

Psicologia: I sussurri dell'Anima

Rubrica a cura di Lino Busato*



IL SOGNO: UNA FINESTRA SUL NOSTRO SÉ PROFONDO

"Sogna perché nel sonno puoi trovare quello che il giorno non ti può dare" così recita un aforisma di Jim Morrison.

Il sogno, sin dall'antichità, ha affascinato popoli e culture, i sogni erano visti come dei messaggi divini e solo stregoni ed indovini erano ritenuti capaci di interpretarli. Nell'antica Grecia si riteneva, che durante la notte, il dio Morfeo arrivava con le sue grandi ali, che battevano senza far rumore, ad arricchire con simboli e immagini la vita onirica di ogni persona portando dei messaggi misteriosi da un altro mondo. Un passaggio importante, nella storia del sogno, avviene nel 1899 quando Sigmund Freud scrive "L'interpretazione dei sogni". In questo trattato, l'inventore della psicanalisi, indica che il sogno è l'appagamento di un desiderio inconscio rimosso e quando alla notte si allentano i freni inibitori ecco che ci permettiamo di desiderare. Il sogno ci appare in modo bizzarro, assurdo e stravagante, pieno di simboli e metafore che mascherano: questo è definito da Freud, il

contenuto manifesto, ma l'essenza da cogliere è nel contenuto latente che va esplorato per poter arrivare ai significati nascosti.

Il regista Ingmar Bergman disse del sogno: "Il sogno può attivare l'intelletto... può offrire nuovi pensieri... un nuovo modo di pensare e di sentire... può gettare nuova luce sul nostro paesaggio interiore...".

Perciò un sogno ci può offrire un altro punto di vista su un progetto a cui stiamo lavorando o fornirci una nuova idea. Molti famosi personaggi nella storia hanno affermato di essersi ispirati, per creare le loro opere geniali, ad un sogno. Tra i tanti casi famosi possiamo citare: il chimico tedesco August Kekulé che in sogno arrivò alla struttura molecolare del benzene a cui stava lavorando da molto tempo; Otto Loewi, fisiologo tedesco, che attraverso un sogno individuò il meccanismo di trasmissione degli impulsi nervosi, rivoluzionando la neurologia e questa scoperta gli valse il premio Nobel; Giuseppe Tartini, compositore e violinista, che narrò d'aver



concepito la sua opera più famosa "Il trillo del diavolo" grazie ad un sogno in cui gli era apparso il diavolo che aveva eseguito una musica di sovrumana bellezza.

I sogni ci offrono, dunque, un materiale speciale e interessante in quanto il produttore è la nostra parte più profonda, quindi attraverso un sogno abbiamo la possibilità di conoscere meglio noi stessi.

Importante sottolineare che questa conoscenza non avviene però, come

comunemente spesso si intende, attraverso una correlazione stretta e rigida tra immagini oniriche e significati, in quanto va ricondotta alla storia passata e all'attuale contesto di vita presente del singolo individuo. Pertanto non esiste un'unica chiave di lettura nel legame simbolo-significato, ad esempio sognare un leone può avere risonanze diverse per ogni persona.

Ecco che, secondo me, è più corretto parlare di "lavoro sul sogno" e non di

interpretazione del sogno, ma questo lavoro richiede un atteggiamento di interesse e ascolto dei nostri sogni, che essendo l'espressione della parte più intima di noi, ci possono evidenziare aspetti importanti che stiamo tralasciando nel nostro attuale momento di vita.

***Psicologo – Psicoterapeuta**
studio@linobusato.it -
www.linobusato.it