni, affermando che, il primo è il luogo dove risiedono i pensieri dei sogni e perciò il luogo da cui prende avvio la formazione delle immagini oniriche; mentre il secondo svolge la funzione di modifica del materiale inconscio, indispensabile per la rappresentazione dei fenomeni onirici.

Freud (1973, p. 500) sostiene, inoltre, che il desiderio possa avere tre diverse provenienze:

«Primo, può essere stato suscitato di giorno e non aver trovato soddisfazione, in seguito a circostanze esterne; rimane allora libero per la notte un desiderio riconosciuto e irrisolto; secondo, può essere emerso di giorno, ma essere stato respinto; ci rimane allora un desiderio

³⁸ Freud, S. (1899). *Die Traumdeutung*. (trad. it. L'interpretazione dei sogni, Boringhieri, Bergamo, 1973), p. 130.

³⁹ Ivi, p. 141.

⁴⁰ Ivi, p. 148.

irrisolto ma represso; oppure, terzo, può non avere riferimento con la vita diurna e far parte di quei pensieri che si destano in noi, dalla zona del represso, soltanto di notte»⁴¹.

Inizialmente l'autore considera tutte e tre le tipologie di desiderio in grado di suscitare sogni ma poi ritratta la sua teoria, affermando che: «il desiderio che si presenta nel sogno dev'essere un desiderio infantile.»⁴² (Freud, 1975, p. 502) e visto che il desiderio infantile, nell'adulto, risiede nell'inconscio solo il desiderio inconscio è in grado di suscitare sogni.

Freud (1973) aggiunge, in seguito, che il desiderio infantile alla base del sogno è un desiderio rimosso, ovvero, un desiderio allontanato dalla consapevolezza e rilegato nell'inconscio in quanto il suo soddisfacimento porterebbe dispiacere. Possiamo, dunque, considerare la rimozione del desiderio un meccanismo psichico di difesa (Freud, 1973).

Il fatto di essere appagamenti di desideri costituisce un aspetto comune a tutti i sogni, ma non è l'unico, infatti, Freud (1973) individua un'altra costante, ovvero che tutti i sogni presentano collegamenti con gli avvenimenti del giorno precedente. Ciò non significa, però, che il materiale rappresentato appartenga sempre al giorno precedente, in quanto esso può riferirsi a qualsiasi momento della vita dell'individuo, ma significa che, a qualsiasi evento essi facciano riferimento, avrà sempre un collegamento con fenomeni recenti (Freud 1973).

Il neurologo austriaco aggiunge che, anche in questo caso, avviene una deformazione, in particolare uno spostamento dell'attenzione psichica, operata dai sogni, su avvenimenti indifferenti. Ciò che viene rappresentato all'interno dei fenomeni onirici sono, dunque, avvenimenti secondari, mentre la vera fonte può essere scoperta solo grazie ad un corretto processo di analisi (Freud 1973).

Il contenuto dei sogni è quindi espresso in un linguaggio a noi sconosciuto che è necessario tradurre.

Ciò accade, secondo Freud (1973) a causa di un lavoro onirico operato dai sogni, i quali modificano il proprio linguaggio in modo tale da renderlo accessibile alla coscienza. Questo lavoro comprende diversi processi e occupa un posto prioritario all'interno delle teorie dello studioso.

Freud (1973) afferma che, innanzitutto, è possibile vedere un processo di condensazione all'interno dei sogni, ovvero l'omissione e la condensazione di gran parte del materiale psichico che porta ad una sproporzione tra contenuti e pensieri dei sogni. Il principale esempio di

⁴¹ Ivi, p. 500.

⁴² Ivi, p. 502.

condensazione onirica è la creazione di una persona collettiva, ovvero: «[Riunire] i tratti attuali di due o più persone in una sola immagine onirica.»⁴³ (Freud, 1973, p. 275).

Il secondo processo operato dai sogni è quello di spostamento, descritto precedentemente, il quale, insieme al lavoro di condensazione, trasforma il contenuto latente in contenuto manifesto. Spostamento e condensazione sono, perciò, le due attività che portano alla configurazione dei sogni (Freud, 1973).

Il terzo processo è quello di considerazione della raffigurabilità, ovvero i pensieri dei sogni vengono trasformati in immagini, che andranno a costituire il contenuto dei fenomeni onirici. Questo lavoro permettere la rappresentazione dei pensieri dei sogni e permette di aggirare la censura della coscienza (Freud, 1973).

La fuga dalla censura non è, però, l'unica motivazione, infatti, secondo l'autore, la peculiarità dei sogni di trasformare i pensieri in immagini è dovuta anche al processo di regressione (Freud, 1973).

Con questo termine l'autore indica che l'attività psichica durante i sogni percorre una direzione opposta rispetto alla veglia. In particolare, l'apparato psichico possiede due estremità: una sensoriale, dove vengono ricevuti gli stimoli, e una motoria da dove partono gli *output*, e l'attività psichica solitamente si sposta dalla prima verso la seconda, mentre nei sogni essa intraprende una via retrograda, spostandosi dall'estremità motoria a quella sensoriale.

Durante la regressione, dunque: «[...] la rappresentazione si trasforma nell'immagine sensoriale da cui è sorta in un momento qualsiasi»⁴⁴ (Freud, 1973, p. 493).

Grazie alla regressione è possibile spiegare, secondo lo psicoanalista austriaco: «il fatto, stabilito per via empirica, che nel lavoro onirico tutte le relazioni logiche dei pensieri onirici vanno perdute o trovano soltanto espressione travagliata»⁴⁵ (Freud, 1973, p. 493).

Infine, l'ultimo elemento del lavoro onirico è l'elaborazione secondaria. Questo processo avviene prima del risveglio del sognatore, ad opera del preconscious, e consiste in un rimaneggiamento della struttura dei sogni per renderli maggiormente comprensibili. I sogni subiscono, dunque, due interpretazioni: una da parte dell'istanza psichica sopra citata e una da parte dell'analista durante la veglia (Freud, 1973).

⁴³ Ivi, p. 275

⁴⁴ Ivi, p. 493

⁴⁵ *Ibidem*.

Per quanto riguarda la pratica interpretativa, invece, Freud (1973) afferma che è fondamentale l'analisi del dettaglio, ovvero: «[...] non bisogna focalizzare l'attenzione sul sogno nella sua totalità, bensì soltanto sugli elementi parziali del suo contenuto.»⁴⁶ (Freud, 1973, p. 115).

Dopodiché è importante trattare i sogni come dei sintomi e ciò implica che, riprendendo le parole di Freud (1973, p. 113):

«Si aspira ad ottenere da lui, [il paziente], in primo luogo, un'attenzione più intensa per le sue percezioni psichiche e, secondariamente, l'eliminazione della critica con cui di solito vaglia le idee che spontaneamente gli si presentano. Per raggiungere uno stato di autoosservazione con attenzione concentrata, è vantaggioso che egli assuma una posizione di riposo e chiuda gli occhi; mentre la rinuncia alla critica delle creazioni ideative percepite deve essergli imposta esplicitamente. Gli si dice dunque che il successo della psicoanalisi dipende dal fatto che egli osservi e comunichi tutto ciò che gli passa per la mente e non sia tentato di sopprimere un'idea perché gli sembra insignificante o non pertinente, un'altra perché gli sembra assurda: che deve comportarsi con tutta imparzialità nei confronti di ciò che gli viene in mente, perché proprio la critica gli potrebbe impedire di trovare la soluzione del sogno, dell'idea ossessiva e così via.»⁴⁷.

In sintesi, elementi cardine del modello interpretativo freudiano sono: l'eliminazione della critica in quanto rappresenta una resistenza al processo di analisi che ostacola l'espressione spontanea del paziente e causa in molti casi la dimenticanza dei sogni, infatti, afferma Freud (1973, p. 472): «[...] l'oblio del sogno è in gran parte opera di resistenza»⁴⁸. E stimolare il paziente ad esprimere liberamente tutto ciò che pensa.

Questo ultimo aspetto ricopre un'importanza particolare per Freud poiché egli considera le associazioni libere lo strumento migliore per arrivare ai pensieri inconsci che stanno alla base del sogno.

In conclusione, l'importanza ricoperta dall'interpretazione dei sogni nel processo terapeutico di Freud è data dal fatto che essa rappresenta per lo studioso: «[...] la via regia che porta alla conoscenza dell'inconscio nella vita psichica.»⁴⁹ (Freud, 1973, p. 549).

⁴⁶ Ivi, p. 115.

⁴⁷ Ivi, p. 113.

⁴⁸ Ivi, p. 472.

⁴⁹ Ivi, p. 549.

