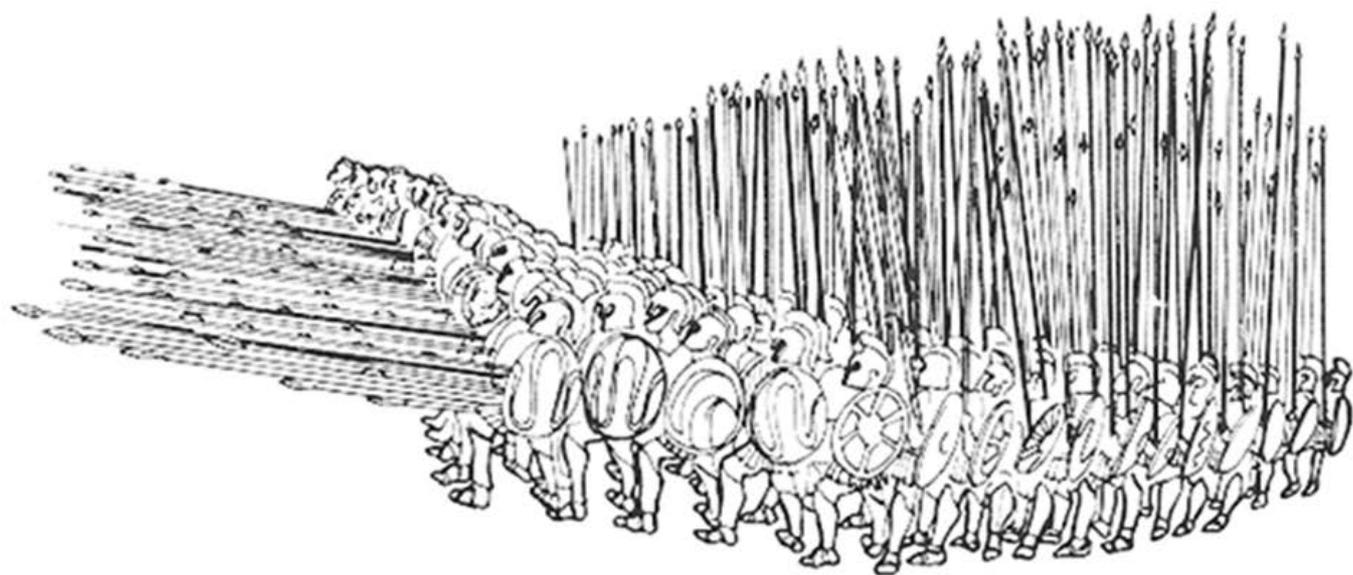


Francesco Paziienza

LO SCHIAFFO DELLA REALTÀ

Conversazione sul mondo dei sogni



La Mente sono io



Lo schiaffo della realtà è un'opera di [Francesco Pazienza](#) rilasciata gratuitamente sotto una licenza [Creative Commons 3.0 BY-NC-SA](#).

Il libro può essere riprodotto, distribuito, utilizzato in tutto o in parte, senza apportare modifica alcuna, attribuendone sempre la paternità all'autore e non usandolo per scopi commerciali, nel rispetto della succitata licenza.

Ulteriori chiarimenti su permessi d'uso possono essere richiesti scrivendo all'[autore](#).

Realizzazione ebook ed editing: [Mariangela Lecci - La Mente sono io](#)

Edizione ebook: 29 Settembre 2012.

Copertina: [Giuseppe Giovannini - Giocoadv](#)

Indice

Prefazione	4
Introduzione	5
Lo schiaffo della realtà	
1. La cattedrale e il cementificio	7
2. Verso un'intelligenza immaginativa	8
3. La falange freudiana	9
4. Associazioni. Libere e indecenti	11
5. Non sogniamo solo di notte	13
Conclusioni - Ci sveglieremo al momento giusto	15
<i>About the Author</i>	16

Prefazione

Questa conversazione cerca di mostrare come la riflessione sui sogni sia elemento essenziale di un equilibrato intendimento della realtà più “concreta”.

La domanda fondamentale da porci è: quale supplemento immaginativo aggiungiamo alle cose quando cerchiamo di essere il più realistici possibile?

Si tratta allora di cominciare ad intendere il mondo immaginativo che accompagna la coscienza umana in ogni istante. Non solo nel tempo del sonno e del sogno.

Stiamo sognando anche quando semplicemente ci distraiamo o progettiamo mentalmente qualcosa.

