

Il sogno come esperienza soggettiva dall'alba della civiltà ai giorni nostri

PIER LUIGI PAGANI

Summary – THE DREAM AS A SUBJECTIVE EXPERIENCE FROM THE DAWN OF CIVILIZATION TO DATE. The first part of the research follows the history of man's interest in dreams. The different approaches to dreams are examined from the frontiers of pre-history to Greek civilisation. The second part deals with the points of view of Psychoanalysis and Individual Psychology, the two schools of dynamic psychology which have been mainly concerned with research into the origin and meaning of dreams, suggesting their own models of interpretation. Points of view which are at times in agreement and, at others, in total disagreement emerge from this.

Keywords: INTERPRETATION OF DREAMS, PSYCHOANALYSIS, INDIVIDUAL PSYCHOLOGY

L'annuncio del tema del XX Congresso Nazionale della Società Italiana di Psicologia Individuale, "Il sogno tra psicoterapia e neuroscienze", ha suscitato in me una piacevole sorpresa, poiché mi ha costretto a prendere atto che la Psicologia Individuale italiana stava finalmente uscendo dalle revisioni, un po' troppo legate al rassicurante counselling tanto caro a molti nostri colleghi e amici d'oltre oceano, come pure del vecchio continente, nelle quali sembrava essersi dispersa da qualche tempo, e che tentava ora, utilizzando l'argomento "sogno", di rientrare con decisione nell'alveo naturale del filone che le aveva dato i natali: la vera e propria psicologia del profondo.

La Psicologia Individuale è senza alcun dubbio una psicologia "soggettivante" che favorisce l'*empatia*, sollecita a *guardare con gli occhi dell'altro, ad ascoltare con le sue orecchie, a vibrare con il suo cuore*. Questa e solo questa è autentica analisi, mentre stavano perdendo i requisiti analitici talune modifiche prospettate da certi continuatori eclettici del pensiero adleriano [8], preoccupati soprattutto di uniformarlo a parametri predeterminati e a rigide regolamentazioni, o di presentarlo attraverso stime statistiche, il tutto destinato ineluttabilmente a eludere, semplificandola, proprio la "soggettivazione".

Sogno, intuizione, associazione, simbolo, interpretazione caratterizzano il “senso dell’arte” dello psicologo individuale, devono essere l’essenza e il principio di tutti coloro che fanno dell’analisi lo strumento precipuo del loro impegno.

Il sogno è un’attività del pensiero che ha interessato l’uomo sin dai primordi della civiltà [11]. Un disegno a carboncino rinvenuto in Francia nella grotta dei bisonti di Lascaux, datato intorno ai dodici-quattordicimila anni fa, può essere, verosimilmente, considerato come una delle prime testimonianze di un sogno. Nel graffito è rappresentato ciò che l’autore vede con la fantasia: l’uccisione del bisonte durante una battuta di caccia. Si tratta probabilmente di un sogno ad occhi aperti, tracciato a memoria, ma potrebbe anche essere un sogno notturno ricorrente.

La più antica attestazione scritta di un sogno rimane, comunque, quasi sicuramente, quella contenuta in una delle prime scritture concepite da un essere umano, l’“Epopèa di Gilgameš” [14], composta a partire dal terzo millennio a. C. su tavolette di creta, stese in lingua sumerica, rinvenute nella biblioteca di Assurbanipal, a Ninive, nel 1852 e decifrate qualche anno dopo dall’assiriologo inglese George Smith.

Gilgameš, il futuro re di Uruk, l’eroe della mitologia mesopotamica, sogna di incontrare un altro giovane, Enkidu, di cui riconosce la forza dopo aver lottato, in sogno, con lui, e che adotta poi, sempre nel sogno, come fratello. Ecco com’è narrato l’evento sui pannelli di creta:

«Gilgameš svegliatosi rivelò il sogno a sua madre, la dea sacerdotessa Ninsun, e disse:

“Madre, stanotte ho avuto un sogno. Nel cielo sopra di me, luccicavano le stelle. E qualcosa simile al firmamento di An mi cadde addosso. Io tentai di sollevarlo ma era troppo pesante per me. Io tentai di spostarlo ma non riuscii a rimuoverlo. Gli uomini gli si ammassarono attorno; e i giovani uomini gli si accalcarono accanto. Essi baciaroni i suoi piedi come bambini. Io lo amai come sia ama una moglie, lo abbracciai forte. Io lo portai con me, lo feci inginocchiare di fronte a te”.