2.3 Carl Gustav Jung e la psicologia analitica

Carl Gustav Jung (1875-1961) è stato uno degli intellettuali di maggiore importanza del pensiero psicoanalitico. La sua teoria prende il nome di psicologia analitica e costituisce, ancora oggi, uno dei principali riferimenti per lo studio della psiche e dei sogni.

Jung non si interessa sin da subito alla vita psichica, però, infatti il suo interesse primario era la medicina, ma il caso di una ragazza sonnambola stimola in lui l'interesse per la psicologia. Ciò che colpisce Jung è il fatto che la quindicenne risponde alle domande delle sorelle quando è in stato dormiente fatto che lo porta a pensare: «che c'è una vita nascosta della mente la quale si manifesta soltanto nella *trance* o nel sonno»⁵⁰ (Jung, 2003, p. 28).

Per cercare di dare una spiegazione a questo fenomeno il giovane Jung, ancora ventunenne, si rivolge prima allo spiritismo ma poi, non trovando alcuna risposta, si rivolge alla letteratura filosofica. Nonostante la sua indole medica la filosofia lo interessa molto e proprio da due filosofi, Schopenhauer e Hartmann, trae spunto per le sue prime formulazioni sull'inconscio. Di Schopenhauer condivide l'idea di contrapporre la mente alla cieca volontà creatrice, basata sull'assunto che: «[...] l'uomo giunge in possesso di un cosciente specchio dell'universo, vale a dire la mente, e tramite esso comprende la malvagità del mondo e di conseguenza se ne ritrae deliberatamente, in questo modo ponendosi in contrasto con la volontà creatrice.»⁵¹ (Jung, 2003, p. 30). Come Hartmann, invece, crede che: «il nostro inconscio non è privo di significato ma contiene una mente.»⁵² (Jung, 2003, p. 30).

Quando il suo percorso di studi sta volgendo al termine Jung matura la consapevolezza di avere una propensione verso la medicina interna e un completo rifiuto verso la psichiatria. Per l'esame di laurea, però, è costretto a studiare un libro proprio riguardante la psichiatria, il quale lo interessa a tal punto da fargli cambiare totalmente idea (Jung, 2003).

Il libro di Krafft-Ebing lo illumina, finalmente sente di aver trovato la disciplina che unisce i suoi interessi ovvero: i fattori biologici e quelli spirituali (Jung, 1961).

Tappa importante dei suoi studi fu il tirocinio presso la clinica psichiatrica Burgholzli di Zurigo, che gli permette di analizzare da vicino e più approfonditamente la psiche umana. Qui Jung capisce subito che i suoi interessi sono diversi rispetto a quelli dei suoi colleghi, i quali si concentravano solamente sulla diagnosi e i sintomi senza dare alcuna importanza alla

⁵⁰ McGuire, W. (Ed.). (1995). *Analytische Psychologie*. (trad. it. Psicologia Analitica: Appunti del seminario tenuto nel 1925, Magi, Roma, 2003), p. 28.

⁵¹ Ivi, p. 30.

⁵² *Ibidem*.

personalità e alla psicologia del paziente (Jung, 1961), mentre per Jung è fondamentale indagare la storia personale del paziente in quanto: «essa sola mostra lo sfondo umano e l'umana sofferenza: e solo allora la terapia medica può mettersi all'opera.»⁵³ (Jung, 1961, p. 147)

È in questo momento che Jung si avvicina a Freud, con il quale avrà un rapporto travagliato, e ai suoi studi sull'isteria, in quanto: «introduceva nella psichiatria i problemi della psicologia»⁵⁴ (Jung, 1961, p. 137).

Nel 1905 Jung diventa primario della clinica psichiatrica dell'Università di Zurigo e nello stesso anno fonda un laboratorio di psicopatologia sperimentale dove conduce esperimenti sulle associazioni psichiche che lo rendono molto noto. Inizia ad avere numerosi pazienti, per lo più psicotici e schizofrenici, che gli permettono di arrivare alla conclusione che: «le idee ossessive e le allucinazioni contengono un nocciolo di significato. Nascondono una personalità, la storia di una vita, speranze e desideri»⁵⁵ (Jung, 1961, p. 151). Jung si rende conto che: «una psicologia generale della personalità è implicata nella psicosi, e che anche in questa si ritrovano i vecchi conflitti dell'umanità»⁵⁶ (Jung, 1961, p. 151). Per questi motivi matura la consapevolezza che lo studio medico dei pazienti non è abbastanza, in quanto: «l'orizzonte della psiche umana comprende infinitamente di più del limitato campo visivo del gabinetto di consultazione medica.»⁵⁷ (Jung, 1961, p. 156).

In questo momento Jung si riavvicina a Freud e alle sue teorie sull'interpretazione e l'analisi dei sogni che gli permettono di capire meglio le manifestazioni della schizofrenia.

Fino a questo momento Jung non aveva ancora mai incontrato Freud, il primo incontro tra i due studiosi avviene nel 1907 a Vienna, incontrò che durò ben tredici ore, in cui i due si confrontarono e dove Freud espose a Jung la sua teoria sessuale (Jung, 1961).

Lo psichiatra svizzero rimane molto colpito da Freud e dalla sua teoria ma mantiene ancora dei dubbi, i quali lo porteranno in seguito a rifiutare la teoria sessuale, considerata una teoria priva di fondamento e limitata. Il rifiuto del pansessualismo freudiano costituirà il primo punto di distacco tra i due studiosi (Jung, 1961).

Il 1909 costituisce un anno di svolta nel rapporto tra Jung e Freud, i due si trovano ad affrontare insieme un viaggio di sette settimane per raggiungere la Clark University, nel Massachusetts, durante il quale si analizzano i sogni a vicenda ed è in questo momento che Jung fa il famoso

⁵³ Jaffé, A. (Ed.). (1961). *Memories, Dreams, Reflections of C.G. Jung*. (trad. it. Ricordi, sogni, riflessioni di C.G. Jung, Rizzoli, Milano, 1998, p. 147.

⁵⁴ Ivi, 137.

⁵⁵ Ivi, 151.

⁵⁶ *Ibidem*.

⁵⁷ Ivi, 156.

sogno della casa, il quale lo introduce all'idea di inconscio collettivo. Questo sogno determina, inoltre, il secondo punto di rottura nel rapporto tra i due intellettuali, in quanto Jung prova delle forti resistenze nei confronti dell'interpretazione fatta da Freud e si accorge che il suo pensiero è troppo differente rispetto a quello del neurologo austriaco (Jung, 1961).

Tornato a Zurigo, Jung, comincia la stesura del suo libro sulla libido, il quale determinerà la fine del suo rapporto con Freud (questo evento viene persino preannunciato a Jung da alcuni sogni fatti proprio durante la stesura della sua opera) (Jung, 1961).

I sogni sono sempre presenti nei momenti cruciali della vita di Jung e spesso essi gli indicano la via da percorrere, come egli stesso afferma: «Tutti i problemi che mi interessavano o personalmente o da un punto di vista scientifico furono accompagnati o preannunciati da un sogno.»⁵⁸ (Jung, 1961, in Quaglino 2009, p. 109).

I sogni vengono definiti da Jung (1933/1934, in Quaglino 2009, p. 116): «la piccola porta occulta che conduce alla parte più nascosta e intima dell'anima»⁵⁹. Con questa definizione egli vuole indicare che i sogni, contrariamente a quello che pensava Freud, non sono ingannatori ma esprimono ingenuamente quello che sono, dunque, non possiedono significati nascosti che esprimono in maniera metaforica (Quaglino, 2009).

Nonostante il ruolo fondamentale ricoperto dai sogni nella vita di Jung, è singolare il fatto che egli affermi: «Non ho una teoria sui sogni, non so come si formino, non sono nemmeno del tutto convinto che il mio modo di trattarli meriti di essere chiamato "metodo"»⁶⁰ (Jung, 1931, in Quaglino 2009, p. 112). Lo psichiatra svizzero rifiuta la teoria in quanto convinto che per conoscere i sogni in profondità sia necessario approcciarsi ad essi con un atteggiamento agnostico, e per questo motivo, non è possibile individuare in Jung un'opera dedicata all'analisi dei sogni comparabile a: "L'interpretazione dei sogni" di Freud, ma i riferimenti al mondo onirico presenti in tutte le sue opere permettono di ricostruire un modello junghiano dei sogni (Quaglino, 2009).

Secondo il modello junghiano, ormai lontano dalla prospettiva freudiana, i sogni possiedono quattro caratteristiche fondamentali: sono prodotti dall'inconscio, possiedono una prospettiva finalistica, si esprimono in forma drammatica e sono al centro del lavoro analitico (Quaglino, 2009).

