

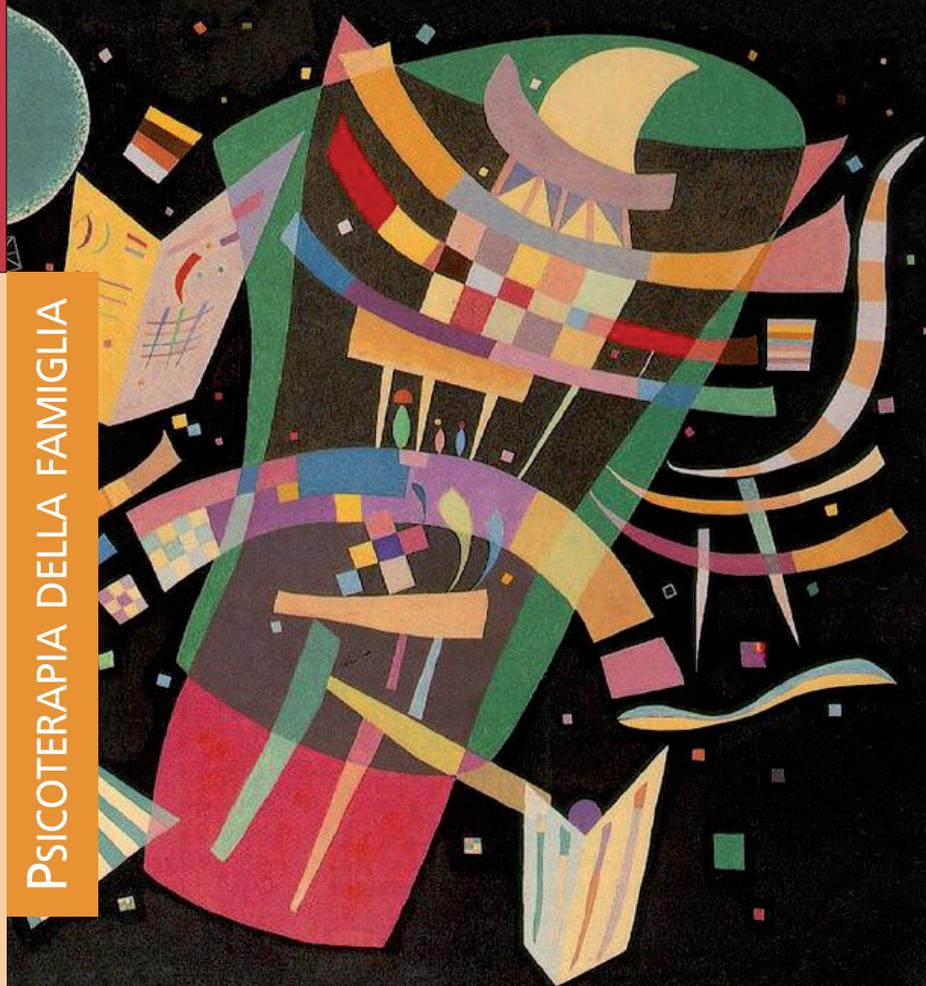
FrancoAngeli

PSICOTERAPIA DELLA FAMIGLIA

Collana diretta da Camillo Loriedo

Giovanni Madonna e collaboratori
**Sogno, guarigione
e cura**

Una teoria sistemico-relazionale
del sogno in chiave
di Ecologia della mente



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



Comitato scientifico

*Luigi Boscolo, Laura Fruggeri, Sergio Lupoi,
Marisa Malagoli Togliatti, Anna Nicolò Corigliano,
Corrado Pontalti, Luigi Schepisi,
Valeria Ugazio, Maurizio Viaro*

ISSN 2420-9201

La psicoterapia della famiglia ha raggiunto un considerevole sviluppo, sia per la sua notevole diffusione nell'assistenza pubblica dove si avvertono le necessità quotidiane delle famiglie alle prese con il disagio mentale non più contenuto dalle istituzioni segreganti, sia per le numerose richieste di formazione degli operatori.

Perché questo significativo sviluppo possa riuscire a mantenere livelli qualitativamente elevati e a conquistare maggior credito rispetto alla crescente diffusione del biologico, si avverte la necessità di una qualificata produzione scientifica sull'argomento.

