

*Amedeo Ruberto*

## Coscienza e sogno in psicoterapia

Mi è stato chiesto di esporre qualche considerazione sul tema della relazione tra coscienza e inconscio ma ho dovuto aggiungere nel titolo la specificazione di un contesto sperimentale e finalizzato a un qualche tipo di cambiamento positivo come quello della psicoterapia (avrei dovuto aggiungere *jungghiana* e poi *forse*: per quanto attiene alla mia esperienza personale). Ho infatti l'impressione che al di fuori di quel contesto, non si sappia bene cosa farsene dei sogni e, francamente, interpellati alcuni validi colleghi, appare forte e consistente l'affermarsi di un atteggiamento per lo meno insofferente, perplesso e un po' stanco a fronte del sognare come se si resuscitasse un vetusto e inconsistente problema cui bisogna pur dare una risposta, da un lato per una sorta di devozione di scuola – perché così si è storicamente cominciato – e dall'altro per una conseguente e talora insulsa, incomprensibile e temuta richiesta del paziente: “dottore, che vuol dire questo sogno?”. Sembra perciò di dover pagare un qualche dazio di appartenenza a un movimento che ha fatto della presupposizione dell'inconscio e dell'analisi dei sogni il punto d'origine e il fondamento del proprio manifesto identitario.

Insomma, tornare a parlare di sogni è piuttosto scomodo e per molti aspetti anacronistico e spiacevole, tanto che chi scrive deve farlo a titolo personale e non come rappresentante di una modalità effettivamente contemporanea di approccio conoscitivo del “mentale”. Questo, a mio modo di vedere, è un male: non vi è progresso nell'esprimersi solitario e senza un riferimento sufficientemente pre-

ciso a una riconoscibile comunità che persegue analoghi intenti e condivide e si caratterizzi per linee di riflessione e d'interrogazione come questione vitale per la propria esistenza.

Ciò premesso, approfitto – per così dire – della dolorosa vacuità normativa del momento per dire e ribadire quel che mi pare e nella sequenza preferita presupponendo, spero non troppo ottimisticamente, che il lettore abbia presente i sette-otto lavori dedicati da Jung al sogno. Per i più giovani che vivono nell'epoca di internet e della rapidità suggerisco invece la splendida voce “sogno” curata da Paolo Francesco Pieri nel suo “Dizionario junghiano”, al tempo stesso critica ed esaustiva, che costituisce probabilmente l'ultimo importante contributo effettivamente di scuola pubblicato in Italia, all'epoca già in controtendenza, nel 1998.<sup>1</sup>

Ora, contrariamente a qualche aspettativa, vorrei, nella mia riflessione, provare a semplificare – per quanto possibile – la questione piuttosto che complicarla e avventarmi su dettagli raffinati e quasi-esoterici come farebbe un vero esperto. Riprendo quindi dal problema presentato nel titolo: coscienza e sogno in psicoterapia (analitica). Andrò poi avanti fino a un limite di decenza di uno scritto che dovrà per forza rimanere incompleto.

### *Contraddizione versus Antinomia*

Il piccolo contributo con cui vorrei onorare l'invito a scrivere gira attorno a una distinzione basilare o, per meglio dire, originaria, che riguarda le fondazioni delle due principali e tradizionali correnti di psicologia del profondo, quella di matrice freudiana e quella junghiana. Si tratta di una differenza risaputa – o che almeno dovrebbe essere tale – che riguarda esattamente il titolo di questa riflessione ed esamina, per puntualizzarla e suggerire alcune conseguenze teorico-pratiche, la forma logica del rapporto tra coscienza e sogno.

Molto brevemente e semplicemente, nella formulazione freudiana tale rapporto si riassume nella formulazione di una contraddizione – dove era l'Es dovrà esserci l'Io – da cui tutte le possibili metafore di strategia bellica finalizzate a strappare nuovi possessi alla consapevolezza e volte a redimersi dall'imbarazzante inquilino (l'incon-

scio). Da questo punto di vista la teoria freudiana non deve prescindere dal tenere stretta la maglia della linea di confine con l'inconscio e in tal senso accoglie il sogno come l'occasione di respingere un'invasione e ristabilire in un modo o nell'altro i giusti confini. S'introduce e si stabilizza in tal modo nel freudismo quell'ermeneutica del sospetto e quel paradigma indiziario che presuppongono l'utopia della conoscenza delle cause dei movimenti del mentale che conferisce la particolare curvatura all'indagine psicologica che ancora adesso, dopo più di un secolo, costituisce il nucleo assiomatico indiscutibile e indiscusso non solo dell'architettura teorica ma anche del concreto atteggiamento emotivo che motiva la richiesta di cura e l'accoglienza nel lavoro psicoterapeutico.

