

Roberto Manciocchi

Stati di sonnolenza.

Ovvero quando sonno e veglia non sono fenomeni uniformi, ma ampie classi di fenomeni

Il lavoro onirico che conosciamo è soltanto un piccolo aspetto del sognare vero e proprio: quest'ultimo essendo un processo continuo che appartiene alla vita della veglia e che è in azione durante tutte le ore di veglia, ma che di solito non è osservabile in quel periodo se non nel paziente psicotico.¹

È stato detto, in ambito psicoanalitico, che la teoria bioniana del sogno segna uno spartiacque epistemologico, rispetto alla teoria di Sigmund Freud, paragonabile alla differenza fra la teoria della gravitazione universale e quella della relatività.²

In effetti, fin dalla sua prima esposizione, risalente agli anni Sessanta, molti autorevoli autori, provenienti da settori della cultura disparati, hanno affrontato i risvolti di idee come quella esposta in *incipit*, la cui essenza potrebbe essere espressa dicendo che possiamo rimanere “coscientemente svegli” solo se ci è possibile in parallelo, si direbbe modernamente, “sognare”.

Un'idea, questa, che ha dato vita, nel corso degli anni, a una varietà di suggestioni, chiamando gli innumerevoli commentatori a prendere in considerazione (accanto al problema della definizione di una teoria del sogno e della coscienza) la gigantesca area tematica sottesa alla teoria epistemologica bioniana; una teoria che pervade tutto il pensiero dello psicoanalista anglo-indiano e ha come fulcro di riflessione l'uso del linguaggio per produrre conoscenza o viceversa per impedire la conoscenza stessa.³

Una delle domande che sembra essere alla base della revisione che Bion porta avanti (fin dai primi scritti), appare di natura fenomenologica: “Come arriviamo a organizzare a livello del pensiero e della percezione la nostra esperienza”?

La risposta che egli propone, tenendo conto dell’insufficienza dei dispositivi linguistici di cui si diceva, appare guidata dall’idea che sia possibile conoscere non singoli e delimitati fenomeni ma solo “processi”; processi generati da rapporti continui fra fattori (previsti all’interno di un universo linguistico definito da una teoria). Gli scritti bioniani sembrano seguire la stessa parabola che percorre l’evoluzione della filosofia della scienza inglese dei primi anni del Novecento: egli sembra infatti passare da una posizione radicalmente empirista a una posizione sempre più emergentista.⁴

Le idee e i concetti, da questo punto di vista, non sono elementi semplici, ma costrutti che si trasformano, si combinano e, a volte, subiscono delle crisi – *un cambiamento catastrofico* – con parole dell’autore, che mettono in crisi l’intero sistema epistemico.

Il sogno

Lo sviluppo di queste tematiche prende, probabilmente, le mosse proprio dal tentativo di Bion di rivedere il concetto di sogno; concetto che nel gergo psicoanalitico degli anni Cinquanta richiama sempre un ben delimitato insieme di significati e una determinata azione (demistificante) da compiere in terapia. Diciamo subito che Bion ci propone di considerare tale termine come un artificio del linguaggio, un modello di carattere metaforico tramite il quale tentiamo di descrivere un dinamismo inafferrabile per il pensiero astratto.

Tale dinamismo è reso possibile dall’azione concomitante di alcuni fattori che, lavorando sui dati dei sensi, generano quella che Bion chiama «funzione alfa».⁵ Con parole sue: «Se un individuo è incapace di trasformare i dati sensoriali grezzi in elementi inconsci dell’esperienza (elementi alfa), è incapace di sognare e di differenziare tra stato di veglia e sogno; di conseguenza è incapace di addormentarsi e di svegliarsi; da qui quel singolare stato che si riscon-

tra in clinica quando vediamo uno psicotico che si comporta come se si trovasse proprio così». ⁶

I prodotti della funzione alfa possono dunque essere considerati come elementi base del pensiero simbolico, “ideogrammi emotivamente connotati”, una sorta di “mattoni” che assemblati insieme danno vita al pensiero onirico.

Il *sognare*, in questa visione, può essere inteso come un’attività metabolica che, attimo dopo attimo, ci fornisce “materiale pensabile” generando “potenzialità di significato” che troveranno la loro collocazione definitiva solo al formarsi di una narrazione. ⁷

Provo a fare un esempio:

Una donna, durante una seduta, riporta con difficoltà estrema questo racconto: “stanotte stavo sognando... mi sono svegliata gridando. Dopo qualche minuto mio marito è riuscito a calmarmi e mi sono riaddormentata”.

I tentativi di “nominare” in modo più compiuto l’esperienza falliscono; la donna (e l’analista) non sono in grado di andare oltre. La donna si ritrova nel “presente” della seduta a mettere insieme, a stento, parole per definire degli eventi che, a giudicare dal suo stile espressivo, sono privi di affettività; si tratta di una modalità espressiva che, non evoca alcuna immagine nella mente dell’analista ma tende a “immobilizzarne i pensieri”.

Non c’è possibilità, per la donna, di richiamare ricordi (se non i movimenti che ha fatto nell’atto del sobbalzare gridando: “che c’è?!”), del muoversi del fermarsi calmata dalla presenza del marito e del riaddormentarsi immediatamente come se non fosse successo nulla). L’analista, da parte sua, non può chiamare in aiuto gli strumenti della retorica perchè il “come se...” non appare neppure presente e a nulla servirebbe utilizzare dei termini gergali. ⁸ A questo punto non può non essere richiamata una delle più conosciute affermazioni di Bion relative al sonno e al sogno: «Si soleva un tempo dire che uno aveva avuto gli incubi perché aveva fatto indigestione e che per questo si svegliava in preda al panico. La mia versione dei fatti è viceversa la seguente: il tale paziente che dorme è in preda al panico. Poiché non è capace di avere un incubo, non può né svegliarsi né addormentarsi; da quel momento egli ha sofferto di un’indigestione mentale». Solo dopo molto tempo la paziente “produce

qualcosa di psichico”, il suo racconto questa volta presenta delle metafore: “come dei capelli che mi solleticavano la spalla... dei fili... una ragnatela... un ragno... sì un ragno gigantesco che incombeva su di me”! La paziente ha potuto ricordare un incubo.

