

## L'ESSERE DEL SOGNO: VALUTARE, INTEGRARE, ELABORARE

V. LAMARTORA

La scena in cui è nato questo sogno è una stanza. Una stanza che si muove, che viaggia in autostrada, ma comunque una stanza. E un gruppo, un gruppo di discussione clinica tra colleghi che va avanti da anni. Credo sia giusto, per lo stesso oggetto dello studio – *la funzione valutativa, integrativa ed elaborativa del sogno come emozione complessa nata dal dolore delle perdite*<sup>1</sup> – chiarire la scena in cui è nato questo scritto, i dettagli concreti, e non, che ne hanno determinato la necessità e la forma. Viaggiando tra un Autore e l'altro, tra una memoria e l'altra, tra una fantasia e l'altra, ho cercato di studiare il sogno attraverso il materiale clinico di molti colleghi, me stesso compreso. Ho cercato di ripercorrere le orme di Freud non certo per emulazione o delirio di onnipotenza, quanto perché qualche volta nella vita si deve giocare, si deve poter fare del gioco la terra su cui facciamo germogliare le teorie, le riflessioni. Mi si perdoni se ho cucito liberamente sogni diversi: l'intento è restituire l'atmosfera interna alla mente dell'analista in seduta, quando dall'insaturo e incomprensibile del vissuto emerge un pensiero, su cui ulteriormente lavoriamo. Ho usato parole e concetti condensati non per partito preso, ma perché queste sono le parole dei sogni, e a mio avviso rimangono le più efficaci nel ridestare emozioni: «Le ideologie, a volte, ci separano. I sogni e le angosce

---

<sup>1</sup> «La rappresentazione in opera nei sogni scongiura, domina e così allontana una minaccia. La minaccia da scongiurare è la morte, la perdita di sé o dell'oggetto d'amore» (Petrella).

ci uniscono» (E. Ionesco). Ancora, seguendo la suggestione di Lorenzo Calvi<sup>2</sup>, ho evitato una stesura troppo schematica dell'articolo, preferendo una versione nella quale le emozioni e i pensieri ricorrono e si confondono: «Collocandosi fuori del senso comune, l'atmosfera dell'incontro è assai più quella della notte che quella del giorno [...]» (Calvi, p. 56). Immagino che un'atmosfera onirica potrà rendere meno agevole la lettura ma forse favorirà l'immaginazione e la libertà associativa. Infine, "ho messo in nota" la biologia del cervello, perché penso sia utile non dimenticare le radici dell'albero su cui descriviamo le nostre psicopatologie.

## I. L'ALTRA NOTTE HO FATTO UN SOGNO...

*Sono sull'autostrada per Roma. A un certo punto la Citroën che mi precede si schianta inesplicabilmente sul garde-rail. Freno immediatamente, esco. La donna che era al volante è stata sbalzata fuori dall'abitacolo. Mi avvicino a lei. È distesa di fianco, il volto coperto da un maglione viola scuro. È immobile. Le scopro il viso, la guardo. Ha gli occhi mezzi aperti, mi guarda e non mi guarda. Rantola. È paralizzata. Le prendo il polso, batte ancora. Mi alzo. Chiamo subito i soccorsi. Mi chino di nuovo sopra di lei. Sono terrorizzato, dovrei farle un massaggio cardiaco. Sono terrorizzato ma non me ne accorgo. Sono angosciato eppure sento di essere soltanto preoccupato. Sono legato al suo viso eppure me ne allontano.*

*Dopo trenta secondi, questa donna smette di vivere. Non respira più. Il corpo, il viso, gli occhi, sono gli stessi di un secondo prima, ma qualcosa è cambiato. Mi dico che in fondo trenta secondi non sono molti; che non deve aver sofferto molto. Ho appena guardato il suo corpo: ha il cranio sfondato, un seno lacerato, la gola tagliata dal vetro.*

Salgo in macchina. È notte, mi accompagna una musica di sfondo, sulla quale posso pensare liberamente. È un viaggio di ritorno, il mio, per cui mi viene di partire da una risposta. Da una risposta *sognata*: il sogno è la *stessa mente* che lavora di notte, è un'emozione<sup>3</sup> complessa generata,

---

<sup>2</sup> «Tra chi sostiene che il senso comune è il luogo della certezza rassicurante e chi sostiene essere quello dell'ipotesi, tienti sempre dalla parte del relativismo e non da quella dell'autoritarismo colpevolizzante [...]» (Calvi, p. 56).

<sup>3</sup> Come vedremo più avanti, Mark Solms definisce l'emozione come «l'esperienza psichica del nostro stato interno, [...] una specie di sesto senso, [...] rivolto verso l'interno col quale monitoriamo lo stato corrente del proprio Sé corporeo». Nel

dall'angoscia della perdita, attraverso la quale la mente condensa diversi livelli funzionali: un livello *valutativo*, attraverso il quale assegniamo un valore alle esperienze vissute durante la veglia; un processo *integrativo*, attraverso il quale stabilizziamo selettivamente le rappresentazioni più consolidate e integriamo nella nostra memoria inconscia le esperienze che si sono rivelate più utili per il nostro equilibrio; e un livello *elaborativo*, attraverso il quale la mente produce degli elementi nucleari di base, i simboli linguistici e iconici, su cui la coscienza organizza le proprie narrazioni.

Più che *generiche* conseguenze sulla nostra omeostasi<sup>4</sup> corporea e psichica, a determinare la necessità del lavoro del sogno potrebbero essere proprio l'emozione e la pulsione associate alla rappresentazione di una perdita, reale o immaginaria. Come diremo meglio più avanti, la neotenia lega indissolubilmente la nostra sopravvivenza alle emozioni e azioni altrui, per cui la perdita degli oggetti da cui dipendiamo è *il problema* che l'evoluzione ha dovuto affrontare. Se da un lato la tramatura rappresentazionale dell'inconscio ha garantito una buona flessibilità di strategie di fronte alle crisi provocate dalle perdite, dall'altro ha anche comportato il prezzo di patire per l'angoscia di una perdita anche quando questa perdita in realtà... non stia avvenendo!

Noi sogniamo con la stessa *necessità* con cui pensiamo, ci difendiamo, ci ammaliano, ci innamoriamo. Il sogno è *uno dei modi* con cui la mente lavora integrando esperienze vecchie e nuove, e attraverso il quale produce nuovi significati e nuovi simboli.

La mente è un sistema funzionale che organizza, archivia e richiama rappresentazioni<sup>5</sup>. Ogni emozione, ogni ricordo, ogni pensiero, ogni ge-

---

suo libro *Il cervello e il mondo interno*, Solms ha dedicato un intero capitolo a discutere l'evidenza di un'ampia sovrapposizione anatomo-funzionale tra sogno ed emozione: un disegno a p. 229 mostra una coincidenza quasi geometrica, fondata su studi di *neuroimaging* funzionale, tra cervello sognante e cervello emozionale. Approfondiremo più avanti il significato di "emozione".

<sup>4</sup> François Ansermet e Pierre Magistretti rimarcano come l'"omeostasi" e il "piacere" non siano la stessa cosa: «La perturbazione dell'omeostasi provoca uno stato di dispiacere, che viene risolto dalla scarica della pulsione. Questa scarica, che giunge a neutralizzare lo stato di dispiacere, può infatti essere vista come un meccanismo di raggiungimento di piacere. Così il freudiano "principio di piacere", che mira alla riduzione di uno stato di dispiacere, è innanzitutto un principio di non-dispiacere».

<sup>5</sup> Le rappresentazioni sono circuiti di neuroni, organizzati tra di loro in modo da scambiarsi energia e informazioni.