Diversamente, nella formulazione junghiana, questo rapporto s'intreccia costitutivamente nella forma dell'antinomia: conscio e inconscio si muovono inestricabilmente congiunti in ogni espressione del mentale. La cura e la speculazione teorica non sono quindi indirizzate all'esplorazione e alla conquista di un lato nascosto di sé ma all'accettazione dell'ineliminabilità dell'inconscio da ogni fatto psichico e, anzi, alla consapevolezza che ogni allargamento di coscienza comporta l'acquisizione e la necessità di confronto con una contemporanea amplificazione dell'area inconscia. Non ci aspetta qui uno svelamento un riconoscimento etiologico ma una trasformazione semantica.

Come si capisce, si tratta di due posizioni che fin dall'inizio sono di fatto incommensurabili, tanto che tutte le successive differenziazioni, sicuramente più note e dibattute – dalla diversa articolazione della libido, alle fantasie inconscie, alla relazione terapeutica e al simbolo fino alle più estreme speculazioni ontologiche – finiscono irrimediabilmente divaricate e non conciliabili.

Per questi motivi mi sembrerebbe corretto anteporre la questione radicale del come concepire la diversa articolazione tra coscienza e inconscio prima di qualsiasi altra discussione su costrutti inevitabilmente conseguenti e secondari. E vorrei qui cogliere l'occasione per rivolgere l'invito ai colleghi animati da una più marcata propensione fenomenologica e che quindi tendono a ridurre o a fare a meno della presupposizione dell'inconscio, di fornire adeguate motivazioni empiriche della loro scelta, motivazioni interne alla realtà del

loro operare e non desunte dalla valutazione astratta di una maggior forza esplicativa di un differente e certamente più solido approccio filosofico ma non clinico.

### *Contraddizione*

Dove e quando accadono i sogni e la coscienza? A una domanda del genere una visione contraddittoria dei due fenomeni risponderebbe con una partizione secca: il sogno accade (preferibilmente di notte e comunque in assenza di veglia) come espressione diretta dell'alchimia cerebrale volta a rielaborare "residui diurni" mentre la coscienza, espressione differita o mediata della stessa alchimia (preferibilmente di giorno e da svegli), lo ricorda, se può, come evento oramai pregresso, come "residuo notturno". Quindi, dall'ipotesi di una definitiva distinzione tra inconscio e coscienza deriverebbe una scansione temporale dei due fenomeni (prima uno poi l'altro), tipo on/off, affacciandosi poi un'ipotetica collocazione "logistica" di entrambi in appropriati e rispettivi circuiti cerebrali. L'evoluzione intuibile del discorso comporta il rimando inevitabile a un impegno nelle neuroscienze (ma anche, alla fine, di una rassegnata delega alle neuroscienze) per evidenziare con strumenti e tecniche sempre più raffinate quali aree e circuiti siano realmente implicati in questo quotidiano passaggio di mano dei suddetti "residui".

Ecco che, allora, la replica del dualismo mente/corpo nell'articolazione di conscio/inconscio e poi di nuovo nel rapporto contraddittorio coscienza/sogno trova una soluzione finale di carattere neurologico, coerentemente con le origini della tradizione freudiana dove l'inconscio, se non è neurologico semplicemente non è.

Inutile dire che questa prospettiva di senso comune – forse proprio perché di senso comune – è assolutamente maggioritaria anche nella speculazione di altre rinomate scuole di psicoterapia. Anche gli amici cognitivisti di fatto, malgrado un'apprezzabile buona volontà allungano lo stesso solco:

La coscienza non va considerata come una monolitica entità, separata dai processi mentali inconsci attraverso la barriera della rimozione, ma piuttosto

come un processo composito, mutevole, che si pone in continuità con la mente inconscia.<sup>2</sup>

Le opere della coscienza si considerano interconnesse dinamicamente con le attività mentali inconse nel senso di un continuo e reciproco scambio e non, come voleva la psicoanalisi classica, nel senso della difesa dell'angoscia.<sup>3</sup>

