

## **L'INTERPRETAZIONE DEI SOGNI** **COME SI INTERPRETA UN SOGNO**

*Nel primo capitolo de L'interpretazione dei sogni viene proposto un esame critico della letteratura sul sogno prodotta dalla cultura occidentale fin dalle sue origini.*

*In questo brano, tratto dal secondo capitolo, Freud ci conduce in poche battute nel cuore della teoria psicoanalitica dei processi onirici. Il tono espositivo si fa serrato. Lo stile adottato persegue soprattutto obiettivi di efficacia e chiarezza secondo i canoni richiesti ai trattati scientifici del tempo, mantenendo però un argomentare che non risulta asettico e distaccato. Freud non si rivolge infatti soltanto al mondo accademico e scientifico ma anche al vasto pubblico delle persone colte facendo propria una scrittura in cui dalla coerenza deduttiva emergono notevoli capacità di stupire, coinvolgere e quindi di persuadere.*

Il titolo dato alla mia trattazione rivela la tradizione cui vorrei ricongiungermi nella concezione dei sogni. Con la premessa che i sogni sono interpretabili, contraddico immediatamente la teoria onirica dominante, anzi tutte le teorie oniriche a eccezione di quella scherneriana, poiché "interpretare un sogno" significa indicare il suo senso", sostituirlo con qualche cosa che si inserisca come elemento di grande importanza e di pari valore nella concatenazione delle nostre azioni psichiche. Ma, come abbiamo appreso, le teorie scientifiche del sogno non ammettono un problema di interpretazione, poiché per esse il sogno non è affatto un atto psichico, bensì un processo somatico che si manifesta attraverso certi indizi nell'apparato psichico. Diversa è sempre stata l'opinione dei profani, che si avvale del suo buon diritto a procedere incoerentemente e che, se pur ammette che il sogno è incomprendibile e assurdo, non sa tuttavia decidersi a negargli ogni significato. Si sarebbe quindi tentati di dar ragione ai filosofi e agli psichiatri e di cancellare il problema dell'interpretazione del sogno, considerandolo un compito immaginario. Ma mi sono convinto del contrario. Ho dovuto rendermi conto che si tratta, anche qui, di uno di quei casi, non rari, in cui un'antichissima credenza popolare, tenacemente conservatasi, sembra essersi avvicinata alla verità delle cose più del giudizio della scienza che vige attualmente. Debbo affermare che il sogno ha effettivamente un significato e che un procedimento scientifico nell'interpretazione del sogno è possibile.

Ecco come sono giunto alla conoscenza di questo metodo. Mi sono dedicato per anni, a scopo terapeutico, a dissolvere nei loro elementi varie formazioni psicopatologiche, come le fobie isteriche, le rappresentazioni ossessive e altre, cioè sin da quando ho imparato, da un'importante comunicazione di Joseph Breuer, che per queste formazioni, intese come sintomi patologici, dissolverle nei loro elementi significa risolverle. Se si riesce a ricondurre una di queste rappresentazioni patologiche agli elementi dai quali è sorta nella vita psichica dell'ammalato, essa si scompone e l'ammalato ne risulta liberato. Considerando l'impotenza degli altri nostri tentativi terapeutici e l'aspetto enigmatico di questi stati, mi sembrava allettante, nonostante tutte le difficoltà, procedere fino in fondo sulla via intrapresa da Breuer. Esporrò esaurientemente in un'altra occasione come sia venuta formandosi la tecnica del procedimento, e quali siano stati i risultati della mia fatica. Nel corso di questi studi psicoanalitici mi sono imbattuto nell'interpretazione del sogno. I pazienti che io avevo impegnato a raccontarmi tutte le idee e i pensieri che s'imponevano loro di fronte a un determinato argomento, mi raccontavano i loro sogni, dimostrando così che un sogno è inseribile nella concatenazione psichica che, partendo da un'idea patologica, va inseguita a ritroso nella memoria. Non ci volle dunque che un passo per trattare il sogno stesso come un sintomo, e per applicare al sogno il metodo d'interpretazione già elaborato per il sintomo.