Da questo vertice è la funzionalità di *alfa* a qualificare la genesi e la saldezza del soggetto; soggetto che troverà una propria definizione solo in relazione alla differenziazione di: 1) una spazialità (in grado di definire primariamente un “dentro” e un “fuori”); 2) una temporalità (in grado di definire un passato del ricordo, un presente della durata e un futuro dell’immaginazione).

Insomma, parlando del sognare, Bion parla di un’attività che non presuppone la presenza di una soggettività ma contribuisce a “ricostruirla” trasformandola nel corso del tempo.

Per spiegare meglio il nucleo di questa operazione proviamo a prendere in esame una domanda che ossessiona da lungo tempo la filosofia occidentale.

Posso affermare qualcosa come “sto sognando”? La risposta è semplice e anche scontata. No, non posso affermarlo (perché nel momento in cui facessi tale affermazione non starei più sognando); ma, seguendo le argomentazioni scettiche, se non posso affermare di stare sognando allora non posso nemmeno affermare di essere sveglio (potrei essere in un sogno). Dunque cosa sono “il sogno” e la “veglia”? Come è possibile differenziarli nettamente?⁹

Si tratta, come si può vedere, di un gigantesco problema che è stato affrontato innumerevoli volte in ambito filosofico;¹⁰ la soluzione più conosciuta, che ci è stata offerta, è quella del *cogito* cartesiano.¹¹ Un’altra soluzione, che noi analisti conosciamo bene (figlia di quella cartesiana) è ancora legata alla temporalità: posso parlare di “sogno” e di “sonno” differenziandolo dal pensiero di veglia solo rivolgendomi al passato, (tramite l’elaborazione secondaria direbbe Freud). “Io ho sognato!” posso in effetti dirlo, ma qui entra in gioco la memoria e il processo di costruzione (o ricostruzione) del ricordo.

Già in questa elementare esposizione emerge tutta la complessità di una tematica che, come vedremo, Bion non può fare a meno di esplorare se non rimettendo in discussione i concetti “classici” di spazio e tempo. Così, se è vero che le immagini dei sogni si presentano a noi con un’evidenza per nulla inferiore alle immagini di ve-

glia, (un'evidenza che a Cartesio è servita per decretare la fallibilità dei sensi e il primato delle idee di ragione e ha prodotto l'effetto di estromettere il sogno dai confini del "vero") per l'autore inglese non è altrettanto certo che si possano ipostatizzare il tempo e lo spazio (elementi che sono relativi rispetto al vissuto affettivo, nel tempo presente, e contribuiscono a determinare la struttura dell'esperienza). L'analista, secondo Bion, si trova continuamente di fronte a soggettività che si sono sviluppate proprio in presenza di un'alterazione di tali parametri;¹² egli in un certo qual modo è un privilegiato perché, in aggiunta alle riflessioni del filosofo, «può osservare e ascoltare una persona mentre sta intendendo e, al tempo stesso fraintendendo».¹³

Seguendo, probabilmente, le orme di Alfred N. Whitehead e Bertrand Russell, Bion rivede radicalmente la soluzione offerta da Cartesio,¹⁴ ponendosi in un'ottica trasformativa: ciò che noi possiamo cogliere dei fenomeni non è il loro essere delimitabili e statici ma la loro dinamicità e la loro durata (determinata dall'essere in relazione con altri fenomeni). Dal suo punto di vista possiamo percepire, in sostanza, solo e unicamente delle «trasformazioni» di qualcosa che "in sé" ci sfugge. Così, come detto, diventa possibile parlare della "coscienza", dell'"inconscio", del "sogno" o della "veglia" solo considerandoli dei modelli tramite i quali tentiamo di descrivere processi che si svolgono continuamente (tali processi non sono concettualizzabili in quanto non è possibile coglierli come fenomeni derivati da fenomeni primari che escludono spiegazioni eccedenti, in senso causalistico). Parlando di "sogno" abbiamo dunque di fronte una metafora che contiene al proprio interno infinite sfumature.

L'attenzione di Bion va allora alla possibilità di evoluzione di tali sfumature (a partire dalla possibilità funzionale di generare significato). In questa visione ognuno di noi, in diversi momenti della propria vita, ha un rapporto diverso con il sognare, con il sogno e la ragione vigile;¹⁵ si potrebbe dire che ci sono tanti rapporti fra la ragione vigile e il sogno quanti siamo noi individui.

Ma allora cos'è questo nuovo oggetto definito "sognare" del quale stiamo parlando? Qui Bion, sta probabilmente riprendendo una tradizione culturale che ci indirizza verso la possibilità di definire tale attività solo attraverso un espediente ben conosciuto in ambito

junghiano: quello degli opposti correlati. In tutti gli scritti dove esamina tale attività egli tenta di esaltare il “negativo” della presentazione del fenomeno in oggetto. Dal punto di vista “spaziale e temporale”, ad esempio, le infinite sfumature del sognare e dello stato di veglia, di cui si diceva, sono possibili non solo in virtù di una serie di “apparizioni” che si rendono presenti alla coscienza ma anche di una serie di “sparizioni” che liberano spazio. L'apparizione del ricordo sottende la presenza sullo sfondo dell'oblio; insomma lo “sfondo” assume una fondamentale funzione “modellante” rispetto a ciò che si presenta. Quindi ecco che il sogno c'è sempre, esso è ciò che costituisce l'interstizio del tessuto della nostra attività di veglia, quell'interstizio di cui non ci accorgiamo proprio perché è “nostro”.