Questa collana vuole rispondere a tale esigenza mediante:

- una trattazione organica e coerente della materia,
- scelte *qualitativamente adeguate*,
- il ritorno ad un preminente *orientamento clinico*,
- la possibilità di fare emergere *contributi innovativi* e di presentare le *ricerche più avanzate* nel settore.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella homepage al servizio “Informatemi” per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Giovanni Madonna e collaboratori

Sogno, guarigione e cura

Una teoria sistemico-relazionale
del sogno in chiave
di Ecologia della mente

FrancoAngeli

PSICOTERAPIA DELLA FAMIGLIA

In copertina: Wassily Kandinsky, *Composition 10*, 1939

Copyright © 2017 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Indice

1. Introduzione , di <i>Giovanni Madonna</i>	pag.	9
1. Un processo correttivo	»	9
2. Colmare una lacuna	»	10
3. L'articolazione del testo	»	11
2. Il sogno nelle tradizioni oracolari e terapeutiche d'Occidente , di <i>Saveria Giordano</i>	»	13
1. Introduzione	»	13
2. Sogno e pratiche terapeutiche	»	15
3. Le prime teorie scientifiche sul sogno	»	17
4. Sogno e credenze popolari	»	19
3. Il sogno in alcune tradizioni spirituali e terapeutiche d'Oriente , di <i>Antonietta Bozzaotra</i>	»	21
1. Introduzione	»	21
2. L'interpretazione dei sogni nella tradizione tibetana	»	22
2.1. Il sogno come pratica spirituale	»	24
2.2. I sogni nella medicina tibetana	»	25
3. Una storia	»	30
4. L'interpretazione dei sogni nella tradizione ayurvedica	»	30
5. Conclusione	»	32
4. Il sogno nella tradizione sciamanica tolteca , di <i>Roberta De Martino</i>	»	33
1. Sciamanesimo: una piccola cornice introduttiva	»	33
2. Tonal e Nagual: le due forze che governano l'universo	»	35
3. La ricapitolazione	»	39

4. Sogno, sognare e risvegliarsi per gli stregoni	pag.	40
5. Sogno, guarigione e creatività	»	43
5. Alcune teorie psicologiche contemporanee del sogno, di <i>Adele Di Nunzio</i>	»	46
1. La teoria freudiana del sogno	»	46
2. La teoria junghiana del sogno	»	47
3. La teoria del Codice Multiplo	»	49
6. Una teoria sistemico-relazionale del sogno, di <i>Giovanni Madonna</i>	»	54
1. Punto di partenza e fondamenti epistemologici	»	54
2. Prima tesi	»	58
3. Seconda tesi	»	59
4. Terza tesi	»	61
5. Quarta tesi	»	64
6. Quinta tesi	»	65
7. Sesta tesi	»	66
7. Implicazioni cliniche della teoria, di <i>Giovanni Madonna</i>	»	69
1. Il valore clinico dei sogni	»	69
2. Prima implicazione clinica	»	70
3. Seconda implicazione clinica	»	71
4. Terza implicazione clinica	»	76
8. Esempi clinici, di <i>Giovanni Madonna</i>	»	80
1. Commentare i sogni alla luce della teoria	»	80
3. Commentare i sogni in contesti non clinici	»	80
3. Commentare i sogni in psicoterapia individuale	»	82
4. Commentare i sogni in psicoterapia di coppia	»	111
5. Commentare i sogni in psicoterapia familiare	»	116
9. La rinarrazione autoriparativa estrema, di <i>Annalisa Coccozza</i>	»	125
1. Premessa	»	125
2. La malattia oncologica: una possibile lacerazione	»	126
3. La dimensione del tempo nel vissuto luttuoso	»	128
3.1. Il tempo sospeso: il tempo della diagnosi	»	129
3.2. Il tempo ingannato: il tempo del fare	»	131
3.3. Il tempo ritrovato: il tempo della riconnessione	»	132

4. I sogni in fin di vita	pag. 133
5. Esempi di rinarrazioni autoriparative estreme	» 137
10. La rinarrazione autoriparativa nelle arti figurative, di <i>Filomena Annigliato</i>	» 144
1. Un'ipotesi di lavoro	» 144
2. Un processo di rinarrazione tra sacro e profano: Caravaggio	» 147
3. L'arte come esito creativo di un processo di rinarra- zione autoriparativa: la scelta di Van Gogh	» 150
4. Il falciatore, ovvero l'artista che si avvia al lavoro: la rinarrazione autoriparativa in alcuni dipinti di Vincent Willem Van Gogh	» 152
5. Conclusione: il ricomporsi dell'unità	» 156
Bibliografia	» 159

1. Introduzione

di Giovanni Madonna

1. Un processo correttivo

L'approccio sistemico-relazionale nacque, intorno alla metà del secolo scorso, ispirato all'Ecologia della mente di Gregory Bateson; nacque dunque, dal punto di vista epistemologico, complesso ed elegante¹. I primi decenni della sua declinazione clinica, tuttavia, avviarono, dell'approccio, un *processo di drastica semplificazione*, direi quasi di volgarizzazione. Ispirandosi ai primi cibernetici, i primi psicoterapeuti sistemico-relazionali focalizzavano la loro attenzione sul *qui e ora* – trascurando la storia – e sul *comportamento osservabile*, mettendo fra parentesi e di fatto ignorando tutti i fenomeni comunemente considerati come intrapsichici². La metafora utilizzata nel realizzare questa operazione fu quella della cosiddetta scatola nera³.