Si rende necessaria, a questo scopo, una certa preparazione psichica dell'ammalato. Si aspira a ottenere da lui, in primo luogo un'attenzione più intensa per le sue percezioni psichiche e, secondariamente, l'eliminazione della critica con cui di solito vaglia le idee che spontaneamente gli si presentano. Per raggiungere uno stato di autoosservazione con attenzione concentrata, è vantaggioso che egli assuma una posizione di riposo e chiuda gli occhi, mentre la rinuncia alla critica delle creazioni ideative percepite deve essergli imposta esplicitamente. Gli si dice dunque che il successo della psicoanalisi dipende dal fatto che egli osservi e comunichi tutto ciò che gli passa per la mente e non sia tentato di sopprimere un'idea perché gli sembra insignificante o non pertinente, un'altra perché gli sembra assurda: che deve comportarsi con tutta imparzialità nei confronti di ciò che gli viene in mente, perché dipenderebbe proprio dalla critica se non riuscisse a trovare la soluzione del sogno, dell'idea ossessiva, e così via, di cui si è in cerca. [... ]

A molte persone non riesce facile raggiungere, rinunciando alla critica esercitata di solito, quest'atteggiamento, che è necessario per far sorgere idee apparentemente "libere". I pensieri "non voluti" scatenano generalmente una resistenza violentissima che tende a impedire il loro sorgere. [...]

Eppure, questo "ritirare le guardie dalle porte dell'intelletto", come dice Schiller, questo porsi in istato di autoosservazione acritica, non è affatto difficile. La maggioranza dei miei pazienti ci riesce dopo le prime istruzioni; io stesso posso farlo perfettamente se mi aiuto annotando quello che mi viene in mente. La somma di energia psichica sottratta all'attività critica e con cui è possibile accrescere l'intensità dell'autoosservazione, oscilla sensibilmente secondo il tema cui deve rivolgersi l'attenzione.

Movendo i primi passi nell'applicazione di questo procedimento, impariamo dunque che non bisogna fissare l'attenzione sul sogno nella sua totalità, bensì soltanto su singoli elementi parziali del suo contenuto. Se chiedo a un paziente non ancora esercitato: "che cosa le fa venire in mente questo sogno?", in genere egli non è in grado di afferrare nulla nel suo campo visivo mentale. Se invece gli presento il sogno scomposto in singoli frammenti, allora, per ogni frammento, egli mi offre una serie di pensieri che si possono definire come il "sottinteso" di questa parte del sogno.

Nel corso delle mie psicoanalisi di nevrotici, ho già interpretato più di un migliaio di sogni, ma non vorrei utilizzare tale materiale in questa introduzione alla tecnica e alla teoria dell'interpretazione del sogno. Prescindendo dal fatto che mi esporrei all'obiezione che si tratta dei sogni di nevropatici e che da essi quindi non si possono trarre illusioni sui sogni di persone sane, un altro motivo mi costringe a tralasciare questo materiale. Il tema cui si riferiscono questi sogni è sempre l'anamnesi patologica che sta alla base della nevrosi. Per ogni singolo sogno si renderebbero perciò necessari un preambolo troppo lungo e uno studio sull'essenza e sulle condizioni etiologiche della psiconevrosi cose già di per sé nuove ed estremamente sorprendenti, che devierebbero l'attenzione dal problema del sogno. È piuttosto mia intenzione dar luogo, con la risoluzione del sogno nei suoi elementi, a un lavoro preliminare per la comprensione dei problemi più difficili della psicologia delle nevrosi. Ma se rinuncio ai sogni dei nevrotici, vale a dire al materiale principale, non posso dimostrarvi troppo difficile nella scelta del resto. Non mi rimangono che i sogni raccontati occasionalmente da persone sane di mia conoscenza o che ho trovato citati come esempi nella letteratura sulla vita onirica. Purtroppo, per tutti questi sogni mi manca l'analisi, senza la quale non è possibile trovare il senso del sogno. Il mio metodo infatti non è comodo come il popolare metodo cifrato, che traduce il contenuto del sogno in base a una chiave fissa; anzi, sono quasi rassegnato al fatto che lo stesso contenuto possa rivestire un significato diverso, secondo le persone e il contesto. Ecco mi dunque costretto a ricorrere ai miei propri sogni cioè a un materiale adatto e ricco, proveniente da una persona pressappoco normale e carico di molteplici riferimenti alla vita quotidiana. Sicuramente l'attendibilità di queste "autoanalisi" verrà posta in dubbio: si dirà che l'arbitrio non è affatto escluso. A mio giudizio, però, nell'autoosservazione le condizioni sono più favorevoli che nell'osservazione di altre persone; in ogni caso sarà lecito tentare di vedere fin dove si può giungere con l'autoanalisi nell'interpretazione del sogno. Altre difficoltà sono costretto a superare nel mio intimo. Si prova un comprensibile pudore a esporre tante cose intime della propria vita psichica, e per di più sapendoci indifesi di fronte agli errori di valutazione degli estranei. Ma bisogna saper superare questi timori. "Ogni psicologo - scrive Delbœuf - è obbligato a confessare le proprie debolezze se crede così di poter gettare luce su un problema oscuro." Posso ritenere che anche nel lettore l'interesse iniziale per le indiscrezioni che sono costretto a commettere sarà presto sostituito dall'esclusivo approfondimento dei problemi psicologici così illuminati.