La coscienza

Prendendo in considerazione il “sognare” come processo, Bion non mette in discussione l'importanza della coscienza ma comincia a mettere in circolo l'idea che essa si ricrei costantemente solo a date condizioni: se sono contemporaneamente attivi i processi che ne generano i limiti. In quest'ottica, la coscienza in stato di veglia, è coscienza solo quando viene limitata, nel tempo (attraverso l'oblio) e nello spazio (attraverso la selezione operata dall'attenzione) così come l'autocoscienza è tale solo quando è capace di riconoscere che, accanto ad essa, vicino ad essa, dietro di essa, nascosta un po' lì, un po' “dall'altra parte”, c'è anche “qualche altra cosa”, che paradossalmente “sparisce” proprio per darci modo di “svegliarci” (per poterla “ricercare”). In quest'ottica ognuno di noi oltrepassa sempre quello che sta facendo nel presente, lo oltrepassa in un modo tutto individuale ma, comunque lo oltrepassa: è sempre in contatto con una potenzialità che è allo stesso tempo, passata, futura e anche attuale.¹⁶

Qui possiamo tornare all'affermazione iniziale: il sognare e il vegliare lavorano sempre “in parallelo” dando vita a una relativa attività di veglia che si produce durante il sonno (coscienza onirica) e a una relativa coscienza sognante (*dream like memory*).¹⁷

Per tentare di capire meglio provo a fare un esempio.

Nella visione di Bion, mentre io sto scrivendo sono sempre un poco al di là della realtà fattuale e voi che leggete lo siete altrettanto, mentre scrivo sopravviene un lampo di curiosità, un ricordo, un'emozione, un chiacchiericcio, un cane che abbaia, ecc. Questi stimoli (interni ed esterni) che inizialmente sono solo impulsi nervosi, vengono continuamente "trasformati" in immagini che possono apparire o meno alla mia coscienza; probabilmente viene sempre ad apparire anche qualcosa che non "c'è", quindi "il sognare" (inteso come insieme di processi che danno vita a un'attività trasformativa) è sempre al lavoro.

Se io non sognassi mentre sono sveglio, se, ad esempio, potessi cogliere con estrema precisione i puri fatti, ricordare le nozioni per come "sono", non per come vengono al mio ricordo; se non riuscissi ad accettare che quanto percepisco, quanto sopravviene alla memoria e quanto sto scrivendo è stato inevitabilmente, ed è in qualche modo, deformato dal mio desiderare, dalla mia affettività, dall'equivoco semplificante del linguaggio che mi condiziona, sarei come il computer che sto utilizzando in questo momento: un "pezzo di materia", "reale e statico" tanto quanto delle "cose in sé"; sarei insomma prigioniero di una claustrofobica limitatezza costituita da una dedizione estrema alla "fattualità" e probabilmente non riuscirei nemmeno a esprimermi.

Un esempio di questo tipo, secondo Bion, ci è fornito dal pensiero psicotico.¹⁸ Tale forma di pensiero non dà modo di sviluppare la cognizione atta ad appropriarsi (delimitandone i confini attraverso la differenziazione e il linguaggio) della "verità emotiva" che lo attraversa continuamente, riconoscendola, in senso paradossale, come "propria" e, allo stesso tempo, come "estranea". Il ricordare psicotico in tal senso non sussiste (in quanto operazione che comporta l'aver dimenticato qualcosa): lo psicotico può solo assistere passivamente al passaggio di una presentificazione (come si assiste a un sogno) ma non ricordare attivamente.

Il luogo del pensiero umano invece, alla luce di tali idee, non è mai né solo concreto né solo astratto. Esso è possibile solo in un *non luogo*,¹⁹ solo nel continuo ricrearsi e sparire delle rappresentazioni, dell'assenza e della presenza, dell'accordo e del fraintendimento; la nostra possibilità di accedere a "questo luogo che non esiste", ci è

concessa solo grazie a quella continua attività che chiamiamo sognare, non solo il sognare che “ricordiamo quando ci svegliamo la mattina”, ma quel sognare che ci accompagna sempre, anche e soprattutto quando siamo svegli.

A partire da Bion

Veniamo adesso al difficile tentativo di gettare uno sguardo d'insieme su alcuni degli svariati sviluppi clinici della teoria bioniana.

Negli ultimi trent'anni, con la sempre più frequente revisione degli approcci dualistici al problema mente-corpo, si è fatta avanti con forza la consapevolezza di non poter definire con esattezza i confini di dati stati di coscienza (come quelli di “vigilanza” o di “sogno”). L'importanza del sogno per la vita della coscienza e la continuità sonno-veglia nell'esperienza del sé in relazione al mondo, hanno trovato conferma anche nelle ricerche di alcuni neuroscienziati dei più diversi orientamenti (da Gerald Edelman a Peretz Lavie per arrivare, in Italia, a Marino Bosinelli e Mauro Mancia). Questi ricercatori si trovano essenzialmente d'accordo riguardo al ruolo del “sognare” in stato di veglia.

È in questo panorama culturale che si sono inserite le idee di molti ricercatori (psicoanalisti e non) che hanno ripreso, nella clinica, le intuizioni bioniane accompagnandole a questi e altri sviluppi della ricerca sperimentale.

