

Lezione XI Immaginazione e sogno I

Tutti sogniamo, ovvero produciamo quel genere di immagini che chiamiamo oniriche, e che tendiamo a considerare prive di legami con la realtà. Ma questo luogo comune è respinto da diversi studiosi, e tutti noi possiamo richiamare dei sogni che sono strettamente legati ai nostri vissuti, alla realtà quotidiana.

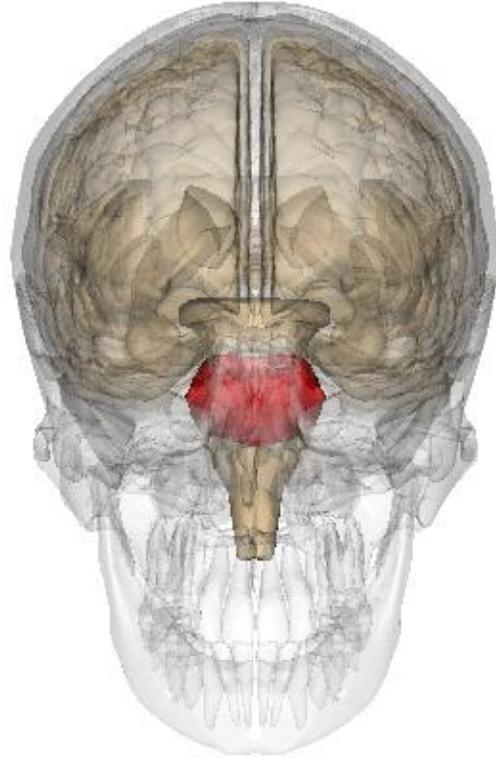
Anche i ragni sognano in quanto è stata riscontrata in loro un'attività REM. Dunque anche animali che riteniamo molto semplici rispetto a noi immaginano. Come e che cosa immaginano? Che i loro sogni siano particolarmente creativi come lo sono molti dei nostri può destare qualche perplessità. Ci è più agevole immaginare che le loro immagini oniriche siano molto più realistiche delle nostre. Ma non lo sappiamo ancora.

Lezione XI Immaginazione e sogno II

Se il sognare, che è una sottospecie dell'immaginare, è così diffuso nel regno vivente è presumibile che sia adattativo, utile e quindi legato alla realtà in qualche modo.

Secondo Eagleman (1971- vivente) nel nostro cervello avvengono mutamenti rapidi: la corteccia visiva per non essere spodestata dalle altre aree corticali durante la lunga notte deve mantenersi attiva. Lo fa in particolare durante la fase REM innescata da un particolare gruppo di neuroni nel ponte di Varolio, una struttura del tronco encefalico. Questi neuroni da un lato immobilizzano il corpo, dall'altro permettono la simulazione di esperienze reali.

Lezione XI Immaginazione e sogno Il Ponte di Varolio



<https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/05/Pons.gif>

Lezione XI Immaginazione e sogno III

Dal tronco encefalico partono onde di impulsi elettrici che raggiungono la corteccia occipitale attivando l'apparato visivo, e ciò ci consente di "vedere" mentre dormiamo a occhi chiusi. Per questo motivo i sogni sono pittorici e filmici, non concettuali e astratti.

La corteccia visiva per non farsi ridurre l'area somato-sensoriale genera brevi periodi di intensa attività. I sogni quindi sarebbero una conseguenza della plasticità cerebrale e della rapidità con cui il cervello si riadatta continuamente.

In definitiva noi sogniamo durante la notte per mantenere pienamente attiva e affidabile la corteccia visiva durante il giorno. Se la teoria di Eagleman vale per l'uomo è presumibile che valga per tutto il regno animale dato che sognano perfino le drosofile.

Lezione XI Immaginazione e sogno IV

Secondo la teoria di Eagleman non ha importanza ciò che sogniamo.

Qualsiasi immagine visiva vale quanto un'altra. Il sogno dovrebbe contenere solo una successione di immagini vivide senza senso, senza nessun filo conduttore.

Io non credo che sia poiché è troppo forte l'impressione che molti nostri sogni siano vere e proprie storie.