Una caratteristica *funzionale* dei circuiti rappresentazionali è che gli impulsi nervosi che circolano e si riverberano al loro interno codificano semplici unità informative (per es. il colore di un oggetto, o la forma, o il movimento), le quali, as-

sto è il prodotto dell'integrazione di molteplici rappresentazioni interne, ciascuna scaturita dalla trascrizione psichica, memorizzazione e rievocazione di esperienze interne (sensazioni ed emozioni, che ci informano sull'equilibrio e l'integrità del nostro corpo) ed esterne, legate alle relazioni con i nostri familiari, amici, colleghi. L'influenza che il nostro mondo inconscio esercita nella costruzione o ricostruzione delle rappresentazioni, fa sì che la "copia" intrapsichica dell'oggetto non sia mai identica all'originale, e questo scarto in-pone la nascita di quel livello soggettivo del Sé che è la mente, e che sostanzialmente è inconscia<sup>6</sup>. La mente dunque non è il contrario del corpo, così come la coscienza non è

---

sociate funzionalmente e strutturalmente ad altri circuiti/informazioni, compongono rappresentazioni più complesse, fino ad arrivare a quelle più astratte, come per esempio quella di "concetto" o di "narrazione".

Una caratteristica *strutturale* dei circuiti è il fenomeno dei *rientri*, connessioni a doppio senso tra neuroni e mappe di neuroni distanti, grazie alle quali le informazioni vengono continuamente lavorate e rielaborate.

La natura olistica della percezione esterna e interna, e la struttura rappresentazionale delle iscrizioni mnemoniche, costituiscono i presupposti biologici dell'inconscio *dinamico*, il quale, proprio per la natura circuitale distribuita, presenta inevitabilmente un grado intrinseco di dis-associazione, di scissione interna. Questa non omogenea integrazione interna è ciò che rende conto dell'infinita complessità della mente umana (che per la maggior parte è inconscia): un sistema in cui tutti i suoi circuiti, di ogni area, fossero perfettamente integrati, si comporterebbe come un unico semplice ganglio cefalico.

<sup>6</sup> Jean Laplanche, nei suoi diversi scritti sulla "seduzione generalizzata" dalla fine degli anni Sessanta a oggi (tra cui ricordo il bell'articolo: *Tre accezioni del termine "inconscio" nella cornice della Teoria della Seduzione Generalizzata*), ha ripreso più volte il concetto della formazione di un rimosso "dinamico" e di un rimosso "intercluso". Secondo Laplanche l'universale ambiguità dei messaggi materni (ambiguità, o contraddittorietà, generata dallo stesso mondo fantasmatico della madre e che fa sì che il detto o il gesto materno esplicito possa essere accompagnato da un sotteso emotivamente incongruo) rende impossibile per il bambino tradurre chiaramente ed univocamente una sensazione, un'emozione, un'intenzione o un gesto della madre, e questa difficoltà d'interpretazione si traduce, da un lato, nell'organizzazione intrapsichica di un mondo di rappresentazioni alterate della cosa, da un altro, nella creazione di un'area di inconscio intercluso, nel quale rimangono – poco integrate col restante psichismo – le "rappresentazioni di cosa" più traumatiche e intraducibili. Riprendendo questa argomentazione di Laplanche, in un mio scritto (2006) ho usato la metafora del pantografo, con il quale la mano inconscia della madre copia il corpo (il primo oggetto) del bambino sulla sua stessa tela psichica, ma l'interferenza conflittuale del suo mondo fantasmatico, l'incostanza di variabili ambientali e la stessa plasticità di risposta del bambino, fanno sì che l'oggetto interno emerga come una copia non conforme all'originale.

il contrario dell'inconscio: *essa coincide sostanzialmente con il livello rappresentazionale dello psichismo, livello intrinsecamente scisso*<sup>7</sup>.

Un soggetto dipendente, neotenco, deve provvedere innanzitutto a evitare il dolore delle perdite. Ma questo, archiviata per sempre la possibilità di un accoppiamento continuo o di un'incorporazione continua, è possibile soltanto costruendo una mente sostanzialmente inconscia. Se potessimo vivere affrontando i traumi col solo bagaglio dei nostri meccanismi istintuali riflessi; se bastasse il nostro solo corpo per essere in armonia con gli altri, non avremmo la mente<sup>8</sup>.

E il sogno?

Il sogno è un processo funzionale della mente. È innanzitutto un'emozione complessa. La sua *funzione valutativa* delle esperienze – funzione tipica dell'emozione/pulsione<sup>9</sup>, senza la quale nessun processo

---

<sup>7</sup> Associando liberamente, ricordo il “Soggetto/barrato”, ovvero attraversato da un discorso irriducibilmente altro, di Jacques Lacan, e – in altro campo di indagine – Wilma Bucci, quando parla di una dissociazione fisiologica della mente.

Vorrei segnalare che Amedeo Falci, nel suo articolo *Der Geist in the machine*, affronta la complessa questione della non esatta corrispondenza dei termini “dissociazione” e “scissione”, usati il primo in ambito cognitivista e il secondo in ambito psicoanalitico. “Scissione” rimanderebbe, secondo Falci, a una difesa attiva attraverso la quale una rappresentazione viene sospinta e tenuta scissa, incistata, isolata, rispetto al resto del mondo rappresentazionale dell'Io, mentre la dissociazione è uno stato di non integrazione verticale del Sé, non necessariamente difensivo, e che permette l'organizzarsi di tratti e capacità multiple del Sé, ciascuna operante a suo modo e nessuna in reale conflitto con la coscienza. Credo vada sempre apprezzato con stupore come la grandezza scientifica di Freud consista proprio nell'aver creato un vocabolario concettuale insaturo, indeterminato, incompleto, incerto, che informa sia lo statuto stesso della Psicoanalisi come scienza aperta che le caratteristiche di ogni definizione di inconscio, e che è anche la *conditio* necessaria affinché due uomini si parlino in una stanza...

<sup>8</sup> Donald Winnicott è stato uno dei più creativi analisti del '900. Nel suo lavoro *L'intelletto ed il suo rapporto con lo psiche-soma* Winnicott dice che, in presenza di un accudimento da parte di una madre sufficientemente buona, esiste il soma ed esisterà una psiche che acquisisce la funzione di elaborazione immaginativa delle parti somatiche, dei sentimenti e delle funzioni; ma in presenza di un adattamento ambientale insufficiente il bambino svilupperà una mente che si assume il compito di assistenza allo psiche-soma che non viene svolto sufficientemente dall'ambiente, cosa che in seguito avrebbe chiamato il “falso Sé”. Questa mente, nella misura in cui supplisce alla mancanza di una funzione integrativa della madre, scinde il soma dalla psiche, conformandosi così, esperienza dopo esperienza, come un livello di funzionamento scisso sia dal corpo che dalla vita emozionale. Al di qua della riflessione, *di pancia* – come dicono i pazienti –, condivido profondamente la posizione winnicottiana.

<sup>9</sup> Sigmund Freud (1915a) descrive la pulsione come «un concetto limite tra il somatico e lo psichico, come il rappresentante psichico degli stimoli che traggono

psichico potrebbe risultare adattivo (come potrei selezionare due rappresentazioni se non in base al loro valore rispetto al mantenimento o al ripristino dell'omeostasi del corpo e della mente?) – si intreccia alla sua *funzione integrativa*<sup>10</sup> – che opera quotidianamente riducendo il grado di dis-associazione rappresentazionale, stabilizzando quelle esperienze che risultano più integrabili rispetto all'insieme del proprio mondo, e lasciando involvere quelle che invece risultano più difformi dall'insieme del Sé –, e a una *funzione elaborativa*, grazie alla quale il lavoro del sogno<sup>11</sup> produce emozioni, simboli linguistici, immagini.

---

origine dall'interno del corpo e pervengono alla psiche, come una misura delle operazioni che vengono richieste alla sfera psichica in forza della sua connessione con quella corporea», e la definisce in funzione della fonte, della spinta, della meta e dell'oggetto. L'oggetto della pulsione (che Freud definisce: «ciò in relazione al quale, o mediante il quale, la pulsione può raggiungere la sua meta») è certamente l'elemento più variabile della pulsione, potendo essere di varia natura, interno o esterno, reale o immaginario, proprio o altrui. La fonte è «il processo somatico che si svolge in un organo o parte del corpo, il cui stimolo è rappresentato nella vita psichica dalla pulsione», dunque un processo fisiologico del corpo, i cui effetti ci vengono segnalati psichicamente attraverso le mete pulsionali. La meta di una pulsione è sempre il soddisfacimento, che può essere raggiunto sopprimendo lo stimolo che ne costituisce la fonte. La spinta della pulsione, infine, per Freud, costituisce l'elemento motorio della pulsione, elemento innescato dalla stessa meta pulsionale.