Entriamo così nel mondo immaginativo in cui il sogno, il mito e la fiaba sono in grado di essere non solo materiale fantastico, ma spunto di riflessione cosciente sull’anima, sul mondo e sul senso più concreto delle cose.

Introduzione

In un'epoca in cui lo schiaffo della "realtà" sembra così sonoro sulla tenera guancia dei sogni, che cosa può motivarci ancora ad occuparci dei sogni?

In realtà dei sogni ci si occupa fin troppo.

A ben guardare, quella realtà che ci schiaffeggia ogni giorno viene plasmata abilmente per assomigliare ad un sogno.

Sembra che non si chieda altro!

Fammi sognare!

Che cosa sognano le persone che, giorno per giorno, scelgono una birra pensando a una donna bionda?

Comprensibilmente hanno un bisogno profondo di immagini patinate.

E perché no?! Che male c'è?

Le pagine che seguono, patinate o meno, vorrebbero costituire un'occasione di indagarne il motivo che, se muove così potentemente dall'interiorità di ciascuno, è sempre legittimo.

Credo che **indagare il mondo dei sogni**, in questo senso, possa costituire **l'aiuto più efficace per affrontare in modo cosciente lo schiaffo della realtà**.

Dobbiamo quotidianamente fronteggiare l'impatto di quella falange che, dall'epoca di Alessandro, non smette di chiamarci alla militanza. Al nostro dovere di vigili abitanti di una *polis*.

La piazza virtuale in cui speriamo di continuare ad incontrarci.

*Lo schiaffo
della realtà*

1. La cattedrale e il cementificio

Credo che l'idea di un laboratorio sui sogni sia nata in una conversazione primaverile con Marco Mottana. Sul terrazzo del Crotto Rosa, ad Erba. Ci si affaccia sul panorama lombardo. A me quel paesaggio di notte appare sempre una sorta di presepe. Guardandolo di giorno, il presepe svanisce e due elementi chiamano lo sguardo.

Sì, perché il mondo chiama lo sguardo, ve ne siete mai accorti?

Le cose chiedono di essere guardate.

Guardando il paesaggio, quel giorno, fummo richiamati da due sguardi: la cattedrale romanica, ben integrata nel centro di Erba, e un cementificio che da lontano saluta e dispensa benedizioni a larghe braccia.

La cattedrale, incastonata come un gioiello, ci chiama come ci chiama un bel volto in mezzo alla folla. Non ha bisogno di farsi notare. È lì e non si può non notarla.

Il cementificio è una sorta di gigantografia. Sembra voler aspirare lui al ruolo di cattedrale. E forse, a suo modo, è davvero una cattedrale. La cattedrale di una fede che negli ultimi secoli ha trasformato il paesaggio. Facile apprezzare una e disprezzare l'altra. O viceversa, non cambia.

Il fatto è che **lo sguardo deve accogliere l'una e l'altra**. Per questo è necessario interrogare l'una e l'altra.

Questo colloquio, lo capiamo bene, può avvenire solo nel mondo dei sogni. Occorre entrare nel mondo dei sogni per capire perché ciascun uomo fa le sue scelte, anche le più concrete. Che cosa significa scegliere una casa o un'automobile o un vestito con determinate caratteristiche.

Forse siamo eccessivamente convinti di essere realistici. Anche a condizione di accettare questa convinzione, ogni realismo si costruisce a suo modo. Se oggi

pensiamo a ciò che è reale, facilmente pensiamo a qualcosa che poggi con i piedi per terra.

I cosiddetti popoli primitivi chiamati ad indicare che cosa fosse reale, indicavano il cielo, non la terra! Quei popoli che, quando riescono a sopravvivere, sono oggetto di studio di etnologi ed antropologi, quei popoli che ci appaiono così *rudimentali e incivili!*

2. Verso un'intelligenza immaginativa

Occuparsi del mondo dei sogni allora significa cercare di decifrare il mondo immaginativo.

Che cosa ciascuno immagini compiendo una certa azione è spesso più importante dell'azione stessa. Ce ne rendiamo conto molto facilmente quando non ci capiamo. E sicuramente, giorno per giorno, ci capiamo sempre di meno. "Ma io intendevo questo...!"

Per questo è utile fare un passo indietro e **chiederci quale supplemento immaginativo aggiungiamo alle cose.**

La cattedrale romanica è espressione di un sentimento religioso, è solo un'interessante opera architettonica del passato, esteticamente pregevole, o ci urta perché ci ricorda lo strapotere della Chiesa in Italia? Il cementificio è solo un obbrobrio che deturpa il paesaggio e inquina l'ambiente o è la fucina in cui si plasma la sostanza di cui sono fatte le nostre abitazioni? Sembra che il sogno più comune, l'ambizione di tutti, sia quello di comprarsi una casa. Sempre più bella, grande, confortevole. Ma il cementificio è anche il luogo in cui qualche generazione di operai si è guadagnata la vita. Impossibile pensare che non ci resti depositato un valore.