Questa consapevolezza ha prodotto una gamma di riflessioni cliniche centrate su un'idea essenziale: il significato di un sogno è sempre contestuale, costruito insieme al paziente, e appartiene al tempo presente. La capacità del terapeuta di immergersi insieme al paziente in un'“atmosfera sognante” è divenuta così un nodo centrale del trattamento. Si potrebbero fare svariati esempi; mi limito ai più conosciuti citando le idee di Peter Fonagy sulla *mentalizzazione*²⁰ o quelle di Wilma Bucci, con la sua famosa proposta denominata *teoria del codice multiplo*,²¹ e ancora quelle di Madeleine e Willy Baranger relative alla teoria di un *campo bipersonale*, determinato dalla situazione psicoanalitica;²² infine quelle di Thomas Ogden legate perlopiù al concetto di *terzo analitico*.²³ In Italia tale filone è sta-

to seguito da Antonino Ferro e da un gruppo di psicoanalisti riuniti intorno alla città di Pavia.²⁴ La maggior parte di questi interessanti approcci clinici rileva delle profonde differenze rispetto all'approccio psicoanalitico "classico" al sogno che richiamano quanto affermato all'inizio dell'articolo. Senza avere la pretesa di esaurire l'argomento vediamo una qualcuna.

Secondo questi autori, la concezione freudiana del sogno conduce inevitabilmente verso un'indagine volta allo smascheramento dell'immagine onirica; si tratta di un approccio terapeutico che guarda essenzialmente alla "narrazione" che il paziente porta in seduta, implicando che il "sogno" esista come un qualcosa di "inafferrabile" (ombelico del sogno), una sorta di "figurazione immaginosa appartenente alla notte" che il lavoro del sogno genera, che poi, alle prime luci dell'alba, quando noi ci ridestiamo, si dilegua alla luce della coscienza, un "qualcosa" che non ha consistenza quando sottoposto all'esame di realtà. Notando giustamente come Bion consideri sempre alla luce del *presente* ogni interpretazione del sogno, questi autori ritengono invece essenziale la possibilità di elaborare i vissuti affettivi (che la coppia analitica attraversa) appartenenti al *qui e ora* della relazione con l'analista (vissuti che possono essere rintracciati dovunque nelle comunicazioni del paziente, non solo nelle immagini oniriche). A parere di questi autori, la circolarità dei discorsi che Bion propone, sembra finalizzata essenzialmente a focalizzare l'attenzione sul chiarire se l'affermazione del paziente "ho fatto un sogno" abbia senso e in quale contesto di discorso si possa dire che abbia senso. Si intuisce come, a partire da tali revisioni, una frase del genere sia sempre carica di implicazioni "ecologiche e culturali"; il significato della frase stessa va sempre inquadrato rispetto all'uso che il paziente ne fa all'interno della relazione analitica. Su questo punto appare una radicale differenza rispetto alla mente pensata da Freud; la mente di Bion appare come una mente "costruttiva" che, incessantemente, assembla azioni a metafore e narrazioni per costruire l'identità del soggetto e tali costrutti narrativi finiscono per divenire le basi del "Sé" in relazione al "mondo". Questo insieme di presupposti ha portato all'idea secondo cui portare il paziente a "sognare" può essere considerato l'obiettivo centrale del trattamento.

A partire da questa idea alcuni autori (ad esempio T. Ogden) hanno rilevato l'insufficienza di alcuni classici dispositivi linguistici psicoanalitici (come il modello transfert-controtransfert) se utilizzati come unici strumenti a disposizione dell'analista per dare senso alle immagini oniriche prodotte dall'incontro analitico. Una tale concezione presuppone infatti l'accettazione dell'impostazione freudiana e causalistica del problema del significato. Secondo Ogden invece non si può andare incontro alle immagini del sogno con una teoria (in grado di dare sempre significato a ciò che non ne ha). Così, dopo aver preso in considerazione il fenomeno "sognare" nel senso processuale, proposto finora, Ogden fa un passo ulteriore e ne iscrive prima il senso e poi il significato (da ricercare in seduta) nella sua concezione del *terzo analitico*.²⁵ In tal senso i personaggi dei sogni non vengono visti né solo come parti scisse del paziente (affettivamente connotate); né solo rappresentanti di figure del passato, né comunicazioni sullo stato del Sé in relazione all'analista; vengono considerate invece come *totalità affettive* che rimandano a fasi evolutive della capacità di elaborazione degli affetti del sognatore (e della mente dell'analista in quel momento della terapia), capacità che partono da un minimo di possibilità dove è il corpo a parlare (evacuazioni comunicative non decodificabili in linguaggio) a un massimo di possibilità dove sono le narrazioni aggregate degli elementi alfa (un linguaggio) a stabilire una relazione con l'analista.

A tali interessanti contributi proviamo ad aggiungere qualche nota junghiana.

Anche per Jung, clinicamente parlando, quando ci rivolgiamo a un paziente dovremmo essere liberi di "immaginarlo", di sognarlo e di portarlo a "sognare";²⁶ tanto più dovremmo essere in grado di sognarlo quante più parti della personalità del paziente hanno attivato il nostro immaginario (e, va detto, tanto meno ci riusciamo!).

Seguendo le idee su esposte forse attribuiamo al paziente anche qualità che non ha, forse proiettiamo su di lui i nostri complessi ma abbiamo bisogno di farlo per costruire una nostra immagine di paziente. È anche grazie alla possibilità di accettare tale "illusione" che il paziente ci ascolta: noi ci facciamo un'immagine del paziente e il paziente si "sente immaginato"; con Bion potremmo dire che è solo in questo modo che la coppia analitica ha la possibilità di rimanere

“sveglia”. Tuttavia, se si prende come riferimento questa idea si deve però tenere ben presente che qualsiasi tentativo di conoscenza di un’attività che lavora in parallelo rispetto alla nostra possibilità di conoscere verrebbe a risentire di questo tentativo. Per cui tanto più ci si focalizza con il proprio apparato conoscitivo e tanto più si altera il processo immaginativo (che si svolge in parallelo).