⁵⁸ Gasseau, M. & Bernardini R. (Eds.). (2009). *Il sogno: Dalla psicologia analitica allo psicodramma junghiano*. Milano: FrancoAngeli, p. 109.

⁵⁹ Ivi, p. 116.

⁶⁰ Ivi, p. 112.

La prima caratteristica evidenzia un legame tra sogno e inconscio, che secondo lo psichiatra svizzero, è articolato in quattro dimensioni che a loro volta determinano quattro proprietà dei sogni:

- Sono fenomeni naturali, spontanei e obbiettivi: esprimono ciò che sono senza alcun sotterfugio o inganno;
- Sono indipendenti dalla coscienza, involontari e nel sonno: essendo prodotti dall'inconscio fuggono al controllo della coscienza e perciò diventano atti involontari;
- Sono generati da un moto affettivo;
- Sono individuali, autoreferenziali e aperti sull'interno: riguardano la sfera privata e personale del sognatore.

Urge, però, fare delle precisazioni, Jung afferma che i sogni sono indipendenti dalla coscienza ma allo stesso tempo sostiene che: «si possono rintracciare in quasi tutti i sogni determinati particolari che provengono da impressioni, pensieri, stati d'animo del giorno [...]; i sogni provocano effetti notevoli sulla vita psichica cosciente»⁶¹ (Jung, 1961/1948, in Quaglino 2009, p. 129). Inoltre, considera i sogni connessi con l'unicità del sognatore e con le vicissitudini della sua vita ma al tempo stesso sostiene che siano: «[...] anche parte di una vicenda collettiva dalle lontanissime radici: il sogno guarda dentro ma anche lontano»⁶² (Quaglino 2009, p. 131).

Per quanto riguarda la prospettiva finalistica, invece, Jung sostiene che i sogni siano orientati verso un fine il quale diventa, insieme alla causa, una componente fondamentale per la comprensione dei sogni (Quaglino, 2009).

La visione finalistica rappresenta la fine di un capitolo e l'inizio di un altro per Jung, in quanto propone una chiave di lettura opposta a quella causalistica di Freud, il quale indaga il passato per comprendere il presente, mentre Jung guarda: «[...] a ciò che il presente stesso del sogno, pur risalendo al passato, dice per il futuro»⁶³ (Quaglino, 2009, p. 134) e allo stesso tempo è il punto di partenza verso la realizzazione di un nuovo apparato teorico maggiormente orientato a capire a cosa tendono i sogni piuttosto che da dove arrivano.

Jung, inoltre, individua tre colonne portanti di questa prospettiva: la funzione equilibratrice, la funzione di compensazione e la funzione prospettica.

La prima è svolta dall'inconscio e ha la funzione di mantenere un bilanciamento psicologico, ovvero una stabilità tra il materiale conscio e quello inconscio. La seconda, invece, ha lo scopo di: «[...] evidenziare, rimarcare e segnalare tutti gli atteggiamenti, pensieri e comportamenti

⁶¹ Ivi, 129.

⁶² Ivi, 131.

⁶³ Ivi, 134.

che nella vita conscia sono stati trascurati e non hanno considerato il punto di vista inconscio»⁶⁴ (Quaglino, 2009, 136). Essa costituisce la maggiore innovazione del pensiero junghiano poiché rende l'inconscio un correlato della coscienza, che viene considerato il luogo dove sono conservati i pensieri e i sentimenti che sono essenziali per il completo adattamento della coscienza ma che non possono essere accettati. Queste due funzioni sono strettamente collegate e spesso è difficile coglierne le differenze in quanto entrambe lavorano per mantenere un equilibrio tra coscienza ed inconscio, l'unica cosa che si può riconoscere è: «[...] che mentre la funzione equilibratrice risulta essere quel processo che stabilisce un equilibrio tra contenuti consci ed inconsci, a favore della comunicazione e dello scambio tra i due sistemi, la funzione compensatrice costituisce un momento più specifico di correzione di contenuti relativi a vissuti individuali e soggettivi, connessi a situazioni reali»⁶⁵ (Quaglino, 2009, p. 137). Infine, la funzione prospettica è: «[...] un'anticipazione di future azioni cosce che affiora nell'inconscio»⁶⁶ (Jung 1961/1948, Quaglino 2009, p. 139), non in senso profetico bensì come preparazione del soggetto per il raggiungimento dell'equilibrio.

La terza caratteristica riguarda la sceneggiatura, il linguaggio e la trama del sogno che secondo Jung prende la forma di una rappresentazione teatrale. È una rappresentazione particolare, però, in quanto tutti i ruoli sono ricoperti da una sola persona, il sognatore (Quaglino, 2009).

Per quanto riguarda la sceneggiatura lo psichiatra svizzero sostiene che sia costante in tutti i sogni e che presenti, come il dramma teatrale, delle fasi: nella fase iniziale avviene la presentazione del luogo e dei partecipanti, nella seconda fase la situazione si complica, nella terza fase avviene qualcosa di importante che rappresenta un punto di svolta e nell'ultima fase, che corrisponde al risultato del lavoro onirico, viene rappresentata la soluzione proposta dall'inconscio (Quaglino, 2009).

Il linguaggio utilizzato, invece, è quello dell'inconscio, un linguaggio simbolico, ricco di metafore ed analogie di difficile comprensione. A questo punto si potrebbe pensare che ci sia una contraddizione nel pensiero di Jung, il quale professa l'ingenuità dei sogni e poi sostiene, come Freud, che il linguaggio dei sogni è complesso, ma non lo è, in quanto lo psichiatra svizzero, a differenza di quello che pensava Freud, sostiene che la complessità del linguaggio utilizzato dai fenomeni onirici non rappresenti un tentativo di nascondere un messaggio sottostante bensì sottolinea l'incapacità della coscienza di comprendere il linguaggio figurato dai sogni (Quaglino, 2009).

⁶⁴ Ivi, 136.

⁶⁵ Ivi, 137.

⁶⁶ Ivi, 139.

Il linguaggio onirico rappresenta un elemento fondamentale nel modello junghiano in quanto attraverso lo studio dei suoi simboli Jung scopre che i sogni, come già accennato, non sono esclusivamente personali e arriva a formulare uno dei suoi concetti più importanti, ovvero l'inconscio collettivo, che consiste nell'idea che: «[...] il sognatore stesso è portatore, come testimone di un passato dell'umanità, di una eredità inconscia che rivive in ciascuno di noi come patrimonio inscritto in una storia collettiva»⁶⁷ (Quaglino, 2009, p. 146).

Jung sostiene dunque l'esistenza di due inconsci, uno personale e uno collettivo, e sulla base di questa distinzione individua due tipologie di sogni: i sogni usuali che sono legati all'inconscio personale e i grandi sogni che invece contengono materiale collettivo. Questa distinzione tra le due tipologie di sogni fonda le basi per una psicologia del profondo, che depersonalizza l'uomo portandolo in una dimensione cosmica condivisa (Quaglino, 2009).

Infine, per Jung i sogni costituiscono il fulcro della psicoanalisi, in quanto permettono di: «[...] cogliere pienamente la rete sottile di quegli elementi inconsci determinanti per il recupero della storia personale e per la sua riappropriazione da parte del soggetto»⁶⁸ (Quaglino, 2009, p. 149).

Il metodo analitico utilizzato da Jung viene definito costruttivo-sintetico e costituisce l'ennesimo punto di distacco da Freud, il quale utilizzava un metodo casuale-riduttivo.

Ciò che Jung non condivide del metodo freudiano è l'ossessiva ricerca del dettaglio, che porta, secondo l'autore, ad un allontanamento dal testo dei sogni. Egli, infatti, sostiene che per cogliere l'espressione simbolica dei sogni sia necessario compiere il processo contrario, ovvero quello di sintesi (Quaglino, 2009).

Nonostante Jung fornisca delle indicazioni per l'analisi dei sogni, come nel caso della teoria, rifiuta la formulazione di assunti e regole precise, sostenendo, come già accennato, che per conoscere il significato dei sogni sia necessario approcciarsi ad essi senza preconcetti, come se fossero degli oggetti ignoti. La rinuncia ad un metodo costituisce, per Jung, essa stessa un metodo, in quanto permette di non distorcere il significato dei sogni con delle proiezioni da parte dell'analista (Quaglino, 2009).