Quel processo di semplificazione non si è esaurito. Ancora oggi, e in riferimento a settori non marginali della comunità professionale sistemico-relazionale, possiamo assistere a una deriva tecnicistico/strategica che

¹ Intendo “elegante” come sinonimo di “rigoroso”, in riferimento sia alla sostanza della teoria sia alla forma della sua enunciazione.

² I primi psicoterapeuti sistemico-relazionali non avevano ancora potuto accogliere tutte le implicazioni della teoria della mente proposta da Gregory Bateson, teoria che travalica i confini dell'individuo e che non considera intrapsichici i fenomeni comunemente considerati intrapsichici. Per approfondire il tema della teoria batesoniana della mente si faccia riferimento in particolare, fra i testi di Bateson, a *Mente e natura* (1979) e a *Dove gli angeli esistono* (Bateson, Bateson, 1987); si veda anche Madonna (2003, pp. 90-103 e 2010, pp. 103-51) e Madonna, Nasti (2015, pp. 37-40).

³ Nella scatola nera (black box) i primi psicoterapeuti sistemico-relazionali collocavano la dimensione interiore ed esperienziale – v. Watzlawick, Beavin e Jackson (1967); Watzlawick, Weakland e Fisch (1974) –. Il contenuto della scatola nera – i processi che vi si svolgevano – non era considerato rilevante o interessante e, in riferimento a essa, si riteneva sufficiente considerare semplicemente l'informazione in entrata e l'informazione in uscita.

separa l'approccio dalla fondamentale matrice epistemologica batesoniana – o riduce quella matrice a un vago punto di riferimento ideale – e, in tal modo, lo banalizza facendogli perdere la sua portata rivoluzionaria (v. Madonna, Nasti, 2015, p. 36).

A partire dagli anni '70 del secolo scorso, tuttavia, si è avviato *un secondo processo, correttivo del primo, volto al recupero e allo sviluppo della natura epistemologica complessa ed elegante dell'approccio*⁴. Abbiamo così assistito alla riconsiderazione dell'idea di tempo irreversibile e all'*attribuzione di importanza alla storia* che ne è stata implicata; e abbiamo assistito, nel corso del tempo, alla connessa *attribuzione di importanza a diversi "contenuti" della scatola nera*, quali l'emozione e la fantasia; nella scatola nera, infatti, a partire dagli anni '70 del secolo scorso, gli psicoterapeuti sistemico-relazionali hanno cominciato a sbirciare. Un passaggio fondamentale di questo processo correttivo è stato quello del recupero dell'introduzione dell'osservatore nel campo di osservazione⁵.

2. Colmare una lacuna

Questo libro si colloca nell'ambito del processo correttivo citato nel paragrafo precedente⁶. Con esso intendo rovistare in uno degli anfratti più reconditi della "scatola nera" e fornire, in tal modo, un contributo allo

⁴ Questo secondo processo si è avviato in concomitanza con l'avvento della seconda cibernetica (v. Maruyama, 1968).

⁵ È opinione comune che l'introduzione dell'osservatore nel campo di osservazione sia avvenuta all'inizio degli anni '80 del secolo scorso, con l'avvento della cibernetica di secondo ordine (von Foerster, 1981). Qui parlo di "recupero" perché Gregory Bateson, già negli anni '50 del secolo scorso, ha percorso per certi aspetti lo sviluppo della cibernetica includendo l'osservatore nel campo di osservazione. In un testo scritto con Ruesch, Bateson affermò: "In fisica e in una certa misura in antropologia e in altre scienze, tra cui in particolare la storia, ci si rende ora conto che l'osservatore e anche il teorico debbono essere compresi entro i sistemi che vengono analizzati. Le teorie della fisica e le affermazioni degli storici sono ugualmente costruzioni dell'uomo e possono essere unicamente capite come prodotti di un'interazione tra i dati e lo scienziato, che vive in una data epoca e in una data cultura" (Ruesch, Bateson, 1951, p. 285). Nel 1959, in maniera se possibile ancor più esplicita, Bateson sostenne: "L'osservatore dev'essere incluso nel campo di osservazione, e ciò che si può studiare non può che essere una relazione o un regresso infinito di relazioni. Mai una cosa" (1972, p. 290).

⁶ In questa cornice, più in particolare, il testo si pone sulla scia di lavori precedenti (Madonna, 2003 e 2010; Madonna, Nasti, 2015) e rappresenta, da un lato, un ulteriore contributo alla ricollocazione dell'approccio sistemico-relazionale nella matrice epistemologica fondamentale e irrinunciabile rappresentata dall'Ecologia della mente e, dall'altro, un ulteriore tentativo di proporre, di quella matrice epistemologica, uno sviluppo.

