

La felicità di sognare

Stefania Marinelli

Abstract

La funzione del sogno nella seduta di gruppo è vista sotto molteplici aspetti e collegata a più elementi del processo analitico: la tradizione del sognare diviene infatti presto nel gruppo una risorsa particolarmente affettivizzata e significativa e il sognare lo rifornisce di occasioni identitarie, individuanti e senso di oggetti propri e fecondi. Anche i sogni dall'apparenza insignificante o periferici e anche i periodi di appiattimento improduttivo nel gruppo infine riversano in una narrazione "efficace" nuovi significati evolutivi attraverso le immagini oniriche.

Parole-chiave: sogno, produttività del gruppo, narrazione, immagini, patrimonio di risorse, tradizione del gruppo

Racconta Lou A.Salomè delle crisi di perdita della creatività e dei periodi di secchezza produttiva che il poeta Rilke, suo amico, attraversava: l'attesa angosciata del ritorno del dono di versificare, l'incertezza tormentosa, la disperazione per aver perduto, ogni crisi sembrava per sempre, la condizione adatta perché il suo talento ritrovasse la sua oscillazione e risalisse il vertice della sua creazione.

Noi siamo stati molte volte in ascolto di un paziente, in attesa di cogliere un senso nel suo discorso, nel suo silenzio, e abbiamo vissuto la pena dell'aridità e della secchezza insieme a lui, tentati di contrapporre la vitalità, o di desiderare un significato, o di frugare nel ricordo e nella fluttuazione di pensieri che si affacciavano.

Quante volte ci siamo chiesti se potevamo trovare in un racconto un elemento metaforizzante che stentava a emergere; o un valore simbolico in un sogno che ci era apparso appiattito o slegato.

Abbiamo pensato a quale mancanza nostra corrispondesse la mancanza di sogni di un paziente o di un gruppo di pazienti; oppure abbiamo sentito nel loro eccesso di produzione di immagini la tendenza ad addensare il campo dell'individuazione e dell'elaborazione, saturandolo di preoccupazioni inaccessibili o di sovrastimolazione incontrollata.

Un mio simpatico paziente denigrava qualunque forma di intervento interpretante o solo discorsivo sui suoi sogni; li chiamava "pan per analisti" e rivendicava il loro valore casuale, concreto e fisiologico. Gli devo ancora oggi un lungo e felice apprendimento de-psicoanalizzante, che ci consentì di lavorare con le sue immagini

oniriche, nel tempo, con la destrezza del tessitore e la profondità del poeta.

Credo che un gruppo che non sogna soffre molto profondamente e si sente a rischio di involuzione. Se i suoi partecipanti già hanno imparato a distinguere quando un sogno è utile per pensare e costruire senso, oppure nascondere; e a riconoscere la competizione per portare la bandiera del "portasogno" (Neri C.1995); quando un gruppo infine ha potuto attenuare le ansie e le difese narcisistiche, allora la sofferenza per i periodi di secchezza e la paura di perdere il contatto è realmente molto temuta. Specialmente quando un gruppo ha un poco compiuto l'esperienza di aumentare la propria conoscenza e di elaborare la propria vicenda, il sognare sembra testimoniargli e garantirgli di essere tutore effettivo dei propri beni, di poterne disporre in modo più libero e originale e di poter rifare nuovi investimenti sul gruppo e sulla sua capacità di costanza e di cambiamento.

Il gruppo sembra conoscere quale sia il suo centro e la sua periferia e nel tempo diviene sempre meglio capace di disporre i suoi oggetti con la pazienza di chi tollera il disordine, perché possiede o è certo di trovare un progetto di riordino; la sua paura di essere cieco e depersonalizzato diminuisce perché aumenta la percezione di conoscere gli oggetti reali che il sognare contiene e aumenta la fiducia nel poter attendere che i suoi organizzatori durante la seduta o un insieme di sedute si palesino e si intersechino con crescente chiarezza, emergendo da un aumentato contatto.

Ricordo la felicità profonda in un gruppo di pazienti anoressiche, dopo aver elaborato un sogno, portato da una di loro, sull'immagine di un anfiteatro nel quale si avvicendavano eventi distinti e affettivizzati, svolgentisi in spazi articolati e ben differenziati. La felicità fu più piena quando nella seduta venne rievocato un sogno più antico, sentito retrospettivamente come corrispondente e attualmente riparato, nel quale era comparsa l'immagine di un ossario comune nella terra di un cimitero, dove la sognante si aggirava al buio senza poter riconoscere né origine, né nomi, né distinzione. Ora le persone e le cose potevano essere nominate e il sollievo era profondo: perfino le passioni relative alla magrezza scheletrica erano state nutrite di affetti nuovi e diversi e il gruppo era aiutato a sentirsi continuo e intero dalla cognizione di avere un patrimonio di immagini depositate. Sarebbe stato sempre possibile attingervi, poiché quelle immagini erano collegate a pensieri, esperienze ed emozioni che avevano fondato una tradizione di affetti e di significati, che il tempo trasformava.