Come già accennato al termine della nota 3, nella definizione di emozione da parte di neuroscienziati quali LeDoux, Damasio, Panksepp, Denton *et al.*, è evidente il grado di analogia o di coincidenza concettuale con la pulsione freudiana: anche l'«emozione» è una sensazione impellente, geneticamente determinata («*hard-wired*»), relativa a un progressivo squilibrio di organi o apparati del corpo (fonte); anche l'emozione innesca un processo (spinta) neurovegetativo e motorio che ha come fine (meta) quello di estinguere lo stimolo interno o esterno che ha determinato lo squilibrio fisiopatologico (fonte) e riportare il corpo in omeostasi. Anche per l'emozione, infine, l'oggetto è la variabile meno determinata geneticamente, potendo essere un oggetto concreto o simbolico.

<sup>10</sup> Su questa funzione vedi: J.L. Fosshage; R. Greenberg e C. Pearlman; D. Siegel.

<sup>11</sup> Nella *Traumdeutung*, Freud definisce il «lavoro del sogno» come il processo di trasformazione del contenuto latente in contenuto manifesto, fondato sui tre meccanismi della condensazione, dello spostamento e della rappresentatività. Il lavoro del sogno opera secondo gli attributi funzionali del processo primario, e il suo scopo è quello di permettere la prosecuzione indisturbata del sonno (legando gli eccitamenti energetici a rappresentazioni preconsce), realizzando un compromesso tra la necessità di appagare un desiderio inconscio e la realizzazione cosciente di tale desiderio, che sarebbe censurata dall'Io e causerebbe conflitti: la soluzione permessa dal lavoro onirico passerebbe dunque per un mascheramento di significato, attraverso un gioco delle carte in cui una rappresentazione impresentabile all'Io viene rimossa, il suo affetto viene legato a un'altra rappresentazione meno

Arricchendo l'inconscio e promuovendo integrazione, il sogno iscrive parole nuove e nuove frasi sulla pagina dello psichismo, facendo emergere un testo del vissuto di sé più armonico, più coeso, più definito, sebbene non necessariamente cosciente.

Il sogno lavora ripulendo quotidianamente<sup>12</sup> la mente da quelle rappresentazioni dell'esperienza risultate meno efficaci nell'evitare l'angoscia.

---

censurata e questa viene proiettata sullo schermo della visione, non potendo essere agita a causa della paralisi motoria del sonno.

<sup>12</sup> Nella discussione sulla generazione del sonno, bisogna distinguere le strutture e i processi che attivano il sonno REM da quelle correlate all'attivazione dei sogni. M. Solms sostiene che nell'attivazione del sonno REM si registra un'attivazione del tegmento pontino, del talamo sinistro, di entrambe le amigdale, del cingolo anteriore e dell'opercolo parietale destro, accanto all'attivazione delle strutture profonde del tronco cerebrale (quelle del sistema ERTAS, deputate all'attivazione del sonno REM, e che agiscono come un orologio biologico) e le loro proiezioni neuronali diffuse alle corteccie; mentre le strutture anatomofunzionali correlate alla genesi dei sogni sono almeno due: la sostanza bianca frontale, ovvero il fascio dopaminergico mesolimbico-corticale, e le strutture dell'intero sistema limbico, incluse le componenti limbiche dei lobi temporo-parieto-occipitali.

Solms sottolinea come la giunzione parieto-temporo-occipitale sia coinvolta nella generazione dell'immagine visiva spaziale, costituendo lo schermo su cui viene proiettato il film onirico. A sua volta, il fascio mesocorticale-mesolimbico, costituito da neuroni dopaminergici originati nell'area tegmentale ventrale, agisce principalmente sulle strutture corticali e su quelle limbiche delle superfici mediali del proencefalo. I suoi bersagli sono l'ipotalamo, il nucleo accumbens, il giro anteriore del cingolo e la amigdala, oltreché i lobi frontali in tutta la loro estensione. Questo fascio dopaminergico è responsabile della generazione dei sintomi psicotici produttivi – deliri e allucinazioni – e la sua inibizione o attivazione attraverso l'uso di neurolettici produce inibizione o recrudescenza sia delle allucinazioni psicotiche che di quelle oniriche, a testimonianza del fatto che il *trait-d'union* tra allucinazioni oniriche e psicotiche è il comune denominatore anatomofunzionale dopaminergico.

Ma la cosa più importante sta nel fatto che con questo stesso fascio dopaminergico coincide l'attivazione del "sistema di ricerca", un "sistema emotivo di base" che, se stimolato, attiva nell'animale e nell'uomo la ricerca aspecifica di un oggetto "in cui o attraverso cui" scaricare la tensione pulsionale. *Pertanto il fascio mesolimbico-corticale costituisce il comune denominatore delle allucinazioni visuospatiali del sogno, di quelle audioverbali delle psicosi e della pulsione di ricerca (seeking), che appare il vero motore del sogno.* «Se un residuo diurno, o un ricordo, o una sensazione attivano l'interesse del sistema di ricerca, allora si creerà la condizione sufficiente per cominciare il processo del sogno. [...] Quando si dorme non si può andare in giro a esplorare il mondo o a cercare ciò che suscita il nostro interesse da un punto di vista motivazionale. Sembra allora ragionevole ipotizzare che il sogno interviene per sostituire un'azione finalizzata; invece di fare qualcosa nel mondo reale si comincia a sognare». Normalmente, i

Come nella bellissima poesia di Mario Luzi:

*La notte lava la mente.*

*Poco dopo si è qui come sai bene,  
fila d'anime lungo la cornice,  
chi pronto al balzo, chi quasi in catene.*

*Qualcuno sulla pagina del mare  
traccia un segno di vita, figge un punto.  
Raramente qualche gabbiano appare.*

Facciamo ripassare il filo del discorso.

## II. IL SOGNO È UN'EMOZIONE COMPLESSA, CHE SVOLGE UNA FUNZIONE VALUTATIVA

Un'emozione, secondo M. Solms, è una sensazione «diretta verso l'interno che fornisce informazioni sullo stato corrente del proprio Sé corporeo, stato che viene confrontato a quello del mondo oggettuale»<sup>13</sup>. Insomma: le emozioni sono le rappresentazioni psichiche delle sensazioni originate dal corpo, i vissuti e le rappresentazioni coscienti di queste sensazioni. L'emozione così definita presenta gli stessi caratteri della "pulsione" descritta da Freud nel 1915 (cfr. nota 9). Ma il sogno è dunque un'emozione complessa, che raccoglie simultaneamente infor-

---

lobi frontali sono la centrale operativa della coscienza della veglia, ma durante il sonno sono ipoattivati e inibiti. Questo comporta che la scena d'azione si sposti sulla corteccia parieto-temporo-occipitale; comporta che il sistema motorio è inibito; comporta che l'inibizione del ruolo inibitorio dei lobi frontali sulle rappresentazioni inconscie non possa più esercitarsi: l'energia può agganciare qualunque rappresentazione, e il montaggio delle scene, dei singoli fotogrammi rappresentativi, apparirà alterato rispetto alla veglia, proprio per l'inibizione del centro di coordinazione e montaggio della corteccia prefrontale bilaterale. Il film apparirà bizzarro.

<sup>13</sup> «Il senso delle emozioni viene organizzato in modo molto diverso da quello delle modalità sensoriali dirette verso l'esterno, perché le informazioni specifiche sul nostro stato somatico pervengono alle strutture diencefaliche attraverso i canali nervosi classici ma anche attraverso meccanismi meno sofisticati di trasporto chimico della corrente ematica e cerebrospinale. D'altro canto, le strutture diencefaliche di monitoraggio trasmettono le loro informazioni in uscita a tutto il proencefalo, esercitando così un'azione di massa su tutti i canali di elaborazione delle informazioni della coscienza» (Solms).



mazioni provenienti da sistemi diversi: il corpo e la sua trascrizione psichica, il corpo e la mente, il presente, il ricordo, l'inconscio e la coscienza, la mente del paziente e quella dell'analista.

