

## IL SOGNO E LA SUA INTERPRETAZIONE

di Nicola Michele Campanozzi

Il problema del sogno ha sempre interessato tutte le culture e in ogni tempo: dalla Grecia, all'Egitto, al mondo orientale e occidentale. Tutti ricordano ancora i sogni di alcuni noti personaggi biblici (Giacobbe, Giuseppe, san Giuseppe padre di Gesù...). Ad esso si è sempre cercato di dare un significato, che variava dal simbolico al premonitore, passando attraverso la credenza popolare della predizione del futuro o della indicazione dei famosi "numeri" da giocare al lotto. È da Freud, però, che lo si è iniziato a studiare in maniera scientifica, come forma cioè di rielaborazione a livello onirico del vissuto passato di ognuno, specialmente di quello relativo ad alcuni traumi infantili rimossi o desideri insoddisfatti.

In realtà come stanno le cose? Fisiologicamente, come ho già scritto qualche altra volta, durante il comune riposo notturno (sonno), si susseguono alla distanza di circa due ore e mezza un quattro o cinque quarti d'ora di sogno, durante il quale si notano fenomeni come, per esempio, stati erettivi o il rapido movimento degli occhi (sonno REM). È in questa fase particolare che il cervello produce immagini, situazioni, esperienze che "sembrano" reali, in continuità di contenuti e dei quali il soggetto solo rare volte è cosciente (ipnagogia). In qualcuno soltanto, ma in seguito a particolari esercizi, si conserva una quasi totale lucidità: questo, però, è un altro discorso.

Quale valore conferire a questa attività del cervello? Alcuni, secondo me un po' troppo sbrigativamente, considerano il sogno come una sorta di liberazione di quel materiale ingombrante e inutile che si è accumulato fra le cellule nervose e che trova nell'attività onirica una via di uscita o, come dicono, una "spazzatura" fisiologica che finisce in pattumiera. In parte questo è vero, ma non spiega tante cose.

ACSecondo altri studiosi, e sono la maggioranza, esiste un inconscio individuale (anche se su questo la scienza a ispirazione organicistica non si pronuncia), che trova nel sogno il momento più propizio, essendo minima la vigilanza dell'Io, per esternare quanto di più nascosto e sconosciuto si muove in noi. Io concordo con quest'ultima tesi, perché ci sono fin troppe cose a confermarla: la pratica clinica, le esperienze di molti, la storia di alcuni casi misteriosi.

Il fatto, comunque, è che durante il sogno si attiva un processo creativo straordinario, che usa un sistema comunicativo seguendone alcune leggi particolari:

- "condensazione" = fatti, luoghi e tempi diversi legati in un *unicum* esperienziale;
- "spostamento" = pulsioni e desideri personali proiettati in altre figure presenti nello scenario onirico;
- "assoluta libertà" = volare, correre non secondo le regole comuni, continui cambiamenti e accostamenti di ambienti ecc.);
- "sensazioni paralizzanti" = incapacità di reazione di fronte a un pericolo, imbarazzo per la propria nudità, fuga "lentissima" se inseguiti da agenti insidiosi);
- "presenze inattese" = dialogo con defunti percepiti come "fossero" vivi, situazioni riguardanti il futuro non visto come tale, funerali propri e altrui ecc.),
- "simbolizzazione" = oggetti vari, persone strane...).

Quale significato dare al sogno? Le ipotesi sono tante. Ne riporto le principali.

Il sogno non sarebbe altro che il linguaggio dell'inconscio che, tramite esso, realizzerebbe desideri più o meno antichi (Freud).

Nella maggioranza dei casi si tratterebbe di una semplice rielaborazione di fatti ed eventi vissuti con intensità emotiva il giorno prima.

Per Robert McCaley l'impressione di volare e di correre potrebbe essere una forma di esaltazione di sensazioni particolari che hanno eccitato in maniera singolare alcune reti nervose.

Per Siegel l'esperienza di paralisi notturna sarebbe una espressione di stasi del cervello.

E i sogni premonitori? A parte l'idea, in verità riduttiva e opinabile (Morelli), secondo la quale essi sarebbero il frutto o di una coincidenza o del territorio dell'inconscio collettivo (segnale di una insorgente malattia o di una imminente guarigione), io credo invece che ci troviamo di fronte a un vero mistero, che solo con la parapsicologia può essere in qualche modo interpretato: l'Io cioè, come guardiano di frontiera che durante il sonno vigila e censura ben poco, permetterebbe, a sua insaputa, un flusso umanamente inspiegabile di informazioni "rivelatrici" che liberamente attraversano il confine dei due mondi o, se si vuole, di due contigue "dimensioni" e piani di esistenza (aldiquà e aldilà). La stessa Bibbia tende a confermare questa ipotesi, per certi versi inquietante ma anche affascinante.

Cosa pensare, allora, e cosa concludere? Il sogno resta una delle attività più enigmatiche dell'uomo. Tutte le forme di interpretazioni sopra esposte, non esclusa l'ultima, presentano una loro parte di verità. Pretendere di assolutizzarne una negandone un'altra potrebbe essere un grave errore di valutazione. Occorre, dunque, essere sempre prudenti ma anche "aperti" a questo indubbio mistero, perché la vita è piena di fatti non riconducibili alla comune e limitata razionalità.

ACSotto il cielo e nel deserto del vivere ci sono troppe cose che non conosciamo, molti veli che nascondono punti invisibili, diverse domande che attendono una risposta: tentare di darsela è una scommessa, ma anche una sfida che vale la pena di affrontare. La realtà, comunque, ha sempre più facce.