Lo psichiatra svizzero individua, inoltre, due piani distinti di analisi: quello oggettuale e quello soggettuale. Nel primo caso le immagini si riferiscono ad oggetti o a persone esterne, mentre nel secondo caso le immagini oniriche riguardano il sognatore stesso. L'analista è dunque portato a scegliere che piano di lettura adottare, anche se Jung (1935, in Quaglino 2009, p. 153)

⁶⁷ Ivi, 146.

⁶⁸ Ivi, 149.

consiglia: «Anche quando è possibile l'interpretazione oggettiva, è comunque bene considerare anche la possibilità soggettiva»⁶⁹.

Un altro consiglio fornito da Jung (1928, in Quaglino 2009, p. 154) è quello di: «[...] informarsi sugli eventi del giorno precedente, sia dei progetti e delle intenzioni complessive del sognatore nei giorni o nelle settimane che hanno preceduto il sogno»⁷⁰, in quanto pur non accettando del tutto il concetto di residuo diurno formulato da Freud, crede che ci sia un legame tra sogni e vita diurna e inoltre sostiene che: «[...] l'interpretazione dei sogni e dei simboli dipende in gran parte dallo stato d'animo individuale del sognatore»⁷¹ (Jung, 1978, in Quaglino 2009, p. 155). Procedure fondamentali nell'analisi dei sogni di Jung sono: il rilevamento del contesto e l'interpretazione (Quaglino, 2009).

Durante il rilevamento del contesto, che Jung indica anche con il famoso termine di amplificazione, avviene che: «[...] ogni qual volta che emerge dal sogno qualcosa di particolare, si stabilisce attraverso le associazioni del paziente quale sfumatura di significato assume per lui quel particolare [...]»⁷² (Jung, 1945/1948, in Quaglino 2009, p. 155).

L'amplificazione viene considerata fondamentale da Jung poiché permette di dare un corpo ai sogni e viene usata dallo psichiatra svizzero in sostituzione alle associazioni libere di Freud, in quanto: «se si fa associare liberamente il paziente al sogno, molto probabilmente cercherà di allontanarsi il più possibile da un pensiero tanto sconvolgente e finirà con l'ancorarsi a uno dei suoi complessi principali e noi non avremo appreso nulla sul significato di questo particolare sogno [...]»⁷³ (Jung, 1978, in Quaglino 2009, p. 156). Ciò con il rilevamento del contesto non avviene perché: «[...] è finalizzato al richiamare alla memoria attraverso il ricorso del ricordo spontaneo, e in questa operazione il materiale che si ottiene, per quanto estremamente vario ed eterogeneo, mantiene rilevanza nei termini dei legami associativi con il contenuto del sogno»⁷⁴ (Quaglino, 2009, p. 155).

Inoltre, con l'amplificazione è possibile cogliere il vero significato dei sogni, integrare il materiale collettivo e raggiungere il materiale archetipico che invece le associazioni libere non riescono ad avvicinare (Quaglino, 2009).

⁶⁹ Ivi, 153.

⁷⁰ Ivi, 154.

⁷¹ Ivi, 155.

⁷² *Ibidem*.

⁷³ Ivi, 156.

⁷⁴ Ivi, 155.

Infine, è l'analista a determinare quando questa fase si conclude e inizia quella all'interpretazione, aspetto questo, che implica una certa sensibilità e competenza da parte del terapeuta. (Quaglino, 2009).

L'interpretazione consiste in una selezione e rielaborazione del materiale emerso durante l'amplificazione, momento in cui l'analista comunica la sua interpretazione al paziente. Dopodiché avviene la verifica della rispondenza, ovvero si osservano gli effetti avuti dall'interpretazione sul soggetto, cercando di capire attraverso le risposte del sognatore:

- se questa trova riscontro nel paziente;
- se “funziona” per il soggetto, ovvero se fornisce vitalità e stimolo per la situazione contingente;
- se viene confermata nei sogni successivi.

L'interpretazione viene considerata da Jung un compito estremamente difficile che richiede non solo regole di metodo ma anche particolari doti personali. L'analista deve possedere un'adeguata formazione personale e deve approfondire le proprie conoscenze sulla mitologia, le fiabe, il folklore, la storia delle religioni e soprattutto il simbolismo. Inoltre, secondo Jung, il terapeuta per essere in grado di avvicinare i sogni degli altri deve aver prima fatto un percorso di analisi personale (Quaglino, 2009).

Fondamentale per Jung è il sogno iniziale, ovvero il primo sogno portato in seduta in quanto: «Molto spesso [...] rivela al terapeuta con chiarezza l'intero programma dell'inconscio»⁷⁵ (Jung 1928/1930, in Quaglino 2009, p. 160).

Infine, Jung individua il fine ultimo della terapia nel processo di individuazione, ovvero un: «[...] percorso che consente infine di diventare se stessi come soggetto unico, differenziato da ogni altro, ma compiutamente in relazione [...]»⁷⁶ (Quaglino, 2009, p. 140).

2.3 James Hillman ed il sogno e il mondo infero

La tesi proposta da James Hillman (1979) nel suo famoso saggio “*Il sogno e il mondo infero*”, può apparire sconcertante.

Egli considera i sogni in relazione all'anima, che a sua volta è in relazione alla morte, e sostiene che essi appartengano al mondo infero (Hillman, 1979).

Questa particolare visione deriva da un approccio archetipico al mondo onirico.

⁷⁵ Ivi, 160.

⁷⁶ Ivi, 140.

L'obiettivo di Hillman (1979) è quello di riconnettere la teoria psicologica con la mitologia, attraverso un esercizio di *epistrophe*, che consiste: «nel richiamare i fenomeni al loro retroterra immaginale»⁷⁷ (Hillman, 1979, p. 14). *L'epistrophe* costituisce il principio primo dell'approccio archetipico e permette, secondo l'autore statunitense, di mettere ordine nel caos dei fenomeni psichici (Hillman, 1979).

Questo metodo presenta, inoltre, due vantaggi: permette di focalizzare l'attenzione su ciò che è stato effettivamente sognato, in quanto l'evento viene esaminato da vicino, e fornisce una gamma di immagini esplicative che rispecchiano la varietà della psiche (Hillman, 1979).

Hillman (1979) sviluppa un pensiero controcorrente anche per quanto riguarda l'interpretazione dei sogni.

Mentre Jung e Freud, suoi illustri predecessori, considerano l'interpretazione dei sogni come un ponte tra la veglia e il sonno e cercano, quindi, di tradurre i sogni nel linguaggio della coscienza per renderlo comprensibile, Hillman (1979, p. 25) sostiene che: «È questo stile diurno del pensiero [...] che dobbiamo accantonare»⁷⁸, ovvero abbandonare l'idea di portare i sogni nel mondo cosciente ed iniziare a seguirli nel loro luogo di nascita, il mondo infero.

Hillman (1979) descrive la sua psicologia come una psicologia del profondo, in quanto essa permette di scavare in profondità, verso il basso, in direzione del mondo infero che costituisce il riferimento mitologico della sua teoria.

Per la formulazione della sua psicologia del profondo l'autore americano si ispira ad Eraclito, il quale sosteneva che il visibile non può soddisfare l'anima, che per questo, cerca sempre di andare in profondità. La profondità, quindi, diventa con Eraclito: «la direzione, la qualità e la dimensione della psiche.»⁷⁹ (Hillman, 1979, p. 38), rendendolo il primo psicologo del profondo occidentale.

Il mondo infero viene descritto da Hillman (1979), seguendo la tradizione egizia, come un mondo rovesciato, opposto al mondo diurno, dove tutto è capovolto a testa in giù. «È un regno di sola psiche»⁸⁰ afferma Hillman (1979, p. 63), dove si viene spogliati di tutto ciò che riguarda la vita naturale.

I sogni non possono più, quindi, essere considerati come pulsioni sessuali o desideri nascosti in quanto gli spiriti che abitano il mondo infero sono privi di corpo (Hillman, 1979).

⁷⁷ Hillman, J. (1979). *The Dream and the Underworld*. New York: Harper & Row (trad. it. Il sogno e il mondo infero, Adelphi, Milano, 2003), p. 14.

⁷⁸ Ivi, p. 25.

⁷⁹ Ivi, p. 38.

⁸⁰ Ivi, p. 63.

Ne deriva che, trattandosi di un mondo di sola essenza, è là che troviamo l'anima ed è la che dobbiamo andare per conoscere la psiche dalle sue fondamenta (Hillman, 1979).

Il mondo infero di Hillman, però, non è solo il regno dell'anima bensì anche quello dell'ombra. Egli sostiene, infatti, che dobbiamo immaginarlo come: «Un mondo dall'aspetto nebuloso, senza luce, in cui si muovono delle ombre»⁸¹ (Hillman, 1979, p. 70).