Per inciso, questi ultimi, diversamente dalla scuola psicoanalitica, non hanno in programma lo studio dei modi della rimozione di contenuti di coscienza nell'inconscio quanto l'indagine sui motivi per cui alcune attività mentali non riescono ad acquisire la qualità della coscienza. È evidente però che se partono dall'idea che ci possa essere una qualche "continuità" con l'inconscio senza esserne completamente anche epistemologicamente irretiti e poi anche una "interconnessione e reciproco scambio" senza evocare o supporre una qualche collaterale funzione espulsiva e riconfinante, non possono che rimanere fermi sul punto di partenza o, nel migliore dei casi, ripercorrere con terminologia e attrezzature concettuali alla fine non tanto differenti un percorso del tutto analogo a quello psicoanalitico.

Comunque sia, i vantaggi per così dire strategici delle posizioni esposte sono molti e facilmente derivabili, anche se con un po' di pazienza. Accenno di sfuggita a come il modello teorico che ne deriva si adagi con facilità nell'ostinata scommessa di un riduzionismo più o meno "forte" assumendone strumentario ideologico e di metodo. Poi magari ci indicheranno la risposta al tema dell'inconscio e del sogno ben oltre il cervello e le cellule che lo compongono, nella fisica delle particelle elementari.

Mi soffermerei un po' di più, invece, sull'abbaglio di oggettività che viene elargita a piene mani e al quale si deve gran parte del successo di tante scuole di psicoterapia che hanno assunto la contraddizione rispetto a ciò che è inconscio come motivo fondante.

Certo che si scorge l'immediata convenienza del progetto implicito: distanziare nella qualità di "oggetto" l'inconscio e il sogno si rende utile a innumerevoli e facili operazioni e circostanze. Ad esempio: regala una sorta di patente di "esperto della verità" a chi sostiene di essere in grado di scoprire i significati "nascosti" – e quindi, non si sa perché, più veri – nei sogni e nell'inconscio e lo sottrae dal dover esporre un'argomentazione plausibile per il sognatore e generalizza-

bile a un auditorio più ampio rimanendo comunque scontata l'impossibilità a trovare un consenso anche solo di minoranza sull'interpretazione di un particolare sogno. E anche si presta a spericolate e incredibili operazioni diagnostiche e di valutazioni di gravità (ma è noto che non sussiste nessuna differenza significativa, sia di contenuto che di forma, tra il sogno di un grave psicotico e quello di un soggetto cosiddetto normale) che nel corso di una terapia permettono suggestive – ma non più che suggestive – conferme del percorso terapeutico e della teoria che lo sottende. Altre “convenienze” sono ben conosciute per quanto spesso, in splendida e fideistica collusione, ostinatamente negate tanto dai curatori che dai curati.

Ma ciò che vorrei porre da ultimo in evidenza è il punto di caduta di questo approccio laddove il confinamento del sogno e dell'inconscio da un lato e della coscienza dall'altro in una contraddittorietà “oggettiva” trascina metodologicamente ogni fenomeno emergente in una medesima, statica e prevedibile omologazione: in qualcosa che più di ogni cosa somiglia a una lingua artificiale.

Che lo si voglia o meno, il sogno e l'inconscio non vengono qui propriamente interpretati ma trascritti in altra lingua per essere, appunto, risolti e purificati dalla loro ambiguità semantica e ridotti all'elementarità analitica e oggettiva della tessera di un *puzzle* già previsto nella vaghezza tendenziale di una supposta normativa “normalità”. Insomma, il problema “scientifico” che viene a porsi come l'ipotesi di una rete invisibile (inconscia) in analogia con i componenti elementari della materia e il metodo sta nella costruzione di una lingua specialistica sempre più capace di accogliere, classificare e svelare ipotetici significati e modi di funzionamento attraverso la codificazione di una rete tautologica di rimandi.

Ma le condizioni di *setting* in cui tale operazione avrebbe da realizzarsi sono, devono essere, impietose: qui la comparsa della soggettività non può che costituirsi come un'interferenza o un inquinamento di un processo conoscitivo che, abbisognando di un campo operatorio il più possibile sterile e isolato, richiede un'impersonalità d'azione proporzionata alla purezza metodologica necessaria.