La madre di Gilgameš, la saggia Rimat-Ninsun, che conosce ogni cosa, comprese e così parlò a Gilgameš, il suo signore:

“Figlio mio, le stelle che nel cielo luccicavano sopra di te, e quella certa cosa che, simile al firmamento di An, ti cadde addosso, che tu tentasti di sollevare ma che era troppo pesante per te, che tentasti di spostare ma non riuscivi a smuoverlo, che tu portasti con te e che facesti inginocchiare ai miei piedi, e che io trattai come fosse mio figlio, raffigura un compagno forte che verrà da te, uno che può salvare la vita di un amico, egli è potente nella montagna, egli possiede la forza. La sua forza è così grande come quella del firmamento di An. Tu lo amerai come una moglie e lo terrai stretto a te; ed egli avrà sempre cura della tua salute. Il tuo sogno è buono e favorevole”. [...] E Gilgameš così parlò a sua madre: “[...] Fallo scendere, allora, [...] così, in verità, io guadagnerò un amico che mi darà consigli”. I fatti si verificarono così come furono rivelati» (14, pp. 90-91).

Qui il sogno è di tipo profetico, come pure profetico o premonitore è il sogno presso gli antichi israeliti: il sogno è un messaggio che proviene da Dio (7: Numeri 12, 6). La Bibbia narra diversi sogni, dei quali il più noto è certamente il sogno delle sette vacche grasse e delle sette magre, compiuto dal faraone egizio: nessuno sa interpretare il sogno, finché non viene chiamato Giuseppe (7: Genesi 41, 1-36), che preconizza per l'Egitto sette anni di grande abbondanza, seguiti da sette di tremenda carestia e miseria. In questo sogno l'interpretazione è sempre di tipo profetico ma assume una profonda connotazione religiosa: Giuseppe ritiene, infatti, che la profezia provenga da Dio, una "diafania": l'intervento divino in avvenimenti terreni.

Sempre legato alla civiltà sumerica, ma alquanto più avanti nel tempo rispetto al sogno di Gilgameš, s'incontra il rituale dell'incubazione. Un seguace doveva scendere in un luogo sacro sotterraneo (come del resto aveva già fatto anche Gilgameš), dormire in quel luogo una notte e recarsi poi da un interprete a raccontare il sogno concepito, che di solito rivelava una profezia.

La pratica dell'incubazione fu successivamente ripresa dai Greci, non più, però, con l'originario carattere profetico, ma con valore terapeutico e, talora, anche spirituale. Sono famosi gli Asclepiei, i templi ospedale di Asclepio, l'Esculapio romano, il dio della medicina, dove si recavano i sofferenti [12]. Inizialmente gli Asclepiei erano rappresentati da una semplice fontana o da un pozzo, chiusi da un boschetto, che i malati attraversavano per avvicinarsi al luogo sacro ove chiedere al dio la guarigione. Più tardi sorsero veri templi, contornati da portici, ospedali, teatri, abitazioni. I malati erano sottoposti a digiuni e lavacri purificatori, seguiti da un sacrificio propiziatorio; passavano poi la notte nel tempio, dove sognavano, spontaneamente o per suggestione. Un sacerdote, al mattino, interpretava i sogni, riferendo la diagnosi e prescrivendo la cura.

Gli Asclepiei con incorporati i complessi di maggior ricchezza e fastosità sono senza dubbio quelli di Atene, Epidauro, Coa, Pergamo e Roma. In tutti questi aggregati, il nucleo originario si trasformò nel *sancta sanctorum* di una struttura ben più vasta, composta da uno o più templi, dedicati oltre che ad Asclepio alle divinità satelliti o coadiuvanti, da porticati, ostelli, ospedali e da tutte le costruzioni necessarie al funzionamento del santuario e al sostentamento dei sacerdoti e del personale.