La presenza, nella struttura del cervello, di un *checkpoint* affiancato a una mappa completa del Sé corporeo<sup>14</sup>, permette al sogno di attribuire un *valore* (più o meno buono/cattivo; più o meno piacevole/dispiacevole) alle esperienze vissute e “messe in latenza” durante il giorno. Più estesamente, durante il sogno diverse emozioni “primordiali” o “secondarie”<sup>15</sup>, relative a diversi stati del corpo<sup>16</sup>, vengono

---

<sup>14</sup> Tra le strutture cerebrali che generano le emozioni, le più importanti sono probabilmente i nuclei della base (in particolare l'accumbens) e il giro periacqueduttale, un'area grigia situata nel tronco che è costituita da colonne verticali di neuroni. Tali colonne sono divise in due categorie, quelle che generano una sensazione di piacere, e quelle che generano sensazioni di dispiacere. È importante ricordare che queste strutture profonde del tronco sono attigue a un'altra porzione del tetto del tronco sul quale vengono disegnate, esperienza dopo esperienza, le mappe dell'interno e della superficie muscolo-tendineo-epidermica del corpo. Questa contiguità spiega come i meccanismi di base che generano le emozioni siano inevitabilmente associati all'attivazione di reazioni neurovegetative e motorie.

<sup>15</sup> Per Derek Denton sono “primarie” la fame, la sete, il bisogno d'aria, il bisogno di urinare, di defecare, l'eccitazione preorgasmica, ecc.; sono “secondarie” la paura, l'amore, la rabbia, la collera, la gioia, la tristezza, il disgusto, eccetera.

Jaak Panksepp invece descrive diversi “sistemi” emotivi: il sistema della ricerca (*Seeking*), o della curiosità, dell'interesse, dell'aspettativa, dell'anticipazione, fornisce un'attivazione che stimola a esplorare il nostro mondo interno o esterno: è quello attivo nel sogno; il sistema del piacere produce una gratificazione degli appetiti che attivano il sistema di ricerca: è il sistema implicato, quando disregolato, nella dipendenza dalle droghe; il sistema della rabbia, è attivato da stati di frustrazione, quando vengono ostacolate le funzioni finalizzate a una meta importante; il sistema della paura, genera risposte di fuga o di paralisi; il sistema del panico (o angoscia da separazione), è associato non solo con l'ansia da panico ma con sentimenti di separazione e sconforto. Altri autori aggiungono a quelle citate altre emozioni di base.

<sup>16</sup> Oppure “marker somatici”, come li chiama A.R. Damasio: essi rappresentano un valore (innanzitutto, buono/cattivo) associato ad una percezione esterna o ad una rappresentazione interna. Questo valore, derivato dal confronto con analoghe esperienze messe in memoria, ha il vantaggio di produrre risposte adattative a uno stimolo ambientale ancora prima o senza che intervenga una valutazione cosciente e complessiva della situazione. «La valutazione della situazione in cui ci troviamo, le aspettative di rinforzo o di incentivi negativi, dipendono dal fatto che i gangli della base, e in particolare il nucleo accumbens, attaccano a un'esperienza una serie di cartellini (*post it*) motivazionali che poi vengono valutati dalla corteccia prefrontale. Sono queste associazioni a definire una situazione in termini positivi o negativi: una volta qualificate le esperienze, la memoria ne tiene conto e determina le aspettative di una persona. Se il processo di etichettatura è di tipo negativo

associate funzionalmente a rappresentazioni percettive, linguistiche e motorie, e in quanto *associate* costituiscono dei *post-it* con l'indicazione di *un valore, appuntati sul petto delle rappresentazioni*, sì da determinarne la priorità d'accesso alla coscienza: quelle più importanti per la conservazione del Sé passano per prime, restano più tempo alla coscienza e vengono memorizzate più stabilmente. In tal modo, lo stato di sonno o di veglia determina il tipo di coscienza possibile del Sé (una coscienza più distribuita e seriale nel caso della veglia, meno distribuita o più parallela nel caso del sonno), e questa determina sia il *tipo* di simboli<sup>17</sup> che verranno selezionati per il film della coscienza di veglia o di sonno, sia il *modo* in cui i simboli vengono assemblati (il modo in cui vengono organizzate le narrazioni), la cui emergenza alla coscienza, *comunque*, resta determinata in base al *valore* per il mantenimento dell'omeostasi corporea.

### III. LE DIVERSE FORME DELLA COSCIENZA NEL SOGNO E NELLA VEGLIA

Nel corso degli ultimi trent'anni, la coscienza è stata al centro di un'esplosione di studi.

È come se, dopo la sistematizzazione dell'inconscio e della mente permessa dalla metapsicologia freudiana, e in assenza di altro *corpus* teorico-clinico altrettanto sistematico, lo studio della coscienza fosse diventato il solo ambito di ricerca possibile al di fuori del lavoro con i pazienti. Quale che sia la definizione che se ne adotti, è necessario a mio avviso partire da Freud e dall'evidenza che la coscienza rappresenta una porzione molto limitata della mente. Rispetto alla capacità che l'inconscio dimostra di processare, interpretare e reagire a centinaia di migliaia di stimoli al secondo, la coscienza si limita a trattenere e lavorare più o meno sette informazioni in uno stesso momento! Dunque, sostanzialmente la mente è inconscia.

Quando si comincia a discutere della coscienza bisogna distinguere, innanzitutto, uno "stato" della coscienza dai "contenuti" della co-

---

si verifica una disincentivazione del piano d'azione, se è al rialzo l'attesa positiva spinge all'azione» (Oliverio).

<sup>17</sup> Non tutte le rappresentazioni sono accessibili alla coscienza del sogno notturno, e quelle associate a emozioni primarie intense – la fame, la sete, il bisogno d'aria, il bisogno di urinare, di defecare – sono incompatibili con lo stato di sonno, e pertanto non "entrano" nel film del sogno del sonno o lo interrompono (Denton).

scienza. Un differente stato della mente<sup>18</sup> è alla base della diversa forma che la coscienza assume nel sogno o nella veglia.

Lo *stato di coscienza* rappresenta il livello della vigilanza e dell'attenzione della mente: come dicono Newman e Baars, la coscienza come stato della mente è lo stato globale dell'essere attento, consapevole e vigile. Le zone critiche nella generazione e conservazione dello stato di coscienza sono quelle del tronco e del talamo<sup>19</sup>. *Ora, queste strutture sottocorticali sono le stesse che regolano i nostri stati viscerali*: la temperatura, il glucosio, la volemia, la concentrazione di CO<sub>2</sub>, cioè: l'omeostasi del corpo, tanto che Antonio Damasio ha sostenuto che se *le cose* di cui siamo coscienti sono il risultato delle funzioni sensoriali che sorvegliano l'ambiente esterno, *gli stati* della nostra coscienza dipendono invece dalle strutture del tronco e ci informano sulle variazioni della nostra situazione interna. Lo stato di fondo della

---

<sup>18</sup> Daniel Siegel ha dato una definizione chiara: «Uno stato della mente è uno stato funzionale nel quale la mente coordina le attività del momento e crea pattern di attivazione cerebrale che, ripetendosi, possono diventare via via più probabili (per es. la vergogna, la disperazione): possono diventare *tratti* dell'individuo. [...] Nel cervello esistono aree corticali come la corteccia orbito-frontale che è importantissima perché riceve e integra/coordina l'attività di tutta una serie di sistemi distinti: stati del corpo, valutazione degli stimoli, attenzione focalizzata, percezioni complesse mediate dalle cortecce associative, rappresentazioni astratte, processi della memoria (attraverso il lobo temporale mediale) e risposte motorie (attraverso i nuclei della base). Quando vengono attivati, questi circuiti processano informazioni all'interno dei loro modi computazionali specifici. [...] Ma che cosa significa in realtà coordinare un'ampia gamma di attività cerebrali? Significa letteralmente che le varie funzioni del cervello, da quelle inferiori e più semplici (come la registrazione e regolazione degli stati dell'organismo a livello del Sistema Nervoso Autonomo) a quelle superiori e più complesse (come le rappresentazioni concettuali del pensiero nelle aree neocorticali) possono essere collegate e temporaneamente associate tra loro in un determinato stato della mente. "Collegati" significa che i diversi sistemi che mediano tali processi sono *sincronicamente* attivati e si influenzano reciprocamente a livello funzionale. Questo è uno stato della mente. Ne sono esempi, la paura, uno stato di disperazione, uno stato di gioia, di eccitazione, di attesa, di fusionalità, di speranza. Ma anche la veglia e il sonno.