Ciò spiega anche come i costrutti più “relazionali” – transfert, controtransfert, identificazione proiettiva, sé ecc. – che richiedono un allargamento del campo d'osservazione oltre il dettaglio mentale

metodicamente collocato nella mente dell'altro, esattamente di contro all'impersonale classificatore, siano state ragioni di accanite controversie, di inevitabili formazioni di correnti interne e poi di faticose convivenze politiche o di scissioni.

Devo confessare che fondamentalmente non riesco a credere che si possa concretamente operare nel campo del mentale a partire da una formulazione contraddittoria del rapporto tra conscio e inconscio e men che meno a scorgere una qualche utilità nel prendere in considerazione il sogno come "via maestra" per la comprensione di un inconscio separato dalla coscienza. Sono piuttosto portato a ritenere che quella caratteristica curvatura dubbiosa che caratterizza tanti scritti e tante discussioni di questi amici possa considerarsi come la persistenza di un sospetto o magari un'aurorale consapevolezza che potrebbero aver dimenticato di tenere adeguatamente in conto qualcosa di soggettivo o che comunque non possono completamente sbarazzarsene.

### *Antinomia*

In un'ottica junghiana invece, non si avverte la necessità di radicalizzare diversità, distanze e tempi di funzionamento, ma ci si chiede se i due termini, coscienza/inconscio, abbiano, nell'immediata evidenza, qualcosa in comune o meno. Ebbene, se per il senso comune la risposta è negativa, qui diviene affermativa, anche se paradossale e logicamente antinomica. Direbbe infatti Jung che ogni azione o rappresentazione di coscienza è relativamente inconscia così come ogni azione o rappresentazione dell'inconscio (come il sogno) è relativamente conscia.

Ciò corrisponde a definire il rapporto logico tra coscienza e inconscio non come contraddittorio ma, appunto, come antinomico: simultaneamente e necessariamente reciprocamente correlati: non solo dove c'è l'uno compare l'altro, ma ognuno è dentro l'altro. Per inciso, lo stesso tipo di rapporto logico concerne inevitabilmente una distinzione affine al nostro discorso sul sogno come quella di manifesto/latente, si potrebbe dire in stretta analogia che da un punto di vista junghiano nulla di ciò che è manifesto non incorpori qualcosa di latente e viceversa.

Questo tipo di posizione epistemologica sembrerebbe almeno inizialmente complicare e confondere le cose – anzi: rimarrebbe incomprendibile al senso comune tanto quanto risultano incomprensibili gli scritti di Jung per chi si aspetterebbe una linearità e una chiarezza analoga a quelli freudiani – e tuttavia ci avvicina all’empiria del fenomeno anche se la volontà di aderirvi si scontra con la difficoltà di definirne i limiti spazio-temporali.

Se infatti il fenomeno junghiano incorpora per definizione non solo una quota d’inconscio ma anche la/le relazioni tra coscienza e inconscio, si capisce come ogni fenomeno non possa essere di per sé circoscrivibile entro alcun limite: ogni evenienza è congiunta spazio-temporalmente e accade assieme a tutto ciò che non appare esplicitamente. Per lo stesso motivo non possono qui darsi spiegazioni causali o di carattere interattivo che supporrebbero l’incontro/scontro o l’attrazione/repulsione di entità distinte. Su questa stessa base poi Jung svilupperà la sua teoria della sincronicità come “principio di nessi acausali” immaginando che i fenomeni si compongano non in virtù di un processo seriale di cause e concause quanto piuttosto come manifestazione di senso.

Non posso però non rendermi conto come quanto sopra sia effettivamente difficile da digerire, ma è difficile soprattutto perché per un verso comporta l’assunzione di un atteggiamento che deroga al senso comune e per altro verso spalanca le porte a una interpretazione travolgente della complicazione del mentale dove ogni categoria viene forzatamente relativizzata alla totalità del pensato, del pensabile, del mai pensato e del mai pensabile.

In tal senso, ogni costrutto junghiano – simbolo, archetipo, sé, funzione trascendente ecc. – deve giocare nel duplice ruolo di organizzatore e riduttore di complessità senza mai smarrire il dato della propria relatività: il suo esser parte e il suo essere in relazione col tutto: l’Io rispetto al sé, il simbolo rispetto al suo contesto, l’immagine archetipica rispetto al mondo, la storia rispetto all’eternità, Dio rispetto a Giobbe, e viceversa.