Il malato si presentava come supplice alle porte del santuario, era esaminato dai sacerdoti e, se reputato degno, ammesso all'interno. In questa prima fase, presumibilmente, versava un obolo per le cure che si apprestava a ricevere. Dopo tre giorni trascorsi nell'ospedale, sottoposto a lavacri e digiuni rituali, il paziente sacrificava ad Asclepio. Tale azione era necessaria per essere ammesso nell'*abaton*, il recesso sacro sotterraneo del tempio, ove il sofferente passava la notte, giacendo sulla pelle della vittima sacrificale, o avvolgendosi in essa.

Durante la notte Asclepio sarebbe apparso in sogno al supplice. È presumibile che lo stato d'animo di una persona, già spossata dalla malattia, lasciata per tre giorni a digiuno e costretta a dormire all'addiaccio, spesso sulla terra nuda o, al massimo, su una panca di marmo, con unica coperta la pelle dell'animale appena sacrificato, fosse un ottimo preliminare alla manifestazione di sogni.

I sacerdoti, il mattino successivo, interpretavano il sogno ed emettevano la diagnosi della malattia sofferta o presunta, comunicando anche la prescrizione per la guarigione.

Qualora la guarigione fosse sopraggiunta realmente, il supplice, riconoscendo, lasciava incisa sul marmo, a futura memoria, la propria vicenda, contribuendo così ad accrescere l'aura di sacralità del santuario.

Tra gli interpreti di sogni più famosi, si ricorda Artemidoro di Daldi, scrittore greco del secondo secolo d. C., che pur essendo nato ad Efeso, aggiunse al proprio nome quello del luogo di nascita della madre, originaria appunto di Daldi nella Licia. Seguace dello stoicismo, Artemidoro fu certamente il primo a scrivere un trattato intitolato *L'interpretazione dei sogni*. L'opera, in cinque libri, non è altro che un lungo elenco di sogni e d'interpretazioni soggettive e arbitrarie, senza, naturalmente, alcun carattere scientifico. L'interpretazione dei sogni di Artemidoro ritornò in auge con grande fortuna nell'età rinascimentale per il suo raffinato stile atticista.

Bisogna però giungere a Freud perché il sogno costituisca uno dei mezzi più validi per esaminare le fantasie rimosse dall'area cosciente durante il giorno e rappresentate sotto forma di azione scenica durante la notte [6]. È proprio il saper interpretare i sogni che diviene l'arte prioritaria ed essenziale della nuova scienza dell'inconscio, la Psicoanalisi.

Per inciso, sembra quasi paradossale che Freud, sempre proiettato per la sua formazione medica a essere in sintonia con la scienza ufficiale, non le si sia conformato quando questa non assegnava alcun serio significato al sogno e, in particolare, al suo singolare linguaggio, ritrovandosi, semmai, più in affinità con la tradizione e con le vecchie credenze popolari.

Il tema dei sogni ricorre con grande frequenza anche negli scritti di Adler, sia nelle trattazioni teoriche, in particolare nei tre capitoli espressamente dedicati ai sogni dei volumi *Prassi e teoria della Psicologia Individuale* [1], *Conoscenza dell'uomo* [2] e *Cosa la vita dovrebbe significare per voi* [3], come pure nella casistica. La progressione del pensiero adleriano sul sogno appare limpidamente dalla successione cronologica dei tre capitoli qui sopra citati.

Dopo la sua rottura con la Società psicoanalitica, Adler si è confrontato ripetutamente in modo schietto con Freud sull'interpretazione dei sogni, accettando molti suoi punti di vista sulla struttura del linguaggio onirico, ma discostandosi apertamente

mente da lui, talora, per quanto riguarda i contenuti e le finalità. Nel già ricordato *What life should mean to you, Cosa la vita dovrebbe significare per voi*, del 1931 [3], una delle sue ultime opere, nel capitolo dedicato ai sogni, Adler scrive così:

«Per quanto mi consta, esistono solo due teorie che si sforzano di essere esaurienti e scientifiche nella comprensione e nell'interpretazione dei sogni: la scuola freudiana di Psicoanalisi e la scuola di Psicologia Individuale. Fra queste due, forse soltanto la scuola di Psicologia Individuale può sostenere di attenersi a un senso generale di coerenza [...]».