Queste idee ci aiutano dunque a comprendere un paradosso molto significativo, del rapporto fra stato di veglia, complessità e immaginario: tanto più siamo svegli tanto più siamo distanti dalla nostra complessità e da quella dell’altro, tanto più ci sentiamo assicurati e meno abbiamo bisogno di immaginare (con Jung potremmo dire, invece, che il paziente dovrebbe “diventare un problema per noi”). Su questo punto ritroviamo entrambi gli autori: l’analista al lavoro ha bisogno del *dubbio*. Questo paradosso porta però anche alla conclusione che più l’analista tende unilateralmente a favorire una caduta della distinzione fra sogno e realtà (non riuscendo egli stesso a mantenerla nella seduta) più le metafore prodotte dalla coppia analitica finiranno per divenire sempre più schematiche e ripetitive. Su questo punto, a mio parere, va rilevata una differenza importante.

Jung, contrariamente al *primo* Bion (e ai suoi successori), non pensa mai di divenire il centro dell’immaginario del paziente nella nevrosi di transfert e meno che mai pensa di poter conferire significato alle immagini oniriche solo a partire da uno specifico modello (transfert, controtransfert, “campo psicologico”, ecc. ecc.). Questo non significa che tali schemi interpretativi non possano essere utilizzati ma se lo sono, lo sono solo a posteriori, dopo aver prodotto un’immagine interna del paziente e una direzione da seguire. Questo significa dire che se il sognare del paziente ha sempre senso non è affatto detto che si debba e si possa poi andare a scoprire un significato ma solo se si ritiene che il paziente ne possa trarre beneficio; a volte saranno proprio le scelte analitiche a determinare la possibilità di giocare alla ricerca del significato insieme al paziente.

Jung ci dice in sostanza che se anche l’analista al lavoro produce sempre dei “sogni” deve però sempre sapere che “lo sono” e deve sapere anche dove portano. Nel momento in cui il paziente e l’analista raggiungono un accordo sul significato di una data immagine non hanno dimostrato una verità assoluta (si sono solo dati la possibilità,

nel presente, di divenire O, direbbe Bion). Chiudo citando queste sue parole che mi sembrano molto significative per mettere in luce il ruolo che il sognare (del paziente e dell'analista) deve avere in terapia: «Voglio rilevare che il mio modo di procedere non è senza limiti e senza obiettivi. Mi faccio scrupolo di non oltrepassare mai il significato *che in quel momento è efficace* per il paziente e mi studio di rendere quest'ultimo il più cosciente possibile di tale significato».³¹

Note

- ¹ W. Bion, *Cogitation*, Armando, Roma 1996, pp. 57-58. La prima esposizione compiuta della teoria di Bion in merito al sogno si può trovare nel classico W. Bion, *Apprendere dall'esperienza* (1962), tr. it., Armando, Roma 1970. Ma idee già molto elaborate possono essere fatte risalire anche alla fine degli anni Cinquanta, tali idee possono essere rintracciate in *Cogitation*, cit.
- ² Vedi ad esempio F. Riolo, "Sogno e teoria della conoscenza in psicoanalisi", in AA.VV., *Lecture bioniane*, Armando, Roma 1994.
- ³ Sono note tutte le perplessità di Bion relative all'"ipnosi del linguaggio" e il suo tentativo di presentare al lettore termini "insaturi" (che non portassero automaticamente all'associazione di significati precostituiti); questo assunto viene richiamato da Bion in tutti gli scritti e lascia trasparire un'immagine di pratica analitica caratterizzata innanzitutto dal senso critico, da una "insolente volontà" di non accontentarci dei significati precostituiti delle parole che il paziente ci racconta, (e soprattutto di non accontentarci del "gergo analitico" che ci viene insegnato); vedi in proposito la nozione di «linguaggio dell'effettività», W. Bion, *Attenzione e interpretazione*, tr. it. Armando, Roma 1979.
- ⁴ Ricordo che "l'emergente", come concetto tratto dalla Teoria dei sistemi dinamici, si riferisce all'osservazione dell'interazione tra agenti locali che producono risultati che operano a un livello di organizzazione sopra quello degli agenti stessi. L'organizzazione del sistema e i risultati prodotti non richiedono una struttura preformata né dipendono dalle direttive di una entità sopraordinata, ma nascono spontaneamente dall'interazione delle sue parti componenti. Ad esempio, la mente, da questo punto di vista, viene considerata come "un fenomeno emergente" dal sottostante processo neurale nel corpo; un set superveniente di proprietà considerato come qualcosa in più di quanto potrebbe essere ottenuto dalla riduzione eppure meno di ciò che la piena separazione o dualità concederebbe. Vedi, ad esempio, M. Di Francesco, *Introduzione alla filosofia della mente*, Carocci, Roma 1996. In modo

sempre più congruente, rispetto a tale posizione teorica, Bion arriverà a concepire l'attività psicoterapeutica in termini di "relazionalità e processualità continua" (idea illustrata al meglio attraverso la nota metafora dell'attività psicoanalitica concepita come "sonda", che espande il territorio da esplorare andando avanti con la sua attività). Con parole di Bion: «L'importanza dell' analogia per l'analista non sta nel modo in cui la userebbe un artista della parola, non sta nei due oggetti paragonati (per esempio un seno e un pene) ma nel legame che viene creato tra loro. La psicoanalisi si interessa alla relazione non alle cose che sono in relazione tra loro». W. Bion, *Seminari brasiliani* (1974), tr. it., in ID., *Il cambiamento catastrofico*, Loescher, Milano 1981, p. 200. La stessa «funzione alfa» sembra in effetti definirsi attraverso la presa in esame dell'interazione fra quelli che Bion chiama fattori (attenzione memoria, identificazione proiettiva, oscillazione fra caos e ordine), vedi W. Bion, *Apprendere dall'esperienza*, cit. cap. 3.