In questo momento potrebbe sorgere la domanda: “Come fanno ad esserci delle ombre in un luogo in cui non c'è luce?” La risposta sta nell'accezione che Hillman (1979) dà al concetto di ombra.

Per l'autore l'ombra non è la semplice sagoma nera proiettata sul terreno da un corpo esposto alla luce, bensì è un concetto molto più psicologico. Significa andare a cercare cosa sta dietro le cose, cosa sta sotto la realtà fisica degli eventi, è una: «percezione della percezione»⁸² (Hillman, 1979, p. 70).

Da un punto di vista psichico, quindi, l'ombra diventa ciò che conta veramente, la materia stessa dell'anima, il punto di contatto con il mondo infero (Hillman, 2019).

Hillman (1979) aggiunge che le ombre che noi incontriamo nei sogni non sono le persone vere, bensì un *eidolon*, ovvero una forma puramente psichica. Sono immagini che ricoprono ruoli archetipici che per questo motivo vanno interpretate in una prospettiva mitica.

Lo psicoanalista statunitense individua, inoltre, tre barriere che ostacolano la discesa nel mondo infero: il materialismo, l'opposizionismo e il cristianesimo.

Il materialismo è una forma di pensiero che viene definita da Hillman (1979, p. 90): «La modalità che riconnette tutti gli eventi psichici a eventi materiali, ponendo le immagini dell'anima al servizio delle cose fisicamente tangibili»⁸³. Esso cerca di ricondurre i sogni ai fenomeni naturali, alla realtà, attraverso interpretazioni naturalistiche che, come già detto, appartengono allo stile diurno di pensiero, dal quale Hillman (1979) si discosta.

Inoltre, questa forma di pensiero, colloca i sogni nel mondo personale, cosa che per l'autore statunitense non è possibile, in quanto il mondo infero è costituito da anime incorporee che non appartengono più a vite personali (Hillman, 1979).

Infine, Hillman (1979) sostiene che il materialismo conduca al nulla, al vuoto spirituale, poiché i miti e le immagini degli inferi sono fantasie create dagli uomini per paura e desiderio, che rendono la Casa di Ade un luogo disabitato, privo di vita.

⁸¹ Ivi, p. 70.

⁸² *Ibidem*.

⁸³ Ivi, p. 90.

L'opposizionismo, invece, consiste: «nella tendenza a pensare per opposti»⁸⁴ (Hillman, 1979, p. 96).

Questa tendenza, secondo Hillman (1979), permea le vite di tutti noi, perciò, l'unica opzione possibile è imparare a controllarla, ovvero, pensare in termini di opposti solamente quando è necessario.

L'autore statunitense non fu il primo a parlare di opposizionismo, infatti, questo concetto fu utilizzato, in precedenza, da Freud e da Jung per la costruzione delle proprie teorie sui sogni. In particolare, Jung, considerava i sogni come una compensazione, rendendoli così, un concetto parziale che ha bisogno sempre del suo opposto, la vita diurna, per essere compreso (Hillman, 1979).

Per Hillman (1979) l'opposizionismo costituisce una barriera in quanto nel mondo infero gli opposti non esistono, tutto ciò che nel mondo diurno è incompatibile, nella Casa di Ade, convive fianco a fianco. I sogni non si contrappongono a niente e niente li compensa, in quanto il regno dell'ombra non ha bisogno di bilanciamenti e di ponti; ciò che nella vita reale è costituito da polarità, nei sogni viene rappresentato in un'unica immagine (Hillman, 1979).

Pensare per opposti, perciò, ci allontana dalla comprensione dei sogni (Hillman, 1979).

Per uscire dall'opposizionismo Hillman (1979) individua due strade: la prima consiste nel diventare una cosa sola con ciò che si sta trattando, entrare in sintonia con le immagini e abbandonare il pensiero per opposti. La seconda via d'uscita, invece, che secondo l'autore è la migliore, consiste nel vedere le cose come realmente sono senza creare fantasie seguendo l'ideologia opposizionista.

Infine, il cristianesimo rappresenta la terza barriera, in quanto con esso, l'inferno viene associato alla perdita di Cristo, alla dannazione e al peccato. Il mondo infero diventa così, non più il luogo dell'anima, bensì il regno del diavolo, un posto orribile in cui ci finisce chi si allontana da Cristo (Hillman, 1979).

Per quanto riguarda i sogni, anch'essi diventano un nemico da combattere poiché considerati portatori di messaggi tentatori provenienti dai servitori di Satana (Hillman, 1979).

A questo proposito Hillman (1979, p. 112) afferma: «La vittoria del cristianesimo sul mondo infero è contemporaneamente perdita dell'anima»⁸⁵.

Per quanto riguarda il metodo interpretativo, invece, il lavoro di Hillman prende avvio da quello che Freud chiama lavoro onirico (Hillman, 1979).

⁸⁴ Ivi, p. 96.

⁸⁵ Ivi, p. 112.

L'autore americano sostiene, però, che: «Dobbiamo invertire il nostro consueto procedimento che traduce il sogno nella lingua dell'Io, e tradurre invece l'Io nella lingua del sogno»⁸⁶ (Hillman, 1979, p. 120), il lavoro onirico deve quindi essere fatto non sul sogno ma sull'Io. Riprendendo le parole dello psicoanalista statunitense: «Si tratta di assoggettare l'Io al sogno, di dissolverlo nel sogno, mostrando come tutto quello che esso fa, prova e dice rifletta il suo essere situato nell'immagine, mostrando cioè che questo Io è totalmente immaginale. E non è un compito da poco, perché l'Io è archetipicamente un fenomeno del mondo supero»⁸⁷ (Hillman, 1979, p. 129).

Storicamente, infatti, nelle interpretazioni dei sogni tutte le figure venivano valutate a livello soggettivo mentre l'Io rimaneva sempre oggettivo, aspetto che secondo lo psicoanalista statunitense sottolinea l'incoerenza dei precedenti metodi interpretativi (Hillman, 1979).

L'Io di cui parla Hillman (1979, p. 129), invece, è un Io immaginale che: «viene assoggettato al sogno e si muove tra le immagini come una di loro»⁸⁸.

L'autore americano considera un buon lavoro sui sogni quello che: «asseconda il processo di traslazione o di morte che ha luogo, comunque, nel sogno stesso... L'interpretazione, come il sognare, diventa un morire al mondo diurno, un ruminare le sue realtà letterali fino a trasformarle in realtà metaforiche»⁸⁹ (Hillman, 1979, p. 122).

Se si cerca di tradurre il sogno in relazione alla vita diurna, invece, il sogno diventa vago ed ambiguo anche se le sue immagini, prese così come sono, appaiono chiare e definite (Hillman, 1979).

Infine, Hillman (1979, p. 158) afferma che: «Un sogno per rimanere sogno, non può dunque avere un'unica interpretazione, un unico significato, un unico valore»⁹⁰, in quanto le immagini possono assumere molteplici significati.

⁸⁶ Ivi, p. 120.

⁸⁷ Ivi, p. 129.

⁸⁸ *Ibidem*.

⁸⁹ Ivi, p. 122.

⁹⁰ Ivi, p. 158.

2.4 Gordon Lawrence e la funzione sociale del sogno

Gordon Lawrence è il teorico della social dreaming matrix, un metodo di lavoro sui sogni ideato nel 1982, nel quale: «[i fenomeni onirici] vengono condivisi e ricevono associazioni all'interno di una riunione di persone che si incontrano a questo scopo»⁹¹ (Armstrong, 1998, p. 13).

Questa riunione di persone non viene considerata da Lawrence (2010) un semplice gruppo, bensì una matrice, ovvero: «un luogo in cui può crescere qualcosa»⁹² (Armstrong, 1998, p. 14) grazie alla condivisione delle esperienze e dalle successive associazioni ad esse.

Per far sì che ci sia condivisione è fondamentale, però, un clima avalutativo all'interno della matrice, in modo tale che i partecipanti si sentano liberi di raccontare le proprie esperienze senza la paura di essere giudicati o criticati (Lawrence, 1998).

Per quanto riguarda gli aspetti tecnici, all'interno della matrice le sedie venivano inizialmente poste a spirale in modo tale che i partecipanti fossero rivolti in direzioni diverse e non tutti verso il centro, come accade nei gruppi. Successivamente, però, il setting cambia, le sedie vengono posizionate a fiocco di neve, ovvero: «[...] vengono collocate in blocchi di quattro in forma di losanga e collegate l'una all'altra. Tutte rivolte verso il centro»⁹³ (Lawrence, 1998, p. 55).

La disposizione delle sedie, poiché costituisce una prima differenza tra la matrice e il gruppo, non è un aspetto da ignorare secondo Lawrence (1998).