L'archeologia industriale spesso è commovente.

Io ho sempre sognato di fondare, in uno di quegli edifici, **una scuola per adulti, un centro culturale per il tempo libero.** Sarebbe un giusto compimento.

Interpretare i sogni, decifrare l'intelligenza immaginativa non significa solo avvinghiarsi alle astruserie e alle contraddizioni dell'inconscio.

L'intelligenza immaginativa è una funzione splendente e solare che, oggi più che mai, chiede di essere esercitata per rendere sopportabile una vita sicuramente non facile.

3. La falange freudiana

La Psicanalisi ha avuto l'indubbia funzione di permettere al sogno di entrare a pieno diritto nelle scienze umane nella giunzione critica tra l'800 e il '900. Lasciandosi alle spalle l'ipnosi, ha offerto a tutti noi la possibilità di concepire la vita immaginativa di ciascuno.

Un libro di storia di quelli in voga in altri tempi (molti disegni, pochi concetti semplificati), mi ha lasciato un'immagine suggestiva di Alessandro Magno. Il fondatore, se vogliamo, della civiltà occidentale. L'immagine rappresentava la testa di due eserciti che si fronteggiavano.

Gli orientali, gli antichi, sconfitti da Alessandro, mettevano in testa i Sacerdoti, i dirigenti spirituali. Tra essi avevano un posto d'onore gli interpreti dei sogni.

L'esercito di Alessandro ha sbaraccato i suoi antagonisti grazie alla cosiddetta falange macedone. Mandava avanti la fanteria pesante. Altro che sacerdoti e divinatori! Trovata che verrà perfezionata con la vera e propria macchina metallica della testuggine romana.

Benvenuti nell'età del ferro!

Tutto questo per dire che l'interpretazione dei sogni, nella nostra cultura, nasce già in esilio. Sbaraccata dalla pesantezza metallica della fanteria.

Non mancano i cultori dell'arte di interpretare i sogni, ma per un incontro più significativo dovremo attendere non pochi secoli. Saranno i simbolisti prima e i surrealisti poi a lasciare che il sogno bussi alle porte della percezione. Alla coscienza. Quella seria.

Infine il ruolo di Alessandro che, con la falange ha sbaraccato l'esercito nemico, invertendo le posizioni, ce l'avrà Freud, con l'invenzione della psicanalisi.

Chi di spada colpisce, di spada perisce!

Sigmund Freud, neurologo viennese, si reca per un master (come diremmo oggi) a Parigi alla Salpêtrière. Era andato a studiare l'ipnosi presso il famoso Prof. Charcot. Luminare salottiero alle cui lezioni arrivavano anche signore in pelliccia. Al ritorno da Parigi, fece un uso limitato dei suoi apprendimenti. Se ne rese conto subito.

Ciascuno è capacissimo di ipnotizzarsi da solo. Basta lasciarlo parlare.

Attività che, come sappiamo, nei secoli precedenti non era facile da esercitare. Non si lasciava parlare nessuno. Per parlare occorreva competenza. Le competenze andavano riconosciute e attestate. Nel Medioevo avevano inventato le Università proprio per amministrare tali autorizzazioni.

Oggi tutti possono parlare di tutto e il diritto ad essere ascoltati è ritenuto sacrosanto.

Ma, tornando al Dott. Freud, lui lo capì immediatamente: lasciamo le persone parlare liberamente! Si ipnotizzano da sole! Entrano spontaneamente in uno stato sognante. Lo vediamo ancora nella vita di tutti i giorni, no?! Se poi ci si accomoda sul divano, se si accende la televisione...

Probabilmente non siamo abbastanza coscienti di quale possibilità si abbia di divagare senza che nessun arbitro o censore ci fischi un fallo. La presunta debolezza del pensiero nella nostra epoca nasce forse da qui!

Credo che di questo si debba ringraziare la falange freudiana. Ha legittimato il procedere per libera associazione verbale, anche quando sarebbe preferibile seguire un filo logico ed esprimere argomentazioni in modo più ordinato. Spesso è davvero difficile capire di cosa si stia realmente parlando. Chi ha conosciuto bene persone di generazioni precedenti, se ne può render conto.