- 5 Già nell'introduzione di *Apprendere dall'esperienza* Bion si premura di avvertirci che: «Le esperienze emotive sono in stretto rapporto sia con le teorie della conoscenza che con la psicoanalisi clinica», W. Bion, *Apprendere dall'esperienza*, cit. p. 9. Successivamente egli si impegna a individuare i fattori che consentono alla funzione alfa di operare: memoria (notazione freudiana), attenzione, oscillazione fra caos e ordine (PS-D) e fra contenitore e contenuto (tramite l'azione dell'identificazione proiettiva).
- 6 Come si può intuire nella visione bioniana del sogno la rappresentazione non nasce come un qualcosa di scindibile dall'emozione (modello dell'affetto-trauma freudiano) e non è affatto detto che le emozioni siano qualcosa di indipendente dalla cognizione: è solo vivendo l'emozione che si può produrre pensiero ed è solo pensando che si può dar modo ad altre emozioni di prodursi. Vedi W. Bion, *Apprendere dall'esperienza*, cit. p. 29. In questi passi, Bion ci sta proponendo qualcosa di radicalmente empirico: la conoscenza è appropriazione di qualcosa tramite il distanziamento e la riflessione autocoscitiva e tale conoscenza non può prescindere da una sorta di "digestione dei dati sensoriali" che consente di trattenere qualcosa eliminando contemporaneamente altro.
- 7 Gli elementi alfa prodotti dalla funzione alfa non sono conoscibili, lo sono solo i prodotti narrativi del loro assemblaggio (che al mattino ricordiamo sotto forma di "sogno". Vedi anche A. Ferro, *Nella stanza d'analisi*, Cortina, Milano 1996.
- 8 Si potrebbe dire che si tratta di un episodio assimilabile al *pavor nocturnus* del bambino, oppure richiamare un pensiero di tipo "operatorio-concreto" ma il punto è che il paziente e l'analista si ritrovano ad assistere passivamente (come in un sogno) agli eventi raccontati nel presente senza avere a disposizione "tempo" per poter affermare "Cos'è questo qualcosa che è passato?".

- ⁹ Credo sia importante ricordare che le ricerche sperimentali portate avanti sul fenomeno definito “sogno” fanno riferimento a tutta una serie di dati oggettivi riferiti a eventi fisiologici del cervello (ad esempio sonno REM o non-REM) interpretati come caratteristici del “sogno”. Le presunte prove neurofisiologiche vanno prese con beneficio di inventario ricordando che il linguaggio, in quel caso, è usato per fini euristici-operativi (la registrazione di eventi neurofisiologici non consente di inferire automaticamente la formazione di un evento mentale o psichico). Questa distinzione è essenziale per differenziare da un punto di vista epistemologico approcci al sogno in “prima” o “terza persona”. Il discorso vale naturalmente anche per la “veglia”. Per poter dire, ad esempio, se è possibile la veglia senza sogni, dovremmo sapere con chiarezza che cosa sia la veglia. E la veglia è la cosa che meno possiamo dire di conoscere con chiarezza, per la semplice ragione che noi ci stiamo dentro; la veglia, in un certo senso, “siamo noi stessi”. Come possiamo mettere a distanza uno stato che attimo dopo attimo incarniamo? Possiamo mettere a distanza solo una rappresentazione approssimativa di un certo stato mentale e chiamare tale rappresentazione “veglia”, tentando di parlarne nel modo più preciso possibile, ma questo non sarà mai il modo in cui noi la viviamo. In proposito vedi ad esempio J. Searle, *Il mistero della coscienza*, tr. it. Cortina, Milano 1998.
- ¹⁰ Fin dalle origini delle riflessioni sul sonno e sul sogno, portate avanti dalla filosofia occidentale, il confine fra la vita cosciente e il fenomeno chiamato sogno è stato considerato pericolosamente labile, tanto da indurre un filosofo come Aristotele a contrapporre drasticamente veglia e sonno, sottolineando la fratellanza fra Hypnos e Tanathos e guardando al sonno e al sogno come a una sorta di “vita diminuita”. Le riflessioni di Bion sembrano invece avere un fondamento che prende le mosse dalle idee di Eraclito dove la contrapposizione tra “svegli” e dormienti” evidenzia la necessaria complementarità tra elementi contrari; nei frammenti che ci sono pervenuti il termine sogno non è mai esplicito e dichiarato, ma assume le vesti di una presenza sempre costante, o meglio, il segno e la minaccia di un’assenza. Vedi ad esempio, G. Colli, *La sapienza greca*, Adelphi, Milano 1998, vol. III. Nella dialettica eraclitea il sogno non è, come il sonno, un membro di un’opposizione ma, piuttosto, una dimensione in ombra che fa da sfondo a ogni unità fondamentale.
- ¹¹ Potremmo dire, colloquialmente, con Cartesio: “Posso differenziare fra pensiero di veglia e sogno solo perchè se sono sveglio mi tocco la mano”. E per quanto tempo posso dire di essere sveglio? “Per tutto il tempo per il quale io posso toccarmi la mano”.
- ¹² Bion tratta in modo approfondito tale argomento in W. Bion, *Trasformazioni*, tr. it. Armando, Roma 1965.
- ¹³ W. Bion, *Seminari brasiliani*, cit. p. 175.