Il sogno è il teatro dell'immaginazione in cui tutto è possibile, in cui l'immaginazione può spiccare il volo libera da ogni costrizione.

Mentre dormiamo si attenua fortemente il ruolo censorio della PFC. Siamo solo spettatori delle creazioni della nostra immaginazione proprio perché dormiamo. Possiamo allora scoprire i nostri desideri, i nostri sentimenti, chi siamo veramente.

Lezione XI Immaginazione e sogno V

In età moderna i sogni sono stati declassati a bizzarrie, ad espressioni del tutto irrazionali di forze psichiche oscure e ingovernabili. Lo scopo è impedire che le vite umane siano influenzate dai sogni, come invece era accaduto nel passato. Anche Freud non si discosta radicalmente da questa posizione.

Freud rivaluta i sogni in quanto via maestra per l'accesso all'inconscio, che era stato perfino negato dal padre della filosofia moderna Cartesio.

Lezione XI Immaginazione e sogno VI

I sogni appaiono strani e incoerenti (il contenuto manifesto) giacché sono il frutto di una sofisticata e articolata deformazione che ne rende irriconoscibili i contenuti profondi (il contenuto latente). Questa deformazione è necessaria per eludere la censura che inconsciamente agisce nella psiche, e che impedisce la manifestazione dei desideri infantili rimossi. Il sogno perciò è il risultato di una sorta di compromesso fra gli impulsi rimossi e la censura.

Lezione XI Immaginazione e sogno VII

Perciò i sogni vanno interpretati, il che significa risalire dal contenuto manifesto sempre ingannevole e fuorviante al contenuto latente autentico, attraverso il metodo delle associazioni libere, che consiste nel raccontare il sogno associando alle immagini oniriche i ricordi, i pensieri, e le altre immagini attraverso cui affiorano i desideri repressi dell'infanzia.

I sogni costituiscono la via regia alla conoscenza delle attività inconsce, e contengono tutta la psicologia della nevrosi giacché l'analista tratta i sogni come sintomi nevrotici, e perciò la psicanalisi diventa un'indagine sulla psiche umana.

Lezione XI Immaginazione e sogno VIII

I sogni per Freud esprimono le pulsioni primitive e irrazionali, i desideri infantili che la società ha dovuto reprimere. Freud ha

una concezione pessimistica del bambino e dell'uomo che ricorda Agostino: vede il bambino come un essere asociale, autocentrato, rivolto inesorabilmente al male.

I meccanismi repressivi della psiche non possono permettere che i desideri perversi dell'infanzia si manifestino per quello che sono.

Lezione XI Immaginazione e sogno IX

Il modo di intendere l'inconscio da parte di Freud fu messo radicalmente in discussione dal suo più noto allievo e collaboratore Carl Gustav Jung (1875-1961). Jung affermò che i sogni non sono solo legati ai desideri repressi dell'infanzia, ma possono essere orientati verso il futuro, indicare le finalità e le mete del sognatore. In questo senso l'inconscio è in grado a volte di palesare un'intelligenza e degli scopi superiori alle possibilità della coscienza.

Lezione XI Immaginazione e sogno X

Per Erich Fromm (1900-1980) occorre rivalutare la razionalità e il valore di verità dei sogni e spiegarne il rifiuto quasi generalizzato da parte della nostra società.

Fromm sottolinea che nell'antichità i sogni, ovvero l'immaginazione onirica, erano presi molto sul serio. Erano stimati delle predizioni, delle anticipazioni e anche degli avvertimenti che gli dèi inviavano agli uomini per metterli in guardia rispetto al futuro.

Allora non occorre un esperto per interpretare i sogni. Il biblico Giuseppe che interpreta il sogno del faraone non era un sacerdote o uno scriba.

Lezione XI Immaginazione e sogno XI

Tuttavia se nei sogni possiamo mostrarci più saggi ed onesti che nella veglia, ciò è dovuto per Jung all'ispirazione divina. Insomma lo psicoanalista elvetico riprende il tema antico delle immagini oniriche prodotte dalle divinità.