Così Freud rimandò al mittente i ferri vecchi di Charcot e la sua ipnosi salottiera. **Concepì la sua *talking-cure* (curar-parlando) che, con la libera associazione verbale, aprisse il discorso alla dimensione onirica.**

Dei sogni veri e propri poi diventò uno specialista, ma a modo suo.

Certo, grazie alla sua falange il modo dei sogni era completamente penetrato a buon diritto nella più seria cultura europea.

4. Associazioni. Libere e indecenti

Scivolando il discorso sul filo della libera associazione, sul filo dei desideri e della fantasticheria, il mondo dei sogni irrompe in modo più diretto nei nostri discorsi.

Nella Vienna del primo 900 erano molte le cose da non dirsi. Oggi può dirsi quasi tutto. Non solo, si chiede anche alla realtà di essere più aderente al mondo dei sogni. Questa almeno la sfida a cui siamo sottoposti.

L'astuzia freudiana dell'associazione libera, la richiesta indecente di raccontar qualunque cosa ci venga in mente, vale a legittimare l'irruzione del mondo dei sogni nella ragione umana. Penetrando nel mondo dei sogni, dei desideri nascosti, lo zio Sigmund aveva trovato che alcuni sintomi neurologicamente inspiegabili si risolvevano "magicamente". Le associazioni libere e indecenti una volta portate alla coscienza, sembravano risolvere i sintomi inspiegabili delle cosiddette "isteriche".

Non sono il solo a insinuare che forse la psicanalisi siano state loro ad inventarla. Sicuramente furono le Muse dei grandi pionieri che, come sappiamo, ne subirono il fascino. Forse, Sirene. Non solo Muse!

Era come se nel mondo dei sogni si fosse trovato materiale di sutura per i buchi, per le carie della vita cosciente, se mi passate la metafora odontotecnica.

Succedeva sicuramente qualcosa che non ha ancora smesso di succedere. Dobbiamo però fare qualche precisazione, per vederci più chiaro.

Ho per tutti noi un paio di cattive notizie. Ne ho anche di buone, però.

Cominciamo con le cattive!

- Come la critica ha trovato da tempo, **nessuno dei famosi casi clinici narrati da Freud è mai realmente "guarito"**. Gli addetti ai lavori con un

po' di onestà intellettuale lo sanno benissimo. Mi pare che sia proprio James Hillman, con la sua memorabile intervista (Cento anni di psicanalisi e il mondo va sempre peggio), a ricordarcelo. A suo dire, i tribunali americani non attribuiscono più valore alle perizie degli psicanalisti quali prove attendibili!

- Ho scritto “guarito” con virgolette perché la seconda cattiva notizia è che **nemmeno noi guariremo mai**. Almeno non come molti potrebbero immaginare. Jung arriva a concludere che possiamo **curare (altri) con le nostre ferite** e, considerando il significato dell'analisi didattica per la formazione degli analisti, mi pare che l'espressione sia la più felice e conclusiva.
- Il mondo e la nostra anima ci appaiono sempre più tormentati, dolenti e questa sembra essere la sfida dell'epoca post-moderna. Un'epoca in cui l'inconscio, la complessità del reale, non riprende più le forme di una semplicità che forse esiste solo nella nostalgia...!

Se riusciamo a digerire queste cattive, però, ce ne attendono diverse buone.

- In positivo, possiamo considerare che l'inconscio immaginato dai primi psicanalisti, quel mondo degli orrori, quella parte oscura in cui finiscono i contenuti rimossi non è necessariamente una minaccia. **Da lì viene anche la luminosità dei sogni.**
- Quel luogo chiamato inconscio è anche una grande parte della natura umana e non trama necessariamente contro di noi. Ce la sentiamo contro solo se non vogliamo evolverci. Se ci attacchiamo a qualche immagine preconcepita e non verificata della salute e del benessere. Diversamente è **il grande serbatoio cui possiamo attingere energia per trasformarci insieme al mondo**, insieme agli altri, in una visione più aperta del senso della nostra biografia.
- Infine, la notizia più importante, sconvolgente, ma anche consolante. **Possiamo concludere che nel mondo del sogno non viviamo solo di notte.** È un mondo in cui scivoliamo ogni volta che ci distraiamo pensando a qualcosa di diverso da ciò che percepiamo o che ci

ripromettiamo di pensare. Ogni volta che ci distraiamo da una lettura o da un ascolto, stiamo già sognando. Quindi questa ricchezza, pur difficile da gestire, la portiamo sempre con noi.

Non mi