- ¹⁴ «L'assunzione implicita di Descartes che i pensieri presuppongono un pensatore è valida soltanto per la bugia». W. Bion, *Attenzione e interpretazione*, cit. pp. 102-103. Le riflessioni di Bion partono, a mio avviso, dalla critica radicale che A. N. Whitehead porta al materialismo e allo scientismo nel corso dei primi decenni del Novecento; i suoi dubbi relativamente al concetto di "sogno" sembrano nascere infatti come conseguenza della lucida esposizione del filosofo inglese riguardo la "concretizzazione mal posta". La descrizione di Whitehead viene ripresa a piene mani da Bion, in particolare la sua idea dell'utilità di usare descrizioni dei fenomeni che facciano risaltare la processualità (e di conseguenza l'organizzazione necessaria ma fittizia) che i fenomeni stessi sottendono, pena appunto la tendenza a scivolare in concretizzazioni mal poste, che trasformano le funzioni in cose staticizzandole. Bion riprendendo tale discorso mette in evidenza il pericolo che l'utilizzo di modelli metaforici comporta. Accade infatti che il carattere retorico-figurativo delle metafore possa essere dimenticato facilmente, attraverso l'uso ripetuto, dando vita non tanto a un nuovo oggetto capace di aprire la porta a nuove possibilità di indagine quanto a un *passerpartout* capace di aprire tutte le porte come una sorta di "verità oggettiva" che incoraggia a non pensare. Per approfondimenti vedi Pier A. Rovatti, *La dialettica del processo in A. N. Whitehead*, Il saggiatore, Milano 1970.
- ¹⁵ Basta pensare al modo in cui un bambino racconta un sogno: egli non è sempre in grado di concettualizzare il sogno come un "evento mentale", al mattino può, ad esempio, essere convinto di avere effettivamente "volato sulla città".
- ¹⁶ Come noto egli riprende il concetto di coscienza freudiano, presente nel saggio freudiano: *I due principi dell'accadere psichico* (1911), tr. it. in *Opere*, Boringhieri, Torino 1989. In questo saggio Freud definisce la coscienza come "capacità di percezione delle qualità psichiche dei fenomeni". A mio avviso Bion è a conoscenza della teoria dei tipi logici di B. Russell. Egli volutamente parla di coscienza intendendo coscienza di primo grado, non coscienza di avere una coscienza. Il soggetto è un grado di percepire le "qualità psichiche" degli affetti? Se sì, il soggetto è cosciente e vigile altrimenti, non lo è e allora non è sveglio e neanche addormentato.
- ¹⁷ Questa idea di Bion viene compiutamente sviluppata nel primo volume di W. Bion, *Memoria dal Futuro*, vol. I, *Il sogno*, tr. it. Cortina, Milano 1992.
- ¹⁸ «Ogni uomo deve poter sognare un'esperienza mentre gli capita, sia che gli capiti nel sonno sia che gli capiti da sveglio», W. Bion, *Apprendere dall'esperienza*, cit. p. 45.
- ¹⁹ Con le parole di Bion: «noi ci fondiamo su un assunto: che le limitazioni dello psicotico siano dovute a una malattia e che invece quelle dello scienziato non lo siano. Se esaminiamo questo assunto potremo farci un'idea più chiara

della malattia e del metodo scientifico: ci si renderà chiaro infatti che il nostro rudimentale apparato per pensare i pensieri è adeguato soltanto se trattiamo problemi connessi con l'inanimato mentre non lo è più quando è il fenomeno della vita stessa a essere oggetto d'indagine», W. Bion, *Apprendere dall'esperienza*, cit. pp. 38-39.

- ²⁰ Bion chiama questo non-luogo «barriera di contatto» (o barriera del sogno). La dispersione della barriera di contatto comporta il fatto che il passaggio dallo stato conscio allo stato inconscio sia fluido, senza ostacoli. Con parole sue: «Un uomo che parli con un amico e converta le impressioni sensoriali di questa esperienza emotiva in elementi alfa, è in grado di formare pensieri onirici e quindi di avere una coscienza imperturbata dei fatti, siano questi gli eventi cui partecipa, o i propri sentimenti su tali eventi, o ambedue. Egli è capace di restare “addormentato” o inconsapevole di certi elementi che non possono penetrare la barriera costituita dal suo “sogno”. Grazie al “sogno” può continuare ininterrottamente ad essere sveglio», W. Bion, *Apprendere dall'esperienza*, cit. p. 41. Il sogno crea dunque una sorta di filtro che è il frutto di una continua interazione dinamica; qui e solo qui noi possiamo vivere e immaginare allo stesso tempo due fenomeni che chiamiamo, con un artificio metaforico: veglia e sogno; agli estremi non è possibile né essere coscientemente svegli né addormentarsi.
- ²¹ A partire dagli studi degli anni Cinquanta sulle fasi REM e non-REM del sonno, si è diffusa la convinzione che il sonno REM potesse costituire l'unica base neurofisiologica per la produzione di sogni. Oggi tale convinzione è stata superata da innumerevoli ricerche che evidenziano che esiste un'attività mentale del tutto comparabile a quella che si registra in fase REM anche nelle fasi non-REM e anche durante la veglia. La visualizzazione radioscopica, ad esempio, fornisce una serie di dati interpretati come prove del fatto che mentre sogniamo il nostro cervello è più attivo di quanto non lo sia nella maggior parte delle esperienze di veglia. L'elettroencefalogramma registra picchi massimi proprio durante alcuni stati di coscienza notturni o di fasi di massima concentrazione durante la veglia. Insomma un cervello in fermento sembra non accorgersi neanche se siamo svegli o se stiamo dormendo, se siamo impegnati in una partita a scacchi o se stiamo piuttosto facendo i conti con un desiderio rimosso. Per approfondimenti vedi S. Merciai, B. Cannella (a cura di), *La psiconalisi nelle terre di confine*, Cortina, Milano 2009.
- ²² I sentieri tracciati si possono raggruppare per comodità in due categorie: un primo percorso è stato seguito da tutti quei ricercatori che hanno visto nella teoria bioniana del sogno un possibile aggancio con gli sviluppi delle scienze cognitive e delle neuroscienze. Da questo vertice buona parte degli autori ha assunto una posizione pragmatica più o meno raffinata rispetto alla teoria psicoanalitica, tendendo però a volte a pensare al sogno come a un fenomeno indagabile “in terza persona”. Una seconda strada è stata percorsa da