Stati della mente ripetitivi sin dall'infanzia e poco integrati con altri stati della mente possono fossilizzarsi in modo cristallizzato e divenire degli stati del Sé, dei Sé specializzati ma scissi da altri propri Sé.

<sup>19</sup> L'ERTAS è un insieme di strutture sottocorticali che comprende: alcuni nuclei talamici, parte dell'ipotalamo, l'area segmentale ventrale, i nuclei parabrachiali, il grigio periacqueduttale, il nucleo del locus coeruleus, i nuclei del rafe e la formazione reticolare vera e propria del tronco. I neuroni del sistema ERTAS sono all'origine di quei sistemi neurotrasmettitoriali (dopaminergico, serotoninergico, noradrenergico, colinergico e istaminergico) che poi irradiano diffusamente a tutta la corteccia, e che determinano lo stato globale di attivazione della coscienza.

coscienza “ci” rappresenta, “ci” rispecchia, “ci” fornisce la rappresentazione del nostro Sé corporeo: «Questo sono io; io sono questo corpo e, ora, mi sento così». Diciamo associativamente che lo stato della coscienza è il *setting* interno, mentre i contenuti della coscienza sono i singoli pensieri o le diverse emozioni.

Il fatto che le strutture responsabili dello stato di fondo della coscienza coincidano con quelle che generano le emozioni, spiega come la coscienza sia emotiva, insieme *introspettiva* («ci avverte del nostro stato interno») e *valutativa*. E tuttavia, l'automonitoraggio del corpo non basta: noi viviamo nel mondo e i nostri bisogni interni possono essere soddisfatti solo *nel mondo esterno*. La coscienza non può limitarsi a segnalarci come ci sentiamo; deve anche permettere di farci un'idea complessa dell'ambiente in cui viviamo, permetterci previsioni e adattamenti efficaci di fronte alle esperienze di relazione. Qualificare le esperienze ed essere coscienti *direttamente* degli oggetti *esterni* (non più solo degli effetti di questi oggetti sulla nostra omeostasi corporea) ci permette più velocemente ed efficacemente di riadattarci ai mutamenti dell'ambiente. Questo aspetto funzionale della coscienza estesa dell'ambiente e di noi stessi (legata alla capacità funzionale dei lobi prefrontali) viene chiamata “memoria di lavoro”<sup>20</sup>. Le cose di cui siamo coscienti sono quelle a cui attualmente sta lavorando la memoria di lavoro. Questa *lavagna della mente* focalizza l'attenzione sulle cose più importanti al momento e tralascia le altre. In sintesi, la coscienza è legata alla memoria di lavoro. La funzionalità piena della corteccia prefrontale è indispensabile perché qualcosa ci si renda visibile, cosciente.

Ora, un telo, uno schermo, funzionale alla rappresentazione di contenuti mentali, esiste anche nel sogno del sonno. Anche nel sogno notturno ci si rendono visibili i contenuti della mente; anche durante il sogno sono attivi processi e *sistemi* di traduzione degli stimoli, e anche nel sogno le rappresentazioni percettive, categoriali e linguistiche vengono associate a emozioni, a rappresentazioni di stati somatici.

Nonostante queste analogie, la coscienza che abbiamo nel sogno è diversa da quella nella veglia. Ciò dipende dal fatto che durante il sonno REM si ha un'alterazione o inibizione funzionale, sia di quelle strutture che regolano lo stato basale della coscienza, sia di quelle che regolano le emozioni, e questa alterazione fa che:

- la soglia percettiva per l'accesso alla coscienza della veglia si elevi, dimodoché soltanto sensazioni intense provocano il risveglio.

---

<sup>20</sup> Per una più ampia definizione della memoria di lavoro si veda J. LeDoux (pp. 243-247).

Questo innalzamento potrebbe spiegare come mai le rappresentazioni oniriche – visive, uditive e somatosensoriali – si associano soprattutto a emozioni quali la paura, l'eccitazione orgasmica, la rabbia, la gelosia, l'invidia, l'amore, la nostalgia (Denton): è raro che in una scena onirica il/i personaggio/i del film abbia/ano la sensazione pressante di aver bisogno di urinare, di defecare, di aver sete o fame o bisogno d'aria, e fino a quando tali emozioni "primordiali" sono o diventano pressanti è impossibile entrare o restare in stato di sonno;

- l'usuale "processo secondario" della veglia è alterato: è alterata la capacità della mente di integrare diversi tipi di rappresentazioni (sensoriali, percettive, mnemoniche, motorie, linguistiche) e portarli alla coscienza in modo *intelligibile e sequenziato*. Ciò spiega la confusa distribuzione spaziale della scena del sogno, la confusione dei personaggi, dei piani temporali, l'alterazione dei nessi logici, la mancanza di freni inibitori: in poche parole la dominanza del processo primario su quello secondario;

- lo schermo della coscienza del sogno è *orientato all'interno* della propria mente, visibile soltanto dall'interno di sé. Purtroppo (o per fortuna!) solo ciò che diventa cosciente *a noi stessi* può essere vissuto come la mia vita/la mia mente/lo/me/mio, e può essere differenziato dagli altri: ciò che non accede alla coscienza, ciò che procede in modo inconscio, pur costituendo la maggior parte della nostra vita e delle nostre analisi (in quanto pazienti e analisti), non può essere *autonomamente, ulteriormente e secondariamente* lavorato da noi stessi. Uno schermo rivolto soltanto al nostro interno è uno schermo che produce di continuo informazioni sulle quali, però, non possiamo lavorare *fino a quando* non possano essere viste, registrate, rievocate e raccontate coscientemente: è solo allora che lo schermo viene *voltato* anche *dall'altra parte*, e il suo testo viene visto anche dall'esterno, potendo essere tradotto, interpretato, integrato e utilizzato.

La *forma* della coscienza del sogno notturno rende impossibile ri-rappresentare i singoli nuclei di coscienza onirici. La capacità autoriflessiva, che ci permette di ri-pensare i pensieri, le emozioni, le azioni (riorganizzandole sul filo del senso, del tempo, finalizzandole al raggiungimento di un maggiore equilibrio) e di lavorare dall'esterno e *in un secondo tempo* per trasformare le rappresentazioni inconsce di noi stessi, questo attributo della *coscienza*, questa tastiera, è esterna al sogno. Il ricordo cosciente, e ancor più *il racconto del sogno*, rappresentano questa *tastiera della coscienza*, un presupposto per passare dal sogno come processo integrativo inconscio alla memoria del sogno e al racconto cosciente del sogno, sulla cui pagina finalmente *pubblicata*

possiamo lavorare *après-coup* e costruire non la vita, ma la storia, come dice Ludwig Binswanger (2005, p. 90)<sup>21</sup>.

#### IV. IL SOGNO È UNA FUNZIONE INTEGRATIVA DELLO PSICHISMO

Integrare<sup>22</sup> significa connettere diversi vissuti e diverse rappresentazioni parziali scisse, in modo da (ri)costruire oggetti più interi e sfaccettati.