Un secondo aspetto che differenzia la matrice dal gruppo è il fatto che nella prima i protagonisti sono i sogni mentre nel secondo è l'individuo (Lawrence, 1998).

La quantità dei partecipanti è variabile anche se è consigliato un numero compreso tra le venti e le quaranta persone e la durata delle matrici è di novanta minuti.

Lawrence (1998, p. 17) descrive il sogno sociale come: «una teoria che si concentra su associazione libera e amplificazione come metodi di indagine scientifica, con un approccio olistico alle fonti, contenuti e associazioni dei sogni»⁹⁴.

Le associazioni libere e l'amplificazione costituiscono le colonne portanti del suo metodo di lavoro: con le prime, secondo l'autore, è possibile trovare e sviluppare legami associativi e connessioni tra i sogni, infatti, durante la matrice veniva chiesto ai partecipanti di associare il più liberamente possibile ai propri sogni e ai sogni degli altri. Con la seconda, invece, è

⁹¹ Lawrence, W.G. (1998). *Social Dreaming*. London: Karnac Books Ltd. (trad. it. *Social Dreaming: la funzione sociale del sogno*, Borla, Roma, 2010), p. 13.

⁹² Ivi, p. 14.

⁹³ Ivi, p. 55.

⁹⁴ Ivi, p. 17.

possibile cogliere il vero significato dei sogni e quindi arrivare alla verità che si nasconde al loro interno (Lawrence, 1998).

L'approccio olistico, infine, consiste nel vedere la matrice come un *unicum*, non esiste il singolo individuo, l'interpretazione avviene a livello collettivo e non individuale, fatto che permette a Lawrence (1998) di allontanarsi dalla visione psicoanalitica dei sogni considerata specialistica e riduttiva.

La *social dreaming matrix* nasce dall'ipotesi che sia possibile sognare socialmente, cioè stimolarsi gli uni con gli altri con la narrazione, perché sognare è qualcosa che nasce dai processi sociali del gruppo (Lawrence, 1998).

I sogni vengono, infatti, considerati dall'autore come: «via di comunicazione di pensieri che emergono dalle circostanze dell'esperienza, compreso evidentemente, l'incontro di cura»⁹⁵ (Ambrosiano, 2010, p. 6) e non più come espressione di esperienze individuali. Essi si riferiscono, quindi: «alla vita emotiva del gruppo nel suo insieme, alle questioni e ai problemi che il gruppo è impegnato ad affrontare in quel momento della sua storia»⁹⁶ (Ambrosiano, 2010, p. 6). Ne deriva che per essere compresi essi devono essere relazionati al luogo in cui vengono raccontati (Ambrosiano, 2010).

L'autore sostiene, inoltre, che i fenomeni onirici accompagnano l'uomo sin dalla sua comparsa sulla terra e che costituiscono una caratteristica della vita umana, sognare, dunque, è essenziale per il processo di evoluzione (Lawrence, 1998).

I sogni non sono solo fondamentali per lo sviluppo della vita umana, però, essi costituiscono anche: «la transizione essenziale tra l'infinito mondo interiore inconscio della psiche e il mondo esterno delle esperienze coscienti»⁹⁷ (Lawrence, 1998, p. 18).

Infine, forniscono un'immagine anticipatoria del nostro essere nel mondo (Lawrence, 1998).

Lawrence (1998), all'interno del suo libro sulla *social dreaming matrix* fa anche un'analisi del rapporto tra i sogni e la veglia arrivando alla conclusione che i fenomeni onirici sono: «l'indicazione di un processo mentale che rende gli esseri umani capaci di dare senso alla loro vita da svegli»⁹⁸ (Lawrence, 1998, p. 58), e allo stesso tempo dei fenomeni che possono: «portarci fuori dal nostro corpo e, quanto meno, liberarci dalla rete del pensiero conscio, logico-positivista»⁹⁹ (Lawrence, 1998, p. 58). I sogni ci danno, dunque, la possibilità di dare un senso

⁹⁵ Ivi, p. 6.

⁹⁶ *Ibidem*.

⁹⁷ Ivi, p. 18.

⁹⁸ Ivi, p. 58.

⁹⁹ *Ibidem*.

alle nostre esperienze diurne ma allo stesso tempo ci permettono di fuggire dalle angosce della veglia.

Sempre su questo tema è degna di nota un'importante ricerca, condotta da Kilton Stewart (1969) sui Senoi, una tribù insediata nella foresta tropicale malesiana, che portò risultati interessanti sul rapporto tra sogni e vita diurna (Lawrence, 1998).

Secondo Lawrence (1998) la ricerca di Stewart fornisce un racconto ben documentato di come i sogni e le attività quotidiane siano collegati per migliorare la qualità della vita. Egli sottolinea, infatti, come i componenti della tribù vivessero in pace tra di loro e con le tribù vicine da secoli e come questo fosse reso possibile dal loro sistema di psicologia, sistema costituito da due aspetti: «essi si dedicavano, per prima cosa, all'interpretazione del sogno e, in secondo luogo, all'espressione del sogno, che avveniva in una trance condivisa o *rêverie*»¹⁰⁰ (Lawrence, 1998, p. 60).

Questa tribù è dunque un esempio di come sia importante considerare i sogni in una prospettiva sociale e del forte valore educativo che i sogni possiedono.

Lawrence (1998, p. 62) conclude dicendo che: «In questo secolo è stata la disciplina specializzata della psicoanalisi a dare forma al nostro approccio alla comprensione dei sogni, e in questo processo abbiamo perso la saggezza accumulata negli anni dai cosiddetti popoli primitivi di usare i sogni come parte della vita quotidiana»¹⁰¹.

Questa tendenza contemporanea di ignorare il peso che i sogni hanno nella vita quotidiana ha portato, secondo l'autore, la società occidentale a retrocedere ad uno stadio di sviluppo del sognare inferiore rispetto alle popolazioni che noi chiamiamo primitive. Per questo motivo il suo obiettivo è proprio quello di: «rivelare qualsiasi collegamento tra l'inconscio e la vita quotidiana delle società complesse»¹⁰² (Lawrence, 1998, p. 62). Per fare ciò, secondo Lawrence (1998) non è importante il prodotto del sogno, ovvero la gamma di significati che il sogno può assumere, bensì: «il processo per arrivare alla gamma di significati possibili»¹⁰³ (Lawrence, 1998, p. 63). Questo processo, secondo l'autore: «incoraggia la natura riflessiva degli esseri umani nel loro tentativo di dare un senso alle loro esperienze sia nel mondo sociale che in quello interiore»¹⁰⁴ (Lawrence, 1998, p. 63).

Solo focalizzandosi sul processo è possibile sognare socialmente (Lawrence, 1998).

¹⁰⁰ *Ibidem*.

¹⁰¹ *Ivi*, p. 62.

¹⁰² *Ibidem*.

¹⁰³ *Ivi*, p. 63.

¹⁰⁴ *Ibidem*.

Infine, Lawrence (1998), sostiene che la *social dreaming matrix* possa essere utilizzata anche come metodo di consulenza e ricerca-azione all'interno delle organizzazioni in quanto ne fornisce una concettualizzazione più completa (Lawrence, 1998).

Il sogno sociale, secondo l'autore, permette di cogliere il pensiero dell'organizzazione nella sua interezza, in quanto, a differenza dei consulenti tradizionali che sono concentrati solo sull'analisi della struttura e del futuro dell'organizzazione, il suo metodo analizza anche la terza dimensione del pensiero organizzativo, ovvero: «la vita e il lavoro dell'organizzazione nel processo di essere sognata»¹⁰⁵ (Lawrence, 1998, p. 23).

Inoltre, la *social dreaming matrix* può essere utilizzata per chiarire i rapporti di lavoro tra colleghi, può fornire nuovi spunti di pensiero per risolvere i problemi presenti e soprattutto permette di rivelare il: «conosciuto non pensato»¹⁰⁶ (Bollas, 1987, in Lawrence 1998, p. 150), che viene descritto da Armstrong (1994, in Lawrence 1998, p. 151) come: «[...] qualcosa che è conosciuto nell'organizzazione stessa, è conosciuto nella vita emotiva e fisica, e forse immaginaria, dell'organizzazione [...] che viene vissuto solo come un'ombra»¹⁰⁷.

Questo qualcosa che c'è ma è nascosto diventa, dunque, un aspetto della ricerca in quanto ritenuto un qualcosa che se concettualizzato permette di: «capire differentemente ogni decisione, strategia e azione»¹⁰⁸ (Armstrong, 1994, in Lawrence 1998, p. 151).