- tutti quegli autori che guardano al sogno essenzialmente come a un fenomeno mentale carico di significato, “in prima persona”, (quindi al di fuori dell’indagine portata avanti dalla prospettiva scientifica). Questi autori, diciamo in modo un poco semplicistico, ritengono che in seduta ci si occupi essenzialmente del risultato dell’elaborazione dell’esperienza chiamata “sogno”. In questo senso la significatività del sogno va ben oltre l’evento neurale che lo sottende. Per approfondimenti vedi M. Mancina, *Psicoanalisi e neuroscienze: un dibattito attuale sul sogno*, in AA.VV., *Il sogno cent’anni dopo*, Boringhieri, Torino 2005.
- ²³ Vedi ad esempio A. Bateman, P. Fonagy, *Il trattamento basato sulla mentalizzazione*, Cortina, Milano 2004.
- ²⁴ W. Bucci, *Psicoanalisi e Scienza cognitiva*, Giovanni Fioriti, Roma 1999. L’autrice si propone di operare un approfondimento della divisione, operata da Freud tra processo “primario” e “secondario” di pensiero. Il codice multiplo a cui fa riferimento l’autrice è dato da modalità “concrete” con cui gli esseri umani elaborano le informazioni che contribuiscono a formare le rappresentazioni lungo tre linee fondamentali: a) quella basata sull’azione, che la Bucci individua con il codice “non simbolico – non-verbale” (la danza potrebbe essere la logica di tale tipo di memorie); b) quella per immagini, propria del codice “simbolico, non-verbale”, (la logica della poesia ad esempio); c) quella linguistica, propria del codice “simbolico e verbale” (rappresentata dalla logica narrativa del romanzo). In questo modello, questi tre diversi sistemi della mente appaiono del tutto indipendenti, governati cioè da processi differenti che “lavorano” in parallelo, connettendosi tra loro nell’esperienza concreta che risulta connotata, al contempo, sempre da aspetti sensoriali, visivi e linguistici.
- ²⁵ Vedi anche: J. Symington, N. Symington, *Il pensiero clinico di Bion*, tr. it. Cortina, Milano 1996.
- ²⁶ Nell’accezione di Ogden è un “terzo soggetto dell’analisi”, creato dallo scambio inconscio tra paziente e analista: è descrivibile come un’esperienza in continua evoluzione, sulla base delle interazioni generate dalla coppia analitica.
- ²⁷ Vedi AA.VV., *Sognare l’analisi*, Boringhieri, Torino 2009.
- ²⁸ Per questi autori l’ambiente diventa soggettivo almeno in un duplice senso: 1) ogni sua componente ha un significato per l’organismo; 2) ogni organismo crea un proprio “ambiente”. Esiste quindi una sorta di “circolarità funzionale” per cui nell’atto di osservare il mondo lo cambiamo e cambiamo noi stessi. Questo implica che sia possibile separare mente e mondo solo all’interno di un determinato approccio al significato (approccio che non considera la possibilità che la mente faccia del mondo il suo significato).
- ²⁹ «Il paziente e l’analista si impegnano in un esperimento, nei confini della situazione analitica, che ha lo scopo di creare le condizioni nelle quali l’analisi»

zando (con la partecipazione dell'analista) possa migliorare la sua capacità di sognare i suoi sogni non sognati e interrotti. I sogni sognati dal paziente e dall'analista sono contemporaneamente i loro sogni (e *rêverie*) e quelli di un terzo soggetto che allo stesso tempo è il paziente e l'analista e nessuno dei due. L'esperimento costituito dalla psicoanalisi è fondato su un paradosso», T. Ogden, *L'arte della psicoanalisi*, Cortina, Milano 2007, p. 9. Anche in questo modello però, il racconto del sogno in seduta rischia di diventare un veicolo per un'azione ben specifica dell'analista: quella volta alla *rêverie*. Anche gli autori che fanno riferimento a una teoria del campo fanno un'operazione di questo tipo (pur complicandola parecchio). In questo modello l'interpretazione di un sogno è l'interpretazione che l'analista dà del proprio stato interno (che il paziente gli sta comunicando attraverso l'identificazione proiettiva); un po' come se il sogno rappresentasse il mondo interno dell'analista nella sua relazione col paziente piuttosto che il mondo interno del paziente nella relazione con l'analista. A ben guardare questo non è un tipo di inferenza che comporta un ennesimo modello lineare dell'elaborazione dell'emozione? Cioè, l'emozione viene elaborata nella mente dell'analista, ma questo cosa comporta? Parlando di "apparato per elaborare l'informazione affettiva" bisogna, secondo me, evitare il rischio che si pensi a qualcosa che non muta, una sorta di funzione che elabora e basta. Questo significherebbe rimanere imprigionati in una metafora "meccanica". Il discorso più pregnante di Bion è invece legato proprio al processo circolare che egli tenta di descrivere in relazione all'elaborazione e all'influenza dell'emozione sull'apparato per pensarla: la soggettività si sviluppa perché le preesistono dei protopensieri (carichi di senso ma privi di significato) da elaborare, non viceversa.

³⁰ «L'effetto al quale io miro è di produrre uno stato psichico nel quale il paziente cominci a sperimentare con la sua natura uno stato di fluidità, mutamento e divenire, in cui nulla è eternamente fissato e pietrificato senza speranza». C. G. Jung, *Scopi della psicoterapia* (1929), tr. it. in *Opere*, vol.16, Boringhieri, Torino, p. 54.

³¹ C.G. Jung, *Scopi della psicoterapia*, cit. p. 54, corsivo mio.