“sdoganamento” del sogno nella teorizzazione e nella pratica clinica sistemico-relazionale. Credo, infatti, che non vi sia alcun motivo per il quale al sogno uno psicoterapeuta sistemico-relazionale non possa/debba prestare attenzione, anche se è proprio questo che di solito accade: nella maggior parte dei casi, il sogno viene ignorato dagli psicoterapeuti sistemico-relazionali; in un numero molto minore di circostanze accade invece che gli psicoterapeuti sistemico-relazionali prestino, sì, attenzione ai sogni dei loro pazienti, ma, nel prestarvi attenzione, facciano riferimento a teorie del sogno provenienti da altre matrici epistemologiche.

Ritengo che in entrambi i casi (nel caso degli psicoterapeuti sistemico-relazionali che non prestano attenzione ai sogni dei propri pazienti e nel caso di quelli che vi prestano attenzione facendo riferimento a teorie del sogno provenienti da altre matrici epistemologiche) ciò sia strettamente correlato col fatto che finora l’approccio sistemico-relazionale non ha potuto disporre di una teoria del sogno. Prestare attenzione al sogno in ambito clinico richiede una teoria di riferimento. Farlo in maniera utile dal punto di vista clinico e senza contribuire alla volgarizzazione dell’approccio richiede una teoria di riferimento epistemologicamente coerente.

Lo scopo fondamentale di questo lavoro è quello di proporre una *teoria sistemico-relazionale del sogno* e colmare pertanto una perniciosa lacuna dell’apparato teorico dell’approccio. In questa impresa sarò affiancato da un gruppo di Collaboratori ai quali mi accomuna la matrice epistemologica di riferimento e con i quali condivido una molteplicità di interessi teorici e di aree di intervento professionale.

3. L’articolazione del testo

I quattro capitoli che seguiranno questa Introduzione avranno *carattere storico* e saranno relativi a un vasto e articolato corpo di idee nel quale la teoria sistemico-relazionale del sogno, che con questo libro intendo proporre, affonda le sue radici. Quei capitoli tratteggeranno una storia che dagli albori dell’umanità giunge fino ai nostri giorni: una storia ampia di cui una storia più piccola – quella relativa alla teoria sistemico-relazionale del sogno – è parte integrante e non separabile.

Saveria Giordano, nel secondo capitolo, si occuperà delle tradizioni oracolari e terapeutiche d’Occidente. Antonella Bozzaotra, nel terzo capitolo, farà riferimento ad alcune tradizioni spirituali e terapeutiche d’Oriente. Sulla base di valutazioni relative all’omogeneità antropologica, storica e culturale, abbiamo deciso che il “meridiano” che distinguerà le tradizioni

occidentali e quelle orientali – senza tuttavia separarle – includa fra quelle occidentali le tradizioni del Vicino Oriente⁷.

Nel quarto capitolo Roberta De Martino si occuperà del sogno nella tradizione sciamanica tolteca. Anche nelle tradizioni sciamaniche le valenze prevalentemente attribuite al sogno sono di tipo oracolare, spirituale e/o terapeutico. Abbiamo tuttavia deciso di dedicare un capitolo a parte alla tradizione tolteca per il fatto che essa rappresenta – come altre tradizioni sciamaniche – un buon esempio di riferimento ad antiche epistemologie connettive quali il totemismo o l'animismo.

Nel quinto capitolo Adele Di Nunzio farà riferimento ad alcune teorie psicologiche contemporanee del sogno. Si occuperà, dunque, del corpo di idee in cui la teoria sistemico-relazionale del sogno che intendo proporre affonda le sue radici più recenti. È solo a partire dall'inizio del '900, infatti, che una linea di sviluppo delle antiche tradizioni ha incontrato la temperie culturale in cui l'uso oracolare/terapeutico del sogno potesse evolvere modulandosi, in chiave moderna, nell'uso diagnostico/terapeutico del sogno.

I capitoli che costituiranno la parte centrale del testo – il sesto, il settimo, l'ottavo e il nono – atterranno in maniera più diretta allo scopo fondamentale del libro, dichiarato nel par. 2, e avranno *carattere teorico-epistemologico e clinico*.

Nel sesto capitolo proporrò le diverse tesi che, insieme articolate, costituiscono la teoria sistemico-relazionale del sogno. Nel settimo capitolo discuterò le implicazioni cliniche della teoria proposta. Nell'ottavo capitolo presenterò dei casi che costituiscano esempi dell'uso della teoria e delle sue implicazioni cliniche. Nel nono capitolo Annalisa Coccozza approfondirà il tema dei processi estremi di rinarrazione autoriparativa connessi con l'attesa della morte.