Nel lavoro del sogno, la rielaborazione rappresentazionale è rielaborazione della memoria di sé, in un processo elicoidale in cui la riattivazione di rappresentazioni psichiche richiama l'attivazione degli stati somatici corrispondenti, e questa riattivazione emotiva ingenera nuovi ricordi, nuove reazioni vissute e nuova angoscia; il lavoro integrativo del sogno opera su questi rinnovati stati somatici, in modo da stabilizzare le rappresentazioni mnemoniche che li hanno ridestati e distribuirne la *quantum affettivo* (l'angoscia); attraverso la memoria, il sogno rielabora la storia di sé, e questa memoria attualizzata, a sua volta, cambia il nostro modo di percepire il mondo, di organizzare nuove rappresentazioni, di provare nuove emozioni, di pensare e agire. Dunque: il sogno della memoria e la memoria del sogno sono le due direzioni di un processo integrativo elicoidale, che passa continuamente attraverso equinozi di amore, di eccitazione orgastica, di malattia, di compulsione, di violenza.

---

<sup>21</sup> «Fintanto che sogna, l'uomo "è – per riprendere una mia vecchia distinzione – funzione di vita", quando è desto egli fa "storia della vita". E precisamente egli fa la storia interiore della sua propria vita, che non va confusa con la storia esterna, con la storia del mondo, perché la sua partecipazione o la sua astensione da quest'ultima non dipende soltanto da lui».

<sup>22</sup> La capacità del sistema cerebromentale di integrare si esplica in modo orizzontale – quando associamo sincronicamente e ripetutamente rappresentazioni (insiemi neuronali) di pari significato (per esempio quando integriamo diverse rappresentazioni percettive in modo da costruire un oggetto o una categoria più generale) oppure quando associamo rappresentazioni analoghe tra aree corrispondenti dei due emisferi cerebrali – e verticale – quando integriamo aree e processi sottocorticali e corticali, com'è nel caso dell'integrazione cosciente delle emozioni, cioè nel caso dell'integrazione delle informazioni processate dai sistemi enterocettivi con quelle processate dai sistemi percettivi, categoriali o linguistici. Accanto a questa capacità integrativa orizzontale e verticale, la mente ha acquisito evolutivamente una capacità di integrazione spaziale e temporale delle rappresentazioni (Siegel).

Ricordare qualcosa di intensamente vissuto suscita *nostalgia*, ed è questo sentimento, questo desiderio rinnovato di un oggetto perduto che, a mio avviso, muove il sogno.

Se gli attributi organizzativi del sogno sono quelli del processo primario, e l'attivazione biologica del sogno del sonno è dettata dalle strutture anatomofunzionali del cervello, la spinta, il motore di questa macro-emozione, di questa macro-pulsione che è il sogno, è il desiderio proiettato verso il futuro di riavere l'oggetto perduto o ritornare ad essere-con quell'oggetto. *Il sogno è la grande emozione umana, evolutasi dal buio dei millenni, per fronteggiare l'angoscia generata dalle perdite affettive e continuare a pensare la speranza.*

A un collega del gruppo torna in mente un sogno fatto da un paziente anni prima.

*Ricevo una sua telefonata. Lei mi chiede se può passare da me. Ha la voce franta, emozionata. Guardo d'istinto l'orologio, le otto di sera. Sono paralizzato dall'emozione: chi se lo aspettava! Dal fondo oscuro di questa perdita, per me incolmata, ecco la sua voce che riappare, a richiamarmi, e io sto lì, attaccato al cellulare, ad ascoltarla.*

*«Ma certo, figurati! Vuoi venire da me?»*

*«Sì, posso passare fra mezz'ora?»*

*«Va bene, ti aspetto, mangiamo insieme una pizza»*

*«Sai, ho letto le lettere che mi hai scritto in questi anni in cui non ci siamo visti e ho pensato che, anziché scriverci, forse possiamo finalmente parlarci, da adulti»*

*«Va bene, va bene, vieni, ti aspetto».*

Un collega, e poi un altro, e un altro ancora, associano liberamente:

*Sono rimasto stordito! Confuso. Ho abbassato le palpebre, lungamente, sovrappensiero. Tutto il tempo del dolore, il lungo lunghissimo dolore di una fine irreversibile, tutto l'amore vissuto mi ha attraversato in un brivido. Mi sono sentito scivolare nel mio corpo, come ubriaco, senza più forze. In quel corpo disteso, il tempo è dilatato; puoi pensare e rivivere tutto in un solo istante, proprio tutto. Ho ripercorso gli anni in cui siamo stati insieme, migliaia di stati d'animo, di sensazioni, di vissuti, di attese, speranze, febbre, palpitazioni. Alla fine ero prostrato. Sudato. Sono andato a sedermi.*

*Poco a poco uno stato di tensione ed eccitazione ha cominciato ad assalirmi. Dio mio! Non la vedo da molto, molto tempo! Sono stato incollato a questo tavolo di lavoro, ho scritto lettere su lettere, sognando che un giorno l'avrei rivista e lei mi avrebbe detto: «Sì amore mio, anch'io non ho mai smesso di amarti. Il tempo non è mai passato, voglio solo tornare da te». E adesso eccola! Tra mezz'ora sarò qui. Cosa potrò mai dirle? Cosa mi dirà? Sarà venuta per comunicarmi che è finita per sempre, che è l'ultima volta? Sono teso, ho paura; il mio sudore e il mio odore stanno cambiando. Devo andare in bagno. Faccio una doccia, mi lavo, mi cambio. Vado avanti e indietro per la stanza. Adesso mi accorgo del ticchettio dell'orologio a muro. Per la prima volta. Mi fermo a guardare la mia immagine riflessa, sul vetro del quadrante. Dietro di me, le due lancette sono un bisturi immobile, verticale, che mi separa in due. Aspetto. Senza più muovermi.*

*Fra un attimo busserà alla porta e ricomparirà.*

*Fra un attimo.*

Entro in un'altra dimensione. Mi risveglio appena, mi riaddormento. Sono in uno stato di sospensione, dissociazione; lo stato del desiderio, nell'ora prima dell'amore. Ebbrezza, confusione. Posso entrare e uscire da me, come attraverso una linea di scivolo. Posso sentire ogni rivolo di sangue nel più lontano dei miei capillari; posso vedere nella mente la vibrazione che accompagna i pensieri e le emozioni; posso sentire le frequenze di noi due.

In questo stato di in-fusione e in-plorazione<sup>23</sup>, che la coscienza del sogno permette, ho un'impressione profonda. L'impressione che il sogno e l'amore siano le due grandi *emozioni* che ci permettono di ricongiungerci con la dimensione più vera di noi stessi, sospendendo la coscienza organizzativa, seriale, della veglia. Se potessimo sognare profondamente e continuamente per un anno, per dieci anni, se potessimo sostare a lungo in un sogno di fusione (col nostro amore, con noi stessi) e parlarci come nel dormiveglia, come nell'ebbrezza, come nell'infanzia, le nostre parole sarebbero di nuovo sensibili, di nuovo: *parolerespiro, parolesaliva, parolecalore, paroleforza, parolebocca, parolebattiti.*

---

<sup>23</sup> Fausto Petrella dice (p. 47): «La struttura portante del sogno è di tipo autoscopico».



V. IL LAVORO DEL SOGNO HA UNA FUNZIONE ELABORATIVA<sup>24</sup>

Sto viaggiando di notte, in autostrada. Ho acceso la radio. Una musica mi accompagna, in sottofondo: è la tromba coinvolgente di Chat Baker. Ho appena letto un articolo di giornale su Baker, ma non sto pensando propriamente a lui, sto viaggiando sopra la sua musica, e questo sfondo sensoriale mi permette di pensare liberamente. Quell'onda emotiva mi permette di rievocare, attraverso chissà quali associazioni, le belle serate passate anni fa a Napoli, a Santa Lucia, con un amico scomparso, e la sua nostalgia mi fa rallentare, mi fa cambiare direzione. Lui è stato speciale, e il suo ricordo mi fa pensare a un padre scomparso, e al sogno. Così, riprendo il filo dal 1891.