Credo che in particolari momenti la possibilità e la cognizione del sogno, sia esso onirico o della veglia, anzi in generale le risorse del pensiero iconico, rivestano una grande importanza. Ad esempio quando un individuo o un gruppo soffre, perché il cambiamento sembra aver tolto loro il documento di riconoscimento; la perdita dell'ancoraggio negativo è stata troppo improvvisa o troppo lacerante e ha prodotto troppa percezione del vuoto e della debolezza: allora il rischio di sentirsi nomadi o apolidi minaccia l'integrità e la coesione, e il senso del confine può vacillare. Ecco

per esempio in questi momenti la tradizione del sognare diviene particolarmente affettivizzata e significativa. Il sognare fornisce occasioni identitarie, individuanti e senso di oggetti propri e fecondi.

La letteratura di tutti i tempi, sia quella religiosa e antropologica, sia quella laica e moderna, tratta i sogni come una fonte di conoscenza, sia essa sacra o quotidiana, profetica e custode di cose divine, o familiare e legata alla consuetudine; sia essa legata ai destini di un popolo, come sono i sogni del mito pagano e religioso, sia essa legato al mondo e ai desideri di un individuo. Questa conoscenza può essere svelante, o teatralizzante, o confidenziale: la ricerca psicoanalitica nel gruppo sembra voler tener conto della molteplicità storica dei suoi aspetti, per rendere germinale e intimo lo spazio delle sue trasformazioni.

L'ombra dell'oggetto incute minor timore, se è attraversata dal sogno; e il sogno che parla di lei può essere contenuto dal gruppo che la conosce.

I sogni non simbolici del paziente psicotico di cui parla H.Segal (1981), ci parlano di brandelli sensoriali e corporei, alla ricerca di una possibile mentalizzazione che li liberi della loro frammentarietà e disorganizzazione ed assegni loro un significato comprensibile o almeno una fluidificazione degli aspetti più caotici e intasati. Ma questi sogni sono stati in ogni caso sognati e "risentono già dell'incontro con la mente dell'analista sì da raggiungere una parziale possibilità rappresentativa e comunicativa e di mentalizzazione. Anche l'evacuazione e l'agire successivo, hanno in analisi la qualità di un abbozzo di mentalizzazione e di comunicazione perché la mente dell'analista l'aiuti a pensarli e a dotarli di senso" (Tagliacozzo R.1993)

Questo genere di sogno può comparire in un gruppo al centro o alla periferia della sua vicenda; per esempio può darsi che in un gruppo gli elementi del campo, in un determinato periodo, si vadano organizzando in vario modo attorno ad un centro narratologico e comunicazionale, espresso attraverso sogni coerenti e sequenziali. In questo caso la comparsa di sogni diversi, dall'apparenza incomprensibile e dissonante, potrebbe segnalare come quel campo attuale abbia escluso "pezzi" inelaborati, la cui relazione con il campo organizzato chiede di essere cercata. Oppure al contrario il sogno psicotico o angosciante occupa il centro della vita del gruppo in un dato periodo; soltanto attorno a questo nucleo troppo incandescente sarà possibile che si sviluppino ordini espressivi diversi,

producendo immagini e sequenze riordinanti, capaci di riplasmare l'inclinazione troppo pervasa del gruppo in quel momento.

"L'inconscio è un'entità vasta: esiste un'intelligenza inconscia, una memoria, una volontà inconscie..." (Soavi G.C.1999) Credo che il gruppo sia particolarmente capace di esplorare, specie attraverso il sognare, questa vastità e la natura diversa

delle sue province. Attraverso un sistema complesso di relazioni di affinità, di contiguità, di attrazione, di risonanza, un elemento inconscio nuovo e diverso, che può comparire come spurio in un contesto strutturato e organizzante, può fare la sua comparsa come per irruzione. Integrarlo con il contesto attuale richiede che sia elaborato il suo grado di parentela o di non parentela. Questo riporta il campo del gruppo, già complessificato nel tempo, verso quelle fasi iniziali o precedenti, nelle quali la messa in comune di 'pezzi' mentali anonimi o irriconoscibili, o dislocati era servita a comporre i primi quadri dell'esperienza e i primi legami tra mondi di elementi che entravano in contatto. L'esigenza allora sembra quella di poter elaborare una regressione momentanea, allo scopo di poter integrare ad un piano più profondo la nuova emergenza e aggiornare il metodo esperito ai bisogni di integrazione attuali. Il disorientamento crea timore ma anche desiderio e aumento del legame e della fiducia nel gruppo.