Il decimo capitolo avrà *carattere generalizzante*; si fonderà su un'attenta considerazione delle valenze epistemologiche della teoria presentata nel sesto capitolo e su una conseguente lettura “ampia” della stessa. In quel capitolo Filomena Annigliato si occuperà della rinarrazione autoriparativa nelle arti figurative. Lo farà soffermandosi sulla vita e sulle opere di due geni della pittura: il Caravaggio e Vincent van Gogh. Quel capitolo proporrà un esempio della possibilità di estendere l'uso della teoria presentata nel sesto capitolo ad ambiti di pensiero e di riflessione che non rientrano nella clinica *stricto sensu*, anche se con la clinica hanno importanti connessioni.

⁷ Con “Vicino Oriente” intendiamo qui fare riferimento alla regione geografica che si estende dalla sponda orientale del Mar Mediterraneo all'Iraq e alla penisola Arabica.

2. *Il sogno nelle tradizioni oracolari e terapeutiche d'Occidente*

di Saveria Giordano

1. Introduzione

Al sogno, nella storia dell'uomo, si è prestata attenzione fin dalla notte dei tempi. La prima testimonianza della presenza consapevole del mondo onirico nella specie umana, può essere considerata quella dei disegni presenti nelle Grotte di Lascaux, nel Sud-Ovest della Francia. Gli studiosi fanno risalire quella testimonianza a una data compresa tra il 15000 ed il 13000 a.C. Nella raffigurazione, abbozzata a carboncino su una parete delle grotte, è disegnata quella che si può ritenere una fantasia, un sogno: l'uccisione di un bisonte durante una battuta di caccia, riprodotta da un Homo Sapiens sulla base del suo ricordo.

In Occidente, ritroviamo una vasta produzione culturale sul tema del sogno, come testimoniano ampiamente gli episodi di visioni oniriche riportati nei poemi epici antichi.

A dimostrare il grande interesse dell'uomo verso l'attività onirica è quello che forse si può definire l'originario documento antico sui sogni, riportato in uno dei primi libri prodotti dal genere umano, l'epopea del *Gilgamesh*, appartenente alla civiltà Babilonese, composta intorno al 2000 a.C. su tavolette di creta asciugate al sole e rinvenute nella biblioteca di Assurbanipal, a Ninive, nel 1852. Da allora non solo si è discusso sull'origine dei sogni, ma anche sulle loro funzioni e su ruolo e competenze di chi si assume il compito di interpretarli.

A testimonianza di quanto fossero tenuti in considerazione presso gli antichi e di come i sogni fossero strettamente intrecciati al rapporto con la divinità e al problema dell'interpretazione, nel poema che riporta le gesta del re della città di Uruk, Gilgamesh appunto, sono riportati moltissimi sogni in cui si nota la valenza profetica a essi attribuita. I sogni avevano più

una funzione di divinazione che di analisi personale. In esso si ricercava un aiuto, una predizione relativa a scelte sociali e future più che una definizione nell’*“hic et nunc”*, come poi avverrà diversi secoli dopo.

La struttura esteriore dei sogni rispecchiava la vita di ogni giorno e per questa ragione era di massima importanza il sapere specialistico dell’interprete, che poteva intenderne il messaggio o la profezia. Coloro che assolvevano questo compito erano i sacerdoti; la loro influenza in quest’ambito era tale da estendersi a tutti gli aspetti dell’ordinamento e delle abitudini sociali. Arrivavano a seguire le truppe negli accampamenti di guerra, al fine di interpretare i messaggi che, provenienti dai sogni, potevano determinare le sorti della battaglia.

Nell’antichità – come pure oggi presso molte popolazioni primitive – si è attribuito ad alcuni tipi di esperienze oniriche una realtà pari a quella dello stato di veglia, anche se qualitativamente diversa da essa. Si pensi agli Egiziani antichi, i quali credevano che i sogni provenissero dal mondo divino, avevano perciò una grande considerazione per chi esercitava la divinazione e usavano i sogni per curare (medicina *onirica*). Lo studio attento del materiale onirico li portò all’elaborazione di uno dei primi scritti sul tema, il *Libro dei sogni ieratico*, prodotto in Egitto tra il 2052 e il 1778 a.C.

Il testo fu scritto in caratteri ieratici, cioè in geroglifici corsivi. Esso rappresenta una specie di dizionario dei sogni, un’opera pensata per la consultazione veloce in cui sono affrontate e spiegate le immagini che appaiono più di frequente in sogno. L’interpretazione dei sogni era considerata una vera e propria scienza paragonabile alla medicina e alla magia; essa prevedeva un’attenta e lunga preparazione, un corso di studi della durata di più anni svolto presso il laboratorio degli scribi. I sacerdoti del tempio di Serapide a Kanobos si guadagnavano da vivere praticando la medicina onirica, svolgevano cioè consulti onirici, interpretando i sogni inviati dagli dei ai mortali; l’analisi specifica del sogno aveva come fine la cura e la guarigione del corpo attraverso l’ascolto e la comprensione dei contenuti onirici. Tracce di questa tradizione terapeutica si riscontrano anche tra gli Indiani d’America per i quali, animali di vario tipo (serpenti, uccelli, ecc.) che popolavano i loro sogni, indicavano i rimedi per curare malattie fisiche che essi poi utilizzavano nella pratica concreta.