Fromm rigetta radicalmente la concezione freudiana dell'inconscio tutto primitivo e irrazionale, ma non accetta il motivo dell'ispirazione religiosa di Jung.

L'inconscio può sì esprimere desideri e tendenze irrazionali, ma può rivelarsi e si rivela saggio e razionale. Tutto ciò che contiene e palesa l'inconscio è opera nostra.

Lezione XI Immaginazione e sogno XII

Fromm riporta vari casi del presente in cui i sogni, lungi dall'essere rozze manifestazioni di grossolani desideri primitivi, hanno anticipato con acume e lungimiranza gli eventi del futuro.

Cita il caso di un uomo d'affari che scelse un socio fidandosi della sua onestà subito dopo un incontro. La notte successiva però l'uomo sognò che il socio gli aveva truffato un ingente somma di denaro. Ma l'uomo, convinto che i sogni sono sempre espressione dei nostri desideri irrazionali, e quindi falsi, non volle ascoltare il monito del suo sogno. Dopo un anno non poté fare a meno di constatare che il socio gli aveva truffato un'enorme quantità di denaro. Il suo sogno si era avverato quasi alla lettera.

Lezione XI Immaginazione e sogno XIII

Dovremmo dunque prendere sul serio i nostri sogni, l'immaginazione che li produce, che non è solo un gioco irrazionale, ma coglie nella realtà quei germi che la ragione non è in grado di cogliere. L'immaginazione nella sua capacità straordinaria di andare oltre i meri dati fattuali ci ammaestra, ci indica cosa davvero sta succedendo, nonostante le rassicurazioni di chi vuole tenerci buoni al nostro posto.

Lezione XI Immaginazione e sogno XIV

A conferma della sua convinzione a proposito della saggezza e dell'acutezza della nostra immaginazione onirica, Fromm scrive: *Vi sono numerosi esempi di persone alla ricerca della soluzione di un problema di matematica, ingegneria, di filosofia o anche problemi di ordine pratico, che una notte ne sognano la soluzione con perfetta chiarezza.*

Lezione XI Immaginazione e sogno XV

Un esempio in tal senso ci è dato dal chimico tedesco Kekulé, che sognò un serpentello che si morde la coda, il che gli suggerì la struttura dell'anello aromatico del benzene.

Credo che sia capitato a molti di trovare nel sogno la soluzione di problemi che non trovavo nella veglia. L'inconscio sembra dunque un deposito di sapere dal quale attingiamo solo in parte o per nulla. L'immaginazione inconscia possiede già la soluzione di questioni che la coscienza non riesce a trovare. Per Fromm ciò accade in quanto le influenze cui siamo soggetti durante la nostra vita da svegli esercitano l'effetto di invalidare le nostre realizzazioni intellettuali e morali.

Lezione XI Immaginazione e sogno XVI

Il neuroscienziato Lehrer cita il caso di Keith Richards dei Rolling Stones, il quale ha raccontato che nel maggio 1965 si addormentò nel suo hotel con la chitarra e lasciando acceso il registratore. Al risveglio trovò inciso nel nastro un'intera strofa di *(I can't get No) Satisfaction* e poi una lunga "russata". Una canzone rivoluzionaria ha avuto bisogno del sogno per nascere.

Lehrer attribuisce alla PFC [la corteccia pre-frontale] la limitazione della nostra creatività. La PFC è l'ultima area del cervello a maturare. Intorno ai nove anni la PFC soffoca la creatività che contraddistingue gli anni precedenti della vita.

Lezione XI Immaginazione e sogno XVII

Per fortuna, scrive Lehrer ogni notte, ci trasformiamo temporaneamente in artisti dell'improvvisazione. Mentre sogniamo le inibizioni vengono meno dato che la PFC si spegne, ed ecco che possiamo attingere alle riserve della nostra creatività: ognuno di noi contiene in sé un enorme deposito di creatività inutilizzata. Non ci accorgiamo del bisogno di dar libero corso alla nostra immaginazione creativa poiché i circuiti della corteccia prefrontale la inibiscono. Di notte dunque l'immaginazione si accende mentre la coscienza si spegne. Non è un caso.