Spesso i pazienti che svolgono questa funzione all'interno del gruppo sono non solo quelli più frammentati e diciamo così 'porosi' e sensibili alla stimolazione inconscia, particolarmente quella stimolazione inconscia che ancora il gruppo non ha preso in considerazione, ma che pure ha richiamato nel campo; ma sono soprattutto quelli che, per il loro bisogno più forte di essere sostenuti nella ricerca di coesione, chiedono al gruppo di precisare un maggior numero di elementi e di correlazioni, rispetto a coloro che sembrano assestarsi più facilmente in assetti compiuti. Nessuna esperienza come quella del sognare, se il campo del gruppo è fluido, contenuto e permeabile, può restituire il valore di questa ricerca soggettivante e individuante, qualora il gruppo riesca a svolgerla. Non le parole, o il comportamento, o la qualità generale dell'ambiente emotivo, sensoriale, mnestico, ideativo, linguistico del gruppo e dell'analista, potrebbero raggiungere il valore unico di questa attività felice, la felicità di sognare, se il gruppo ci aiuta a farlo e a conoscere cosa stiamo sognando.

Al contrario del sogno asimbolico o psicotico, che tende a vorticare o ipnotizzare o turbare l'attenzione del gruppo, alcuni sogni invece offrono al gruppo, durante una o più sedute, un campo di elaborazione particolarmente significativo ed efficace: i loro elementi possono essere colti, elaborati e risignificati a diversi livelli e da differenti vertici, pur restando aderenti al qui e ora della seduta e offrendo diversi collegamenti e senso sia al gruppo che ai singoli. Mi sono spesso chiesta se questi sogni dotati di questa efficacia, siano tali solo perché sono collocati più al centro della catena associativa di un dato momento, o se piuttosto per loro natura siano diversi da altri sogni più frammentari, occasionali o apparentemente poco fruibili e comprensibili. Sembra che questi sogni si trovino in un centro felice e sintetizzante della "catena associativa gruppale" (Kaës, 1993), rispetto ad altri, più periferici e che siano tali da esprimere il problema e l'esigenza fondamentale di quel momento, segnalando un incontro di notevole importanza. Però credo che essi vengano invece riforniti di profondità e di prospettiva proprio da quei sogni apparentemente periferici, anche i più occasionali e frammentari, o opachi, o tali che sembrano prefabbricati o sognati

'd'ufficio', i quali possono svolgere però una funzione di avanguardia segreta. Direi così, "catena associativa gruppale" e catena onirica gruppale, che può tracciare una mappa più complessa delle opportunità del riconoscimento verbale. La "narrazione efficace" (Neri C.1995) sarebbe opera di una narrazione precedente e meno efficace, che la sostiene e alimenta.

Freud diceva che il sogno è la "via regia all'inconscio" e lo paragonava all'edizione quotidiana del giornale, che fra notizia e censura organizza una comunicazione da decifrare. Da quel tempo molti modi di descrivere il sogno hanno continuato a farcelo sentire come un elemento vivo, e fondante diverse configurazioni del modo di fare e pensare il lavoro psicoanalitico. Ho voluto sottolineare come questo possa appartenere all'esperienza della felicità di sentirsi umani e capaci di produrre e valorizzare la propria vita; e come in questo l'esperienza del gruppo possa fornire un aiuto prezioso e insostituibile, ancorché richiedendo un alto prezzo di dolore e sforzo.

Certamente, il sogno dei pazienti è anche il "pan per analisti" di cui diceva quel simpatico paziente. L'appagamento di desiderio è anche un appagamento di desiderio di analisi (Freud S., L'uomo dei topi); inevitabilmente il sognare dei pazienti somiglia all'essere umano e al fare analitico del loro analista e del tipo di relazione che hanno creato con lui. Più intimo il legame, si potrebbe pensare, più possibile interiorizzarlo. Ma l'analista è anche il tutore della soglia sulla quale rischia con il paziente l'introversione e il regresso, se una effettiva fusionalità non può dispiegarsi nella vicenda analitica e nel sogno.