Nel saggio *Sull'afasia* Freud concettualizza per la prima volta la "presentazione di cosa", inquadrandola nella più generale costruzione della psiche. Per Freud, la "presentazione" è la prima sensazione, raccolta e trasportata dalle vie nervose esterne e interne, alla psiche. Pertanto, le "presentazioni" non sono percezioni, non sono ancora delle rappresentazioni percettive *stabilizzate*, sono sensazioni, impressioni sensoriali. Le "presentazioni di cosa" sono impressioni sensoriali conglomerate attorno all'esperienza di qualcosa. Nello stesso scritto Freud puntualizza che le "presentazioni di cosa" sono un *complesso* di diverse sensazioni (visive, acustiche, gustative, tattili, olfattive, cinestesiche) legate all'esperienza di qualcosa, mentre le "presentazioni di parola" esprimono il *processo* di associazione di sensazioni visive, acustiche e cinestesiche. Che siano associate o meno a elementi acustici, le presentazioni sono comunque un *condensato* di sensazioni, e il lavoro presentativo è un lavoro inconscio della mente, attivo nella veglia come nel sonno. In seguito, ne *Il progetto di una psicologia*, Freud dirà che è la ripetizione, la ri-presentazione dello stimolo, dell'esperienza, e della sensazione da essa veicolata, a "facilitare" la memoria, ossia a produrre

---

<sup>24</sup> Organizzare rappresentazioni complesse, trascrivendo e connettendo le unità elementari delle percezioni provenienti dall'esterno e dall'interno, significa integrare dei *complessi* rappresentativi in cui sono sempre *condensati* un significato, un'emozione, un'azione e (talvolta) un simbolo linguistico. Queste rappresentazioni condensate, questi circuiti complessi, se attivati sincronicamente ai circuiti della memoria di lavoro, vengono portati alla coscienza del sogno e della veglia. La funzione elaborativa è dunque il processo che conduce il materiale psichico fino alla coscienza del sogno e della veglia, al di qua della quale i simboli vengono prodotti/rimossi *inconsciamente*. L'eventuale lavoro d'interpretazione, svolto in un secondo momento sulle rappresentazioni espresse dalla mente, permetterà di discriminare tra i diversi aspetti/significati dei condensati espressi e di distribuirne l'affetto veicolato, per esempio, tra paziente e analista. Un approfondimento sulle modalità di lavoro *del* sogno e *con* il sogno è nello studio di Bolognini.

quella “facilitazione sinaptica”<sup>25</sup> che è alla base della saldatura di circuiti rappresentazionali. E ne *L'interpretazione dei sogni* Freud definirà il lavoro onirico come un processo che opera condensando (integrando) le presentazioni provenienti dall'interno e dall'esterno del corpo e spostando gli investimenti affettivi dalle une alle altre (associando alle diverse presentazioni un valore, una qualificazione buono/cattivo, piacevole/spiacevole), in tal modo trasformando le sensazioni inafferrabili del corpo in rappresentazioni percettibili dalla coscienza. Per esempio, stimoli generati dai processi fisiopatologici del corpo possono “entrare” nella trama del sogno proprio come presentazioni visive di cosa (sogni di inerzia, di volare, di caduta di denti, ecc.). Il lavoro elaborativo è un processo inconscio, attraverso il quale la mente processa parallelamente e impercettibilmente migliaia di stimoli, ingenerando migliaia di sensazioni che tuttavia non diventano automaticamente coscienti. La loro percezione cosciente – dice Freud – è dovuta agli investimenti pulsionali inconsci che le intensificano, e che si spostano da una presentazione all'altra, condensandole con i dati percettivi della realtà (durante la veglia) e con i residui diurni e/o mnestici (durante la notte).

Il lavoro elaborativo del sogno è un lavoro presentativo inconscio e continuo (a differenza del lavoro discontinuo del Conscio), un lavoro che prosegue nella veglia come “lavoro errante”, come lavoro che a volte si inceppa (producendo quella *psicopatologia della vita quotidiana* fatta di dimenticanze, lapsus, strafalcioni, tic, ecc.), rivelando com'è complesso il passaggio dalla condensazione di presentazioni di cosa alla costruzione di rappresentazioni simboliche accessibili alla coscienza; un lavoro che tuttavia è efficacemente costruttivo, come quando ci permette di condensare sensazioni e angoscia, altrimenti fluttuanti nella mente, intorno a poche universali “presentazioni di fantasia”: separazione, scena primaria, seduzione, castrazione (*Tre saggi sulla teoria sessuale*). Va sottolineato dunque che la funzione elaborativa del sogno è il segmento notturno di un lavoro più generale che la mente svolge giorno e notte. Ed è un lavoro che si esplica su due piani: dapprima condensando sensazioni effimere in presentazioni (percetti), poi integrando diversi percetti in rappresentazioni (semplici o complesse) che costituiscono il contenuto autobiografico del Sé, in quanto registrano in forme accessibili alla coscienza le esperienze di relazione con gli oggetti interni ed esterni. La funzione elaborativa del sogno è

---

<sup>25</sup> Nel 1949 lo psicologo canadese Donald Hebb ha suggerito che se due neuroni sono attivati nel medesimo istante, e uno è in posizione presinaptica rispetto all'altro, la connessione tra loro ne risulterà potenziata: «cellule che scaricano simultaneamente si connettono reciprocamente». Erik Kandel, alcuni decenni dopo, ha ottenuto il Premio Nobel per gli studi sulla formazione della memoria sinaptica.

quella funzione specifica che permette di trasformare la tensione diffusa in angoscia primaria, e l'angoscia primaria in angoscia utilizzabile alla salvaguardia di sé, proprio perché non più legata a presentazioni inconoscibili ma a rappresentazioni coscienti; la stessa funzione elaborativa permette di organizzare rappresentazioni accessibili alla coscienza, simboli inconsci che l'accesso alla coscienza *differenzierà* (per congruità rispetto allo stato mentale di quel momento e al contesto), *sequenzierà* secondo le dimensioni dello spazio, del tempo e del senso, ed *esprimerà* in molte e differenti narrazioni (Ferro) grazie all'ausilio del linguaggio, ma che *di per sé* costituiscono, appunto, simboli, *condensati, costruiti a partire dalle sensazioni e percezioni presentate alla psiche e processate dal lavoro errante della mente*: parole/respiro/tensione, parole/saliva/piacere, parole/battito/paura, battito/spostamento del corpo/panico, fame/stanchezza/azione del braccio, paura/paralisi del corpo/impovertimento del discorso, eccetera.

Proprio in quanto organizzato su una lingua condensata, il "contenuto latente" del sogno può essere integrato e *tradotto*: in realtà è integrato inconsciamente e continuamente sia durante la veglia che nel sonno, ed è continuamente tradotto alla coscienza, nei diversi gradi e forme di coscienza della veglia e del sonno. Con l'elaborazione delle rappresentazioni nel sogno cominciano la vita emotiva dell'uomo, l'angoscia, la percezione della propria separatezza e finitezza, e la possibilità di raccontare. Dopo Freud, Bion ha descritto questa funzione elaborativa del sogno, nell'ambito di una più ampia analogia tra processo "metabolico" digestivo e *funzione alfa*, funzione che *pro-duce*, alla capacità integrativa della mente gli elementi per pensare e agire in modo adattativo: è soltanto il diverso stato della mente, la diversa forma della coscienza nel sogno o nella veglia, che assembla in modi diversi (processo primario o secondario) l'insieme di simboli continuamente espressi dalla mente, nel sonno e nella veglia, portando tali sequenze alle rispettive forme possibili di coscienza. Su questo flusso inconscio di sensazioni, raccolte dall'interno e dall'esterno di noi, il lavoro del sogno assolve alle sue molteplici funzioni servendosi dell'accesso alla coscienza come *ulteriore* via di integrazione di sé.