In conclusione, ciò che cerca di fare Lawrence (1998) non è rinnegare la tradizione psicoanalitica, annullando il contenuto personale dei sogni, ma mettere in evidenza che essi hanno anche un contenuto sociale di altrettanta importanza.

2.5 Tobie Nathan e una nuova interpretazione dei sogni

Tobie Nathan (Il Cairo, 1948) è uno psicoanalista, scrittore e diplomatico francese, nonché il più noto esponente della etnopsichiatria in Francia.

Le sue teorie sui sogni sono raccolte all'interno del libro, da lui intitolato: “Una nuova interpretazione dei sogni” (2011), il quale rappresenta un contributo importantissimo allo studio dei fenomeni onirici.

¹⁰⁵ Ivi, p. 23.

¹⁰⁶ Ivi, p. 150.

¹⁰⁷ Ivi, p. 151.

¹⁰⁸ *Ibidem*.

L'obiettivo della sua opera è quello di proporre un pensiero coerente sui sogni partendo dalle proposte più concrete che sono state fatte nell'arco dei secoli, e soprattutto quello di fornire delle indicazioni concrete per la loro interpretazione.

Per fare ciò egli attinge il materiale da tre fonti: la psicofisiologia moderna, l'antropologia e la psicoanalisi, che mette continuamente a confronto per arrivare ad una formulazione generale sui sogni.

Per quanto riguarda l'ambito neurofisiologico egli analizza gli studi scientifici sul sonno fatti negli ultimi sessant'anni, i quali hanno rilevato che, il sonno è costituito da cinque stadi, della durata di novanta minuti l'uno, che si susseguono per tutta la notte e che la maggior parte dei sogni si verifica nella quinta fase, il sonno paradossale, anche detto sonno *REM*, in cui: «[...] dal punto di vista muscolare e della soglia di percezione, è un sonno estremamente profondo durante il quale, però, l'elettroencefalogramma rivela un'attività cerebrale altrettanto intensa che nello stato di veglia.»¹⁰⁹ (Nathan, 2011, p. 54).

Nathan (2011) sostiene che queste ricerche abbiano rivoluzionato il nostro approccio ai sogni e al sonno in quanto li hanno resi fenomeni biologicamente programmati.

Riprende, inoltre, l'ipotesi del biologo Michel Jouvet secondo cui il sonno paradossale serve all'uomo per mantenere la sua unicità all'interno di una società che tenta di rendere le persone tutte uguali e ipotizza che, sviluppandosi proprio in questa fase, i sogni debbano avere la stessa funzione, ovvero quella di: «[...] restaurare la persona nella sua unicità.»¹¹⁰ (Nathan, 2011, p. 62).

Per quanto riguarda la psicoanalisi, invece, Nathan (2011) sostiene che sia un ibrido tra le concezioni tradizionali dei sogni e quelle scientifiche.

Egli afferma che: «[...] si può considerare [la psicoanalisi] come il risultato del processo di laicizzazione e individuazione del sogno che si è particolarmente sviluppato a partire dal Rinascimento»¹¹¹ (Nathan, 2011, p. 66). Questo orientamento, secondo l'autore, ha fatto la fortuna della psicoanalisi, in particolare a partire dal XVIII secolo, poiché affine con la mentalità che andava affermandosi, ovvero quella dell'uomo borghese. Nathan (2011, p. 67), infatti, afferma: «L'importanza della psicoanalisi non proviene dalle sue novità, ma dal suo successo presso la gente comune. È al popolo e non agli uomini di scienza che essa è indirizzata»¹¹².

¹⁰⁹ Nathan, T. (2011). *La nouvelle interprétation des rêves*. Parigi: Odile Jacob (trad. it. Una nuova interpretazione dei sogni, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2011), p. 54.

¹¹⁰ Ivi, p. 62.

¹¹¹ Ivi, p. 66.

¹¹² Ivi, p. 67.

Riprende, poi, l'ipotesi di Freud secondo cui i sogni sono appagamenti allucinatori di desideri rimossi, sostenendo nuovamente, che la sua fama derivi dalla compatibilità con la società dell'epoca in cui il cittadino si era liberato dalle divinità e dagli spiriti diventando un uomo padrone di sé stesso, ma che in realtà sia una interpretazione che non rivela niente sul paziente, in quanto i desideri vengono considerati i medesimi per tutti gli uomini (Nathan, 2011).

In sintesi, secondo Nathan (2011, p. 69): «Questo tipo di interpretazione è indirizzata non a ognuno, come le “chiavi dei sogni” ereditate dall'antichità, ma a chiunque, mentre il sogno, come ben sappiamo, non può essere di “una persona qualunque”»¹¹³.

Infine, per quanto riguarda il ricorso all'antropologia deriva dalla sua concezione che gli autori antichi siano delle guide e che debbano essere presi sul serio perché: «[a loro volta] essi hanno preso sul serio l'interpretazione dei sogni»¹¹⁴ (Nathan, 2011, p. 21). Dopodiché egli confronta le affermazioni fatte da questi autori con quelle moderne, rivelando spesso che esse sono estremamente attuali. Per esempio, all'interno del suo libro Nathan (2011) riprende la distinzione fatta da Artemidoro tra sogni e visioni oniriche e associa queste due tipologie di sogni a due distinte fasi del sonno, individuate dalle neuroscienze moderne. In particolare, egli afferma che quello che gli antichi chiamavano sogno vero, ovvero la visione onirica, avviene nel sonno paradossale, gli altri sogni, invece, che Nathan (2011) chiama effervescenze e che gli antichi consideravano non degni di interpretazione in quanto non dicono niente sul futuro, avvengono nella fase di addormentamento.

L'intreccio di queste tre discipline è ricorrente all'interno delle teorie di Nathan, in quanto egli sostiene che: «Se vogliamo davvero addentrarci nella questione del sogno, e ancor più nella sua interpretazione, dobbiamo essere al corrente delle ultime affermazioni della ricerca sulla neurofisiologia del sonno e contemporaneamente conoscere, frequentare, comprendere le antiche tradizioni, a volte molto antiche, dell'interpretazione dei sogni»¹¹⁵ (Nathan, 2011, pp. 63-64).

Dal confronto tra queste tre grandi correnti di pensiero, Nathan (2011, p. 71) arriva alla conclusione che: «Per il momento non è possibile pronunciarsi in modo preciso sulla natura del sogno. Se ne conserverà la definizione di base, che può essere accettata tanto dall'onirocritica “tradizionale” quanto dal neurofisiologo: il sogno è la traccia del funzionamento mentale (“cerebrale” durante il sonno)»¹¹⁶.

¹¹³ Ivi, p. 69.

¹¹⁴ Ivi, p. 21.

¹¹⁵ Ivi, pp. 63-64.

¹¹⁶ Ivi, p. 71.

Per quanto riguarda la funzione, invece, sostiene che la sua ipotesi che i sogni abbiano il compito di: «[...] restaurare la persona nella sua unicità»¹¹⁷ (Nathan, 2011, p. 62), sia la più vicina sia al pensiero di Jouvett, che in questo contesto rappresenta la scienza moderna, sia alle “chiavi dei sogni” dell’antichità (Nathan, 2011).

Nathan (2011) considera i sogni degli eventi privati ed intimi ma allo stesso tempo comuni, e sotto questo aspetto fa un’interessante analogia con le preghiere:

«Il sogno è un evento comune e in gran parte collettivo, tutti sanno che tutti sognano! Ma è anche un evento privato: nessuno può sognare al mio posto; un sogno è un’esperienza strettamente personale. In questo, è simile alla preghiera. Guarda una chiesa, una moschea, una sinagoga all’ora della preghiera. Ogni fedele prega la divinità da solo, ma tutti fanno la stessa cosa, nello stesso momento»¹¹⁸ (Nathan, 2011, p. 13).

Inoltre, egli afferma che nella società contemporanea i sogni rappresentano sia sé stesso sia l’altro, nel senso che: «[Il sognatore] razionalmente sa di essere l’origine del sogno [...] ma non può fare a meno di percepirlo come un oggetto proveniente dall’esterno, da un altro mondo» (Nathan, 2011, p. 25)¹¹⁹. La causa di questo fenomeno, secondo l’autore, è la società contemporanea, caratterizzata da cinema e televisione, che porta i soggetti a percepire i propri sogni come dei film di cui sono spettatori.

Stabilita la natura e la funzione dei sogni, Nathan (2011) affronta il tema dell’interpretazione. Innanzitutto, egli individua delle caratteristiche primarie dei sogni che è indispensabile prendere in considerazione quando si intraprende una terapia, che sono:

- unicità: i sogni sono fenomeni personali e privati;
- predittività: i sogni sono rivolti verso il futuro;
- interattività: i sogni mettono in contatto il soggetto con i suoi elementi costitutivi;
- referenzialità.