Abbiamo visto il sogno come costruzione in analisi (Chianese D.1997); come produzione di altro inconscio da parte della funzione alfa e dello schermo alfa (Bion); come la creazione di un nuovo testo a cominciare dal sogno sognato in seduta con l'analista (Bezoari M.,Ferro A.); il sogno come attività facilitante lo sviluppo, il mantenimento e la ristrutturazione del sé(Lichtenberg J.D., Lachmann, F.M.Fosshage J.I.,1996) a dispetto delle minacce di frammentazione; e ancora altri modi che abbiamo conosciuto per descrivere il sogno. Però in tutti i casi, il paziente sembra aver corrisposto con l'aspettativa del suo analista, al livello di selezionare e organizzare la risposta alla stimolazione del processo di analisi, verso la possibilità di appagare il desiderio di altra analisi e di altra costruzione analitica; e sarà l'analisi a sollecitare e normare altri processi, che trasformeranno le "vie facilitate" (Freud S., Progetto di una Psicologia) della ripetizione patologica e orienteranno nuove organizzazioni delle reti neurali, secondo un ritmo di cambiamento accettabile.

Il gruppo in particolare, come soggetto analitico più sensibile di ogni tipo di paziente individuale, conosce e perlustra i limiti, le caratteristiche del suo analista. Per amore e per odio sogna di essere ricoverato all'interno della sua mente e di svolgervi la sua vicenda; e per amore e per odio sogna di essere diverso da lui. E' il transito che sorprende analista e gruppo, quando queste due istanze si incontrano.

Un giorno, quando la scorta delle risorse oniriche si attenua, si normalizza, si rivela più simile alla veglia e meno bisognosa di essere interrogata come il dio a Delfi - Delfi, l'ho visitata di nuovo recentemente: per raggiungere il tempio e il luogo dell'oracolo, il viaggiatore comincia a sognare molto prima, sotto il cielo intenso e il pendio scosceso, vegetato e disabitato della montagna, in mezzo ad un'aria vasta, raccolta, piena di mistero e di silenzio - quando il bisogno di sognare e di essere felici di sognare diminuisce, resta il ricordo, la traccia di una via carovaniere che si è percorsa. E la memoria (Corrao 1992) ha un grande potere di guarigione; la cura è il tempo delle tracce che hanno potuto iscriversi e come per gratitudine restituiscono altre generazioni di tracce nuove (Di Chiara, 1997). Così l'analisi dei nostri sogni e l'appagamento di desiderio d'analisi continua per tutto il tempo della nostra esistenza, se il sogno ci ha aiutato a delimitare la regione del dolore e a renderlo creativo.

Quando una mia paziente appassionata ai sogni diceva di essere in un momento piatto e improduttivo (chiamava 'silenzio stampa' la mancanza di sogni in seduta), le rispondevo che probabilmente qualcosa che richiedeva tempo per organizzarsi stava iniziando.

Bibliografia

Bezoari M. Ferro A.(1997), Il sogno all'interno di una teoria del campo: aggregati funzionali e narrazioni, in Gaburri E. (a cura di), *Emozione e interpretazione, psicoanalisi del campo emotivo*, Boringhieri, Torino

Bion W.R.(1962), *Apprendere dall'esperienza*, Armando, Roma 1972

Chianese D.(1995), *Costruzioni e campo analitico*, Borla, Roma

Corrao F.(1992), *Modelli psicoanalitici Mito Passione Memoria*, Laterza, Bari

Di Chiara G.(1997), La formazione e le evoluzioni del campo psicoanalitico, in Gaburri (a cura di), *Emozione e Interpretazione, psicoanalisi del campo emotivo*, Boringhieri, Torino 1997

Freud S., Osservazioni su un caso di nevrosi ossessiva (L'uomo dei topi), OSF 6

Freud S., *Progetto di una psicologia*, OSF 2

Kaës R.(1993), *Il gruppo e il soggetto del gruppo*, Borla, Roma 1994

Lichtenberg J.D.Lachmann Fosshage J.I., *The clinical Exchange*, The Analytic Press, Hillsdale N.J., London 1996

Neri C.(1995), *Gruppo*, Borla, Roma Segal H.(1981), La funzione dei sogni, in *Scritti psicoanalitici*, Astrolabio, Roma 1984

Soavi G.C.(1999), comunicazione privata
Tagliacozzo R.(intervista a cura di S.Marinelli), *Metaxù*, 16, novembre 1993

Notizie sull'autore

Stefania Marinelli è psicoanalista di gruppo dell'istituto Italiano di Psicoanalisi di Gruppo (IIPG) e socio ordinario con funzioni di training. Psicoterapeuta psicoanalitica (SIPP). Capo-redattore di Funzione Gamma. Autrice di ricerche e pubblicazioni nel campo della psicoanalisi clinica.
E-mail: stefaniamarinelli@fastwebnet.it