L'accesso a qualche forma di coscienza è evidentemente un vantaggio evolutivo anche nel sogno. Avremmo potuto sognare al buio, avremmo potuto evolutivamente dissociare del tutto la percezione visiva dal lavoro del sogno; oppure avremmo potuto associare il lavoro del sogno a una modalità percettiva olfattiva, musicale, viscerale, o a un tipo di coscienza a più dimensioni, com'è l'inconscio: avremmo potuto. Ma l'ambiente ha selezionato questo tipo di processo vantaggioso per la mente che sono il nostro inconscio e la nostra coscienza, che ci per-

mettono di costruire e rappresentare un senso e una storia di noi stessi. E tuttavia, questa caratteristica della mente (inconscia) e questa capacità del Sé che è la *coscienza*, se da un lato ci difendono dalle esperienze traumatiche (garantendoci una flessibilità di risposte al trauma e un *secondo*, mediato, meccanismo di lavoro sul trauma) dall'altro ci dissociano internamente, ci rendono sostanzialmente scissi, esponendoci al continuo dolore psichico delle perdite anche al di là dell'esperienza concreta della perdita. Curiosa nemesi dell'Altro, simbolizzato per non sentirne la mancanza, e che ritorna continuamente a bussare alla finestra della coscienza! Proprio l'emozione del sogno ci fa rievocare e rivivere *in presentia* il dolore delle perdite. Proprio il sogno "riporta alla mente" il dolore del corpo che soffre per le separazioni, e ce lo fa avvertire come "dolore" e nostalgia...

Sono arrivati a casa. Dopo un lungo viaggio associativo durato tre anni o vent'anni, ritorniamo alla domanda originaria che ci aveva spinti a viaggiare con la mente: perché soffriamo per amore? Perché la scomparsa di qualcuno che amiamo ci fa disperare? Perché siamo sempre divisi tra sogni, emozioni e memoria? La stessa domanda di sempre:

*Che cosa c'è? So anzitutto che ci sono. Ma chi sono? Che cosa sono? Tutto quello che so di me è che soffro. E se soffro è perché all'origine di me stesso c'è una mutilazione, una separazione. Io sono separato. Non so dire da che cosa. Ma sono separato. Se non lo fossi, non soffrirei ogni notte questa angoscia nella carne, trafitto dai rantoli del più oscuro rimorso. Non me ne andrei così, con gli occhi vuoti e il cuore pieno di desideri. Sia chiaro. Tutto ciò che nell'uomo vale la pena di vivere, tende unicamente verso un fine ineluttabile e monotono: superare le frontiere personali, squarciare l'opacità della pelle che ci separa dal mondo. Nell'amore, l'uomo separato cerca di ricostituire la propria originaria integrità. Cerca un altro fuori di sé, con cui fondersi, per ricomporre l'androgino primordiale. Nella contemplazione, egli invoca quella luce d'abisso che all'improvviso rende straniera ogni immagine familiare, quello sguardo elettivo che dissipa le brume sordide dell'abitudine e restituisca ad ogni cosa visibile la sua purezza essenziale. Nella preghiera, egli si piega nel suo cuore verso l'altro, al più vero di se stesso, eppure sconosciuto. Dietro tutto ciò che abitualmente guarda, l'uomo cerca altro. L'uomo è sempre alterato. Alterato: colui che ha sete, colui che desidera. Ma anche colui che è amputato nella propria integrità, che è straniero a se stesso. "Alter" è sempre l'altro, colui che manca.*

(A. Adamov)

## BIBLIOGRAFIA

- Adamov A.: *L'Aveu*. Editions du Sagittaire, Paris, 1946. Trad. di E. Lamartora: *La confessione*. PASSAGES, 3: 160 sgg., 2003
- Ansermet F., Magistretti P.: *A ciascuno il suo cervello*. Boringhieri, Torino, 2008
- Bennet M.: *The idea of consciousness*. Harwood Academic, Amsterdam, 1997
- Binswanger L.: *Sogno ed esistenza*, in *Per un'antropologia fenomenologica*. Feltrinelli, Milano, 2005
- Bolognini S. (a cura di): *Il sogno cento anni dopo*. Boringhieri, Torino, 2000
- Bucci W.: *Lo spettro dei processi dissociativi*, in Moccia G. e Solano G. (a cura di): *Psicoanalisi e Neuroscienze*. Franco Angeli, Milano, 2009
- Calvi L.: *Sogno ed evidenza. Sogno ed esistenza*. COMPRENDRE, 2005, 15: 54-59
- Damasio A.R.: *Emozione e coscienza*. Adelphi, Milano, 1999
- Dejours C.: *Il corpo tra biologia e psicoanalisi*. Borla, Roma, 1988
- Denton D.: *Le emozioni primordiali*. Boringhieri, Torino, 2009
- Edelman G.M., Tononi G.: *Un universo di coscienza*. Einaudi, Torino, 2000
- Falci A.: *Der geist in the machine*, in Moccia G. e Solano G. (a cura di): *Psicoanalisi e Neuroscienze*. Franco Angeli, Milano, 2009
- Ferrari A.: *L'alba del pensiero*. Borla, Roma, 1998
- Ferro A.: *Il paziente miglior collega: trasformazione in sogno e trasformazioni narrative*. RIVISTA DI PSICOANALISI, 4, 2007
- ... : *Trasformazioni in sogno e personaggi nel campo analitico*. RIVISTA DI PSICOANALISI, 2, 2009
- Fosshage J.L.: *The Psychological Function of Dreams*. Revised Psychoanalytic Perspective, Psychoanalytical contemporary Thought, vol. 6
- Freud S.: *Zur Auffassung der Aphasien*. Deuticke, Vienna, 1891
- ... : *Il progetto di una psicologia* (1895), O.S.F, 2. Boringhieri, Torino, 1989
- ... : *L'interpretazione dei sogni* (1899), O.S.F, 3. Boringhieri, Torino, 1989
- ... : *Psicopatologia della vita quotidiana* (1901), O.S.F, 4. Boringhieri, Torino, 1989
- ... : *Tre saggi sulla teoria sessuale* (1905), O.S.F, 4. Boringhieri, Torino, 1989
- ... : *Precisazioni su due principi dell'accadere psichico* (1911), O.S.F, 6. Boringhieri, Torino, 1989
- ... : *Pulsioni e loro destini* (1915a), O.S.F, 8. Boringhieri, Torino, 1989
- ... : *L'inconscio* (1915b), O.S.F, 8. Boringhieri, Torino, 1989
- Greenberg R., Pearlman C.: *An integrated approach do Dream Theory: Contributions from sleep research and clinical practice*, in Moffitt A.: *The functions of Dreaming*. State University Press of New York, Albany, 1993
- Kandel E.R.: *Psichiatria, psicoanalisi e nuova biologia della mente*. Cortina, Milano, 2007
- Lamartora V.: *Corpo, Sé corporeo, Mente*. PASSAGES, 4, 2006

- Laplanche J.: *Tre accezioni del termine "inconscio" nella cornice della Teoria della Seduzione Generalizzata*. RIVISTA DI PSICOANALISI, 1, 2004
- Le Doux J.: *Il Sé sinaptico*. Cortina, Milano, 2002
- Newman J., Baars B.J.: *A neural attention model for access to consciousness: a global workspace perspective*. CONCEPTS IN NEUROSCIENCES, 4, 1993
- Oliverio A.: *Geografia della Mente*. Cortina, Milano, 2008
- Panksepp J.: *Affective Neurosciences*. Oxford University Press, New York, 1998
- Petrella F.: *Estetica del sogno e terapia a cent'anni dalla Traumdeutung*, in Bolognini S., *Op. cit.*, 2000
- Sasso G.: *Psicoanalisi e Neuroscienze*. Astrolabio, Roma, 2005
- Searle J.R.: *Delle intenzionalità*. Bompiani, Milano, 1985
- Siegel D.: *La mente relazionale*. Cortina, Milano, 2001
- Solms M.: *Il cervello e il mondo interno*. Cortina, Milano, 2004
- Winnicott D.: *Dalla pediatria alla psicoanalisi*. Martinelli, Firenze, 1975

Vincenzo Lamartora  
Via Festaz, 14  
I-11100 Aosta

*Una prima versione di questo scritto è comparsa sulla rivista PASSAGES, 2009, 1: 10-49*