Dopodiché, egli propone delle regole da tenere a mente per far sì che l’analisi dei sogni avvenga nel migliore dei modi:

- l’interpretazione del sogno è il sogno;
- un sogno si raccoglie prima che una sola goccia d’acqua abbia toccato le labbra del sognatore;
- il sogno è un intelligente procedimento di fabbricazione;
- il sogno è inevitabilmente prefigurazione dell’avvenire;

¹¹⁷ Ivi, p. 62.

¹¹⁸ Ivi, p. 13.

¹¹⁹ Ivi, p. 25.

- il sogno è un instancabile creatore di mondi possibili.

La prima norma indica che, prima di tutto, bisogna ricordarsi che il significato dei sogni è nascosto all'interno della trama dei sogni stessi. La narrazione del sognatore diventa, dunque, un aspetto importante, poiché possiamo conoscere la trama dei sogni solo attraverso il loro racconto. Da qui deriva la seconda norma, la quale stabilisce che, la narrazione più importante e fedele è la prima, quella fatta dal sognatore appena sveglio, poiché le funzioni diurne ancora tacciono. Con la terza regola Nathan (2011) invita a considerare il tempo del sogno come un tempo in cui vengo costruite strutture, perciò: «[...] ogni notte fa nascere qualcosa che il giorno prima non esisteva.»¹²⁰ (Nathan, 2011, p. 106) e di conseguenza i sogni sono inevitabilmente orientati verso il futuro. Infine, la creazione di nuove strutture proiettate verso il futuro porta alla creazione di nuovi mondi possibili da parte dei sogni, nei quali il sognatore viene portato mentre dorme.

È questo che Nathan (2011) considera sognare e viene da lui espresso con queste parole: «È così che tutte le sere ci addormentiamo in una certa realtà e passiamo parte della notte a scomporla, riducendola ai suoi componenti elementari, con i quali fabbrichiamo una neorealtà, che si rivelerà una realtà potenziale.»¹²¹ (Nathan, 2011, p. 107).

L'etnopsichiatra francese fornisce un'ulteriore regola da seguire, non più legata alle caratteristiche dei sogni come le precedenti, ma riguardante la pratica interpretativa nel concreto. Questa norma prende il nome di chiarimento retroattivo e consiste nel fatto che: «Partendo dal sogno, l'interprete costruisce uno scenario, diverso da quello del sognatore, che arriverà, in fine, se l'interpretazione è corretta, a inglobare il resoconto del sogno»¹²² (Nathan, 2011, p. 107).

La teoria alla base di questa regola interpretativa postula che: «[...] il sogno parta da un'idea [...], cerchi una rappresentazione di questo fatto [...] e la metta in scena durante il sonno»¹²³ (Nathan, 2011, p. 108). I sogni, dunque, non sono più considerati l'espressione di un sentimento, come afferma la psicoanalisi, bensì di un pensiero.

Lo psicoanalista francese aggiunge che prima di iniziare un'interpretazione è importante conoscere tutto del sognatore e adottare una mentalità aperta, poiché: «Nella trama del sogno tutto è variabile, mobile, ogni cosa può esservi rappresentata»¹²⁴ (Nathan, 2011, p. 127).

¹²⁰ Ivi, p. 106.

¹²¹ Ivi, p. 107.

¹²² *Ibidem*.

¹²³ Ivi, p. 108.

¹²⁴ Ivi, p. 127.

Infine, l'autore afferma che la funzione dell'interpretazione non è quella di spiegare i sogni bensì quella di farli avvenire. Essa permette la rappresentazione dei sogni e la conseguente comprensione e concretizzazione.

In maniera metaforica, Nathan (2011, p. 134) afferma che si tratta di: «Intuire una forma e tradurla in un disegno: in questo consiste la funzione dell'interpretazione»¹²⁵.

CONCLUSIONI

Ripercorrendo lo sviluppo delle teorie sui sogni, dall'antichità fino ad oggi, ci si può rendere conto di come esse siano notevolmente cambiate sotto molti aspetti, ma anche di come alcuni concetti, seppur formulati secoli fa, rimangano ancora validi.

La distanza tra la concezione divina posseduta dalle società orientali e quella moderna, che considera i sogni un prodotto dell'uomo, è notevole, ma sono comunque presenti numerosi concetti che hanno percorso questa distanza diventando attuali, e per questo motivo, il confronto con gli antichi o con i propri predecessori, come si può ampiamente notare, è ricorrente in tutti gli studiosi.

Questo confronto, inoltre, non costituisce solo un metro di paragone ma diventa spesso un punto di partenza per l'elaborazione di nuove teorie, come nel caso di Jung, che anche se in seguito si allontana da essi, parte dai concetti teorizzati da Freud per elaborare la sua visione dei fenomeni onirici; oppure Nathan che prima di fornire una propria teoria sui sogni conduce un lavoro dettagliato di analisi della letteratura antica, e afferma che, se ci si vuole addentrare nello studio dei sogni è necessario conoscere le nuove scoperte ma anche le antiche tradizioni; e infine Hillman che descrive il mondo infero rifacendosi alla visione egizia e riprende le concezioni di Eraclito per l'elaborazione della sua psicologia del profondo.

C'è poi addirittura chi, come Lawrence, non si ferma al confronto ma afferma che sarebbe meglio tornare, sotto alcuni aspetti, alle antiche tradizioni poiché la società moderna sta avanzando in una direzione sbagliata, caratterizzata da poca saggezza e da una perdita di importanza dei fenomeni onirici.

¹²⁵ Ivi, p. 134.

In sintesi, possiamo paragonare, a mio parere, lo sviluppo delle teorie sui sogni allo sviluppo di un ragazzo, il quale crescendo cambia i propri connotati, ma al suo interno conserva tutto il suo passato.

Infine, dopo aver abbondantemente trattato il passato e il presente dei sogni, credo che sia doveroso fare un riferimento anche al loro futuro, poiché i sogni stessi e le nostre prospettive sono rivolte verso di esso.

Credo che in psicoanalisi essi continueranno a possedere un ruolo fondamentale e credo che all'interno della pratica terapeutica essi continueranno ad essere di enorme aiuto, ma dall'altro lato credo che essi stiano perdendo di importanza agli occhi delle persone.

Ciò a causa della società moderna, frenetica e alla ricerca della mera produttività, che toglie tempo all'analisi interiore e considera ciò che accade di notte semplicemente una pausa dalla vita diurna.

La psicoanalisi deve, però, combattere per restituire prestigio a questi fenomeni poiché ciò che rimane invariato è: che i sogni, più di ogni altra cosa, sono in grado di spalancarci le porte verso ciò che si nasconde all'interno della nostra mente.

BIBLIOGRAFIA

Del Corno, D. (Ed.). (1975). *Il libro dei sogni*. Milano: Adelphi.

Freud, S. (1899). *Die Traumdeutung*. (trad. it. L'interpretazione dei sogni, Boringhieri, Bergamo, 1973).

Gasseau, M. & Bernardini R. (Eds.). (2009). *Il sogno: Dalla psicologia analitica allo psicodramma junghiano*. Milano: FrancoAngeli.

Hillman, J. (1979). *The Dream and the Underworld*. New York: Harper & Row (trad. it. Il sogno e il mondo infero, Adelphi, Milano, 2003).

Jaffé, A. (Ed.). (1961). *Memories, Dreams, Reflections of C.G. Jung*. (trad. it. Ricordi, sogni, riflessioni di C.G. Jung, Rizzoli, Milano, 1998).

Lawrence, W.G. (1998). *Social Dreaming*. London: Karnac Books Ltd. (trad. it. Social Dreaming: la funzione sociale del sogno, Borla, Roma, 2010).

Mancia, M. (2004). *Il sogno e la sua storia: Dall'Antichità all'attualità*. Venezia: Marsilio.

McGuire, W. (Ed.). (1995). *Analytische Psychologie*. (trad. it. Psicologia Analitica: Appunti del seminario tenuto nel 1925, Magi, Roma, 2003).

Nathan, T. (2011). *La nouvelle interprétation des rêves*. Parigi: Odile Jacob (trad. it. Una nuova interpretazione dei sogni, Raffello Cortina Editore, Milano, 2011).

Zavattini, G. C. (2019). Il sogno e la coppia: Il sogno nella psicoterapia psicoanalitica di coppia come regolazione del campo intersoggettivo. *Varchi*, 21, 19-24.