Nella civiltà greca si aveva un’altissima considerazione dei sogni, che erano concepiti come emissari divini, e anche qui l’attività onirica era considerata importante per la sua funzione profetica e risanatrice e per il suo valore terapeutico.

2. Sogno e pratiche terapeutiche

Proprio nella penisola ellenica si ripresenta una pratica diffusa già ai tempi dei sumeri, un antico rituale, quello dell'*incubazione*, che consisteva nel riposare all'interno del tempio di una divinità per ricevere in sogno consigli o visioni profetiche. Il luogo dell'incubazione poteva essere un sito oracolare, in cui la persona chiedeva la risposta a un proprio dilemma esistenziale, oppure un santuario terapeutico, nel quale il sogno doveva operare una cura, guarire da qualche male. Le due situazioni non erano del tutto distinte. Esisteva, infatti, una contiguità tra sogno oracolare e sogno di guarigione, poiché il dio oracolare fungeva a volte anche da guaritore e viceversa.

I greci credevano fermamente che la cura avvenisse tramite un contatto con gli strati profondi della psiche e che fosse connessa con la pratica oracolare. In questo senso la cura come forma divinatoria rappresentava una sorta di riconnessione con il divino; la divinazione, a sua volta, era intesa come cura dell'anima in grado di ricongiungere parti di sé lacerate. Possiamo quindi affermare che, per gli antichi greci, il sogno rappresentava il mezzo per ri-connettere l'uomo in una dimensione verticale con la divinità e in una dimensione orizzontale con i suoi simili e con se stesso.

I poemi epici esprimono bene il pensiero che i greci avevano in relazione ai sogni.

Nell'*Iliade* il sogno è ancora strettamente legato all'aspetto profetico e divino, come quando nel II libro Zeus manda il dio Sogno nelle sembianze di Nestore al dormiente Agamennone per sollecitarlo ad attaccare Troia. Nell'*Odissea* assume anche un aspetto simbolico come quando Penelope dice:

“Ospite, i sogni sono vani, inspiegabili: non tutti si avverano, purtroppo, per gli uomini. Due son le porte dei sogni inconsistenti: una ha i battenti di corno, l'altra d'avorio; quelli che vengono fuori dal candido avorio, avvolgon d'incanti la mente, parole vane portando; quelle invece che escon fuori dal lucido corno, verità li incorona, se un mortale li vede”¹.

In entrambi i casi, comunque, l'interpretazione dei sogni sembra restare in un contesto reale, tenta cioè di rimanere legata al mondo delle veglia e della razionalità, congiungendo soprannaturale e terreno, fede e ragione.

Il luogo degli oracoli, dei vaticini e delle profezie era di solito una grot-

¹ *Odissea*, XIX Canto, 560-567.

ta o un santuario sotterraneo, invito metaforico alla ricerca interiore e all'esplorazione del profondo. Si eseguivano dei particolari riti, atti propiziatori indirizzati alla divinità. Nel buio, nella solitudine e nella paura le persone che presentavano sintomi di malattie mentali, ripercorrevano le tappe di una morte rituale e della relativa rinascita. Nel punto più oscuro della grotta, l'ammalato restava a sognare a lungo, e quando infine veniva riportato alla luce, poteva suscitare il ricordo seduto su una sedia e raccontare ai sacerdoti i propri sogni e le visioni frutto dell'isolamento. Questo metodo, che appare come una sorta di psicoterapia *ante litteram*, terminava con rituali e insegnamenti che avevano lo scopo di aiutare l'individuo a vivere e apprezzare la realtà percependola con occhi diversi. Si dava grande importanza all'aspetto trasformativo del sogno e alla sua capacità di ampliare la gamma delle possibilità del malato, attraverso il ricordo concepito come strumento terapeutico. Il richiamo ad alcuni elementi della moderna pratica clinica è evidente in questo esercizio che richiedeva un sognatore-paziente, un luogo-setting sacro (terapeutico) e un interprete-terapeuta.

Questa azione di guarigione fu molto esercitata presso i templi di Asclepio – Esculapio per i romani – il dio oracolare per eccellenza. Asclepio figlio di Apollo, era venerato come dio dell'arte medica e il suo culto fu in auge soprattutto dal V secolo a.C.