Nella teoria freudiana riscontriamo un impegno reale a comprendere scientificamente un significato contenuto nel sogno. Nonostante ciò, in parecchi punti l'interpretazione freudiana esce dal campo della scienza. Essa presuppone, ad esempio, un lavoro notturno che interrompe il lavoro della mente durante il giorno. Il "conscio" e l'"inconscio" sono posti in reciproca contraddizione e al sogno è attribuita una legge speciale che contraddice le leggi generali del pensiero [...].

Nel pensiero dei popoli primitivi e degli antichi filosofi, è corrente l'intenzione di instaurare una forte antitesi fra i concetti, affine all'atteggiamento di antitesi che si riscontra nei nevrotici. Queste antitesi, però, non sono contraddizioni ma varietà, sono gradi di una scala, armonizzati dal tentativo di approssimarsi a una rappresentazione ideale. Così buono e cattivo, normale e anormale non sono antitesi, ma varietà. Ogni teoria che tratti i pensieri diurni e i pensieri del sogno come contraddizioni è necessariamente non scientifica.

Un altro punto che produce perplessità nell'originale teoria freudiana è che i sogni siano riferiti a un background sessuale [...] Se fosse vero, i sogni non sarebbero espressione dell'intera personalità, ma solo di una parte di essa. Gli stessi psicoanalisti hanno trovato insufficiente l'interpretazione sessuale dei sogni [...].

Freud ipotizzò che i sogni potessero esprimere anche un desiderio inconscio di morire, il che, parzialmente, può accadere. [...]

Nei tentativi di Freud non mancano spunti validi e interessanti. È utile, ad esempio, l'accento al fatto che non è importante il sogno in se stesso, ma i pensieri che ne stanno alla base. La Psicologia Individuale arriva a conclusioni simili. Manca però alla Psicoanalisi un requisito fondamentale: il riconoscimento della coerenza della personalità e dell'unità dell'individuo in tutte le sue espressioni.

Questa carenza appare nella risposta freudiana al quesito fondamentale dell'interpretazione dei sogni: "Qual'è lo scopo dei sogni? Perché dobbiamo sognare?" [...]. Lo psicoanalista risponde: "Per appagare i nostri desideri insoddi-

sfatti". Ma dov'è la soddisfazione, se l'individuo dimentica il sogno o non riesce a comprenderlo? [...]

Una considerazione ci aiuta a chiarire la finalità dei sogni. Dopo aver sognato, al mattino generalmente dimentichiamo i sogni, di cui sembra che non ci resti più nulla. È proprio vero? Qualcosa in realtà rimane: i sentimenti che i sogni hanno fatto sorgere» (3, pp. 88-91).

Adler contesta, dunque, il fatto che i sogni tendano sempre a realizzare i desideri sessuali o le pulsioni autodistruttive del Thanatos e assegna, per contro, alle immagini oniriche il compito finalistico di sondare il tempo a venire, lungo la linea che porta alla meta prevalente dello stile di vita: *il sogno è un ponte lanciato verso il domani.*

Adler fu sicuramente un acuto osservatore, oltre che un brillante elaboratore di intuizioni, collocato purtroppo in una fase storica che non gli offriva la possibilità di fornire conferme scientifiche di tipo anatomico o fisiologico al suo pensiero: poco o quasi nulla si sapeva a quei tempi del sonno e del sogno.