La qualità essenziale dell’“essere relativo” viene dunque interpretata, dilatata e riproposta come *leit motiv* di ogni nodo concettuale al tempo stesso come cifra d’appartenenza e come monito del discorso sul mentale: non considerare mai ogni fatto psichico come definitiva-

mente concluso, non definire qualsiasi fatto come isolato dal tutto e mai il tutto indipendentemente dalle sue parti; interpretare ogni fatto sia in senso sincronico che diacronico e in riferimento alla storicità del fenomeno sullo sfondo dell'eternità della specie e del mondo.

Facile considerare come questa visione abbia in sé qualcosa di religioso e, inevitabilmente, qualcosa di folle: non a caso è stata imputata a Jung una psicosi "latente". Resta il fatto difficile da smontare che l'universo psichico junghiano non solo regge concettualmente ma, nella sua iperinclusività, giustifica l'efficacia esplicativa e clinica di ogni altro discorso sulla psiche – freudiano, cognitivista o altro, ivi comprese le neuroscienze – anche se inevitabilmente lo relativizza nella microstoricità del suo esercizio e lo priva del fondamento ontologico che ingenuamente pretenderebbe di accreditarsi.

*I sogni sono ciò che ne facciamo*

Quanto sopra per arrivare a poche note sul sogno ed il sognare.

Non che non ci possa essere qualcosa di "nuovo" da articolare sul sogno – penso ad esempio alle implicazioni di un'equazione epistemologica nel rapporto tra la temporalità e l'esperienza nel senso kantiano, da un lato, e l'umore (*mood*) e il sognare, dall'altro – tanto a rimarcare come la presupposizione antinomica di conscio e inconscio sia tutt'altro che paralizzante. Ma, riprovando a scrivere di psicologia analitica dopo molti anni, dovevo pur togliermi qualche sassolino dalle scarpe e quello più fastidioso concerne proprio la generale sottovalutazione del problema fondativo del rapporto coscienza/inconscio.

Ma tornando al sogno, meglio al racconto del sogno e al suo particolare stare in posizione interrogante nel rapporto con la coscienza, si capisce come pur rimanendo fermo il testo le varianti di significazione sarebbero pressoché infinite e relative al numero di prospettive interpretative di cui il narratore del sogno, il suo interprete o entrambi dispongono. Ciò che pone un limite all'interpretazione non è quindi il raggiungimento di un punto conclusivo quanto l'esaurirsi di una prospettiva o l'aver consumato tutte le prospettive disponibili.

Certo che con un po' di allenamento i modi dell'interpretazione possono proliferare a dismisura e con ciò trasformare l'esercizio er-

meneutico in una sorta di vacua e inconcludente retorica barocca. Di questo rischio si era accorto chiaramente Jung che, pur invitando a rimanere quanto più fedeli al racconto del sogno, citava un'affermazione finalmente liberatoria di Kant con cui suggeriva, appunto, di porre un limite al comprendere dichiarando lo scopo cui si vuole pervenire. Di qui il senso squisitamente clinico dell'interpretare il racconto del sogno nel cui ambito il significato (possibile e non definitivo) è ricompreso e subordinato – anche eticamente subordinato – alla strategia di cura che si va perseguendo volta per volta: viene così in evidenza la non troppo implicita radice pragmatistica del pensare junghiano per cui il significare del sogno sta nelle sue conseguenze e, in definitiva, in ciò che, volenti o nolenti, ne facciamo.

Con quest'esito dell'articolazione antinomica di conscio e inconscio, certamente il sogno perde un posto di prestigio all'interno della teoria, dal momento che tutta la vita psichica viene ad assumere il medesimo alone di mistero e appare suscettibile delle stesse qualità formali. Eppure, per terminare sul filo del paradosso, farei notare come la posizione freudiana tanto in contrasto sul piano dei fondamenti risulti "clanicamente" legittimata come una delle possibili strategie di cura e come, ancor di più, la stessa posizione antinomica nel momento in cui mantiene aperto il fenomeno mentale si faccia, e si sia fatta, garante delle innumerevoli variazioni di teoria e di tecnica di cui la psicoanalisi freudiana, da Lacan a Kohut, è stata protagonista in questo suo secolo abbondante di vita.

### Note

- <sup>1</sup> P.F. Pieri, *Dizionario junghiano*, Bollati Boringhieri, Torino 1998.
- <sup>2</sup> G. Liotti, *Le opere della coscienza*, Cortina, Milano 2001.
- <sup>3</sup> *Ibidem*.