Raffigurato con il caduceo, un bastone attorno a cui si avvolgono due serpenti, egli guariva ciechi, paralitici e storpi, mandava anche prescrizioni e ricette attraverso sogni, che i sacerdoti decifravano. A volte il dio imponeva in sogno le mani sul fedele e lo guariva direttamente. I sacerdoti di Esculapio, nei loro templi e santuari, inducevano i pellegrini in uno stato di sonno poiché ritenevano che la guarigione arrivasse con il sogno e con la sua interpretazione. Dopo aver assunto sostanze ipnotiche o aver aspirato gas soporiferi, al risveglio i pellegrini-pazienti, venivano condotti alla presenza dell'Oracolo, che interpretava il sogno. Nel sogno avveniva un'azione considerata diversa da quella relativa al sogno normale; i personaggi e le divinità assumevano una sembianza reale, tanto che i soggetti sognavano alcune volte anche a occhi aperti. Con la tecnica dell'incubazione il sognatore comprendeva il motivo della sua malattia, che era considerata un castigo divino, dovuto alle proprie colpe. La divinità accettava il rituale dell'incubazione come un atto di pentimento e in cambio suggeriva la cura idonea. Sulla pratica dell'incubazione si sviluppò ben presto una vera e propria industria. I greci avevano molti templi per sognare, cui accorrevano pellegrini da ogni parte del Mediterraneo, delle religioni greche o anche di altre religioni, per avere sogni straordinari. Accanto a questi templi sorsero veri e propri centri turistici di accoglienza, dove i pellegrini occupavano l'attesa per l'oracolo

con divertimenti vari: teatri, circo, palestre e altre attività. In questi luoghi il sognatore prendeva contatto con il dio in sogno e ne riceveva consigli, terapie e, a volte, guarigioni miracolose. Nelle interpretazioni, profuse da indovini a pagamento, i sognatori inseguivano soluzioni contro le loro pene e malattie. Grande fama ebbe il tempio di Epidauro dove le persone ospitate offrivano alle divinità delle tavolette votive come segno di ringraziamento per la guarigione ottenuta, tradizione ancora oggi presente nella chiesa cattolica. Anche nel cuore di Roma, sull'Isola Tiberina, si trovano le vestigia di un tempio dedicato ad Asclepio, dove ci si addormentava sperando di risvegliarsi guariti, dopo aver sognato il dio. La pratica dell'incubazione si protrasse fino al cristianesimo. Fu praticata a Bisanzio nella chiesa dei S.S. Cosma e Damiano, a Canopo nella chiesa dei Santi Ciro e Giovanni, a Tours presso San Martino. L'incubazione cristiana ebbe larga diffusione soprattutto nei primi secoli, nutrita dai sogni raccolti nelle vite dei santi.

In questo periodo storico il sogno riveste ancora un carattere divino e quindi profetico perché inviato da un'entità suprema, ciò nonostante c'è chi si colloca su una posizione opposta e afferma che l'origine dei sogni sia di natura fisica e non più divina e sia da ricercare nella mente umana.

3. Le prime teorie scientifiche sul sogno

Epicuro (341 a.C.-271 a.C.) fu uno dei primi a tentare di spiegare il fenomeno del sogno per via "scientifica": egli, infatti, riteneva che i sogni non fossero altro che aggregazioni di atomi che restano attivi anche durante il sonno.

Già qualche secolo prima, in Platone (427-428 a.C.-348-347 a.C.) troviamo i fondamenti di questa nuova visione sul sogno, il quale rappresenta l'espressione degli impulsi irrazionali profondi. Egli, infatti, riteneva che i sogni fossero una manifestazione della parte dell'uomo che si tiene segreta perché fatta di "appetiti" che il filosofo definisce "tremendi, selvaggi e contrari alla legge". I sogni, dunque, sono riportati sin da allora a quello che di volta in volta viene chiamata anima, mente, psiche, coscienza. Le posizioni di filosofi e scienziati del tempo, come Platone, Aristotele o Eraclito, andavano in una direzione in cui la speculazione del pensiero introduceva elementi di analisi critica rispetto alla tradizione, ma il sentimento religioso del popolo continuava ad alimentare l'antica credenza che i morti conoscessero il futuro, e perciò sognare i morti in molti casi, poteva portare alla premonizione di ciò che ancora non si era avverato (oniromanzia); inoltre mettersi nelle condizioni prescritte dai riti per sognare il dio di un tempio,

cioè incubare un sogno, era considerato ancora il metodo migliore per guarire da malanni o trovare soluzione a un problema complesso.