A prima vista, due opinioni di Adler sembrano mostrare una reciproca inconciliabilità, ma tale discordanza è solo illusoria. Egli nota che, talora, il sogno porta avanti una finalità fittizia carente di logica e di senso comune, mentre in altre occasioni sostiene che il sogno riflette tutta la personalità dell'individuo. I due punti di vista, in apparenza contrastanti, possono, invece, trovarsi in piena armonia, se si tiene conto della visione adleriana di una psiche unitaria che, anche nella vita diurna, è globalmente compenetrata dalle dinamiche inconscie, capaci di interagire, mediante continue condensazioni, con i meccanismi consci. L'osservazione del comportamento umano offre continue, quotidiane prove di questa intima ambivalenza.

La vida es sueño, la vita è sogno, intitolava così nel 1635 un suo dramma filosofico in versi Pedro Calderón de La Barca, il secondo genio teatrale spagnolo dopo Lope de Vega e l'ultima voce del *Siglo de oro* della letteratura spagnola.

Un apporto particolarmente significativo del pensiero più maturo di Adler assume il valore di una vera e propria scoperta psicologica: *«se noi siamo in grado di cogliere il reale scopo dei sogni, dobbiamo essere anche in grado di capire perché si dimenticano e perché non si comprendono»*. Analizzare, cioè, in un'ottica nuova gli effetti dei sogni che non si ricordano, sogni capaci però di influenzare profondamente l'individuo con emozioni residue che lo spingono verso determinate finalità.

La più grande conquista di Adler è stata sicuramente quella di aver trasformato radicalmente in senso creativo e intuitivo le finalità dell'analisi. La psicoanalisi

ortodossa si proponeva d'inserire la vita psichica dell'individuo in un sistema lucido e standardizzato, obbediente a regole precise e immodificabili. La Psicologia Individuale, invece, si è assunta il compito molto più impegnativo di analizzare caso per caso un sistema psichico individuale, unico e irripetibile. Questo proposito non richiede solo l'acquisizione di una metodologia e la sua messa in opera, pronta e rigorosa, ma l'attitudine e la preparazione a scoprire, in ogni sondaggio analitico, un'elaborazione nuova, impreveduta, creativa e personalizzata di alcune condotte di fondo tipiche dell'essere umano.

Ogni individuo plasma e condensa i grandi temi esistenziali, traendo da questi un «senso del vivere», fondato su un'immagine di «sé nel mondo» decisamente interpretativa, a volte armonica e a volte alterata, che deve essere considerata come la matrice interiore e profonda della finalizzazione.

Bibliografia

1. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *La Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1992.
2. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell'uomo nella Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1994.
3. ADLER, A. (1931), *What Life Should Mean to You*, tr. it. *Cosa la vita dovrebbe significare per voi*, Newton Compton, Roma 1994.
4. ANSBACHER, H. L., ANSBACHER, R. R. (1956), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.
5. FERRIGNO, G. (1996), Riflessioni interdisciplinari sul sogno, *Riv. Psicol. Indiv.*, 54: 5-34.
6. FREUD, S. (1900), *Die Traumdeutung*, tr. it. *L'interpretazione dei sogni*, Newton Compton, Roma 1980.
7. LA BIBBIA (1985), Editrice ELLE DI CI, Leumann (To).
8. PAGANI, P. L. (2000), Discorso sulla Psicologia Individuale e sull'ecllettismo, *Riv. Psicol. Indiv.*, 48: 21-40.
9. PARENTI, F. (1963), *Dal mito alla Psicanalisi - Storia della Psichiatria*, Silva, Milano.
10. PARENTI, F. (1983), *La Psicologia Individuale dopo Adler*, Astrolabio, Roma.
11. PARENTI, F., FIOREZZOLA, F. (1964), *Sogno, ipnosi e suggestione*, Feltrinelli, Milano.
12. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1968), *I guaritori*, Meschina, Milano.
13. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1984), *Dizionario alternativo di Psicoanalisi*, Quaderni della Rivista di Psicologia Individuale, Milano.
14. SANDARS, N. K. (a cura di, 1997), *L'epopea di Gilgameš*, Fabbri Editori, Milano.

Pier Luigi Pagani
Via delle Forze Armate, 260/9
I-20152 Milano
E-mail: pl.pagani@tin.it