Il passaggio, da una medicina legata a pratiche e credenze magico-religiose a una medicina razionale, rigorosa ed empirica, avviene con Ippocrate (460 a.C.-370 a.C.), considerato il fondatore della scienza medica. Il primo fondamentale aspetto della medicina ippocratica fu quello di separare l'aspetto ritualistico-sacerdotale dalla medicina. Per quel che riguarda la diagnosi, l'importanza e la centralità dell'esperienza, dell'osservazione attenta e sistematica dei sintomi, permetteva al medico di risalire alle cause fisiche (non più divine) della patologia. In tale ottica, viene a configurarsi la natura psicosomatica del sogno; esso esprime a livello simbolico messaggi derivanti dal corpo, dal valore meramente fisiologico e perciò diagnostico. Lo stesso valore viene successivamente riconosciuto anche dal medico dell'imperatore Marco Aurelio, Galeno, secondo il quale il sogno rispecchia lo stato di salute del sognatore.

Artemidoro di Dalidi, nel II secolo d.C., ufficialmente conferì al sogno e alla sua interpretazione un carattere di scientificità. Egli raccolse l'antica tradizione onirica greca, fu il primo a organizzare e classificare un repertorio basato su ben tremila sogni: cinque volumi intitolati *Onirocritica* (*Ονειροκριτικά*), in cui si disserta di simboli onirici, di psiche e interpretazione di sogni. Artemidoro riconosce che non tutti i sogni sono profetici e opera una distinzione tra sogni oracolari di natura divina, sogni simbolici, visioni diurne, fantasie e incubi, ma lo scopo principale di Artemidoro è dimostrare che l'interpretazione dei sogni, come atto puramente conoscitivo, è possibile. Terminato l'atto conoscitivo, e data quindi un'interpretazione dei sogni, Artemidoro non si azzarda a consigliare comportamenti futuri sulla base di tale interpretazione, discostandosi quindi da quelle pratiche magiche tanto in voga al suo tempo. Il pensiero di Artemidoro può essere considerato un'opera di grande ricchezza su cui si fonda tutta la scienza occidentale dei sogni. Potremmo affermare che egli getta le basi dell'odierna psicologia dell'inconscio, poiché considera i sogni come il frutto di un lavoro della psiche che avviene durante le ore notturne.

L'importanza fin qui attribuita ai sogni tende a scemare nella cultura della Roma antica, dove si assiste a un progressivo impoverimento della funzione oracolare e della centralità riservata al mondo onirico. Completamente criticata da intellettuali e filosofi, l'oniromanzia, viene definita da Cicerone "*superstizione*" che "*domina tutti gli spiriti impossessandosi dell'imbecillità dell'uomo*"².

² Cicerone, *De Divinatione*, II, 72.

4. Sogno e credenze popolari

La tarda antichità e il Medio Evo, che ha compreso molti secoli, sono stati caratterizzati da diverse ideologie riguardanti i sogni. Queste furono lo specchio delle contraddizioni presenti a livello sociale. Nel loro ambito i sogni vengono infatti considerati di volta in volta come espressione della benevolenza divina o come condensazioni di umori corporei o come pure fantasie.

Con il cristianesimo la dimensione onirica viene metaforicamente plasmata sulla religione cristiana: si assiste a una suddivisione tra sogno divino e sogno diabolico, la notte ed il giorno sono simbolicamente associati alla morte e alla resurrezione.

La religione cristiana risente, da una parte, dell'influenza greco-romana (pagana) e, dall'altra, di quella biblica. Si pensi agli innumerevoli episodi di sogni riportati nelle sacre scritture che rappresentano il mezzo con cui il Signore si rivela e parla al suo popolo:

“E, sul tramontare del sole, un profondo sonno cadde sopra Abramo; ed ecco, uno spavento, una oscurità profonda, cadde su lui. E l'Eterno disse ad Abramo: ‘Sappi per certo che i tuoi discendenti dimoreranno come stranieri in un paese che non sarà loro, e vi saranno schiavi, e saranno oppressi per quattrocento anni; ma io giudicherò la gente di cui saranno stati servi; e, dopo questo, se ne partiranno con grandi ricchezze. E tu te n'andrai in pace ai tuoi padri, e sarai sepolto dopo una prospera vecchiezza. E alla quarta generazione essi torneranno qua; perché l'iniquità degli Amorei non è giunta finora al colmo’”³.

La Chiesa, tuttavia, avversa duramente la tradizione dell'analisi delle visioni e della pratica divinatoria legata ai sogni, considerandola magia e stregoneria da combattere con ogni mezzo perché considerate nocive alla religione “giusta”.

Nel 314 d.C. la Chiesa, con il Concilio di Antiochia, condannò la divinazione per mezzo dei sogni e dopo averla messa fuori legge, la combatté con il *Malleus Maleficarum* (*Il maglio delle streghe* – 1486), il libro-strumento usato dall'Inquisizione per condannare a torture e a morte crudelissima chi, soprattutto donne, ma anche bambini e persone colte, faceva sogni inaccettabili per l'ortodossia e per questa ragione veniva bollato come colpevole di eresia senza prove d'appello.

A differenza di quel che è avvenuto in altre parti del mondo, in

³ *Genesis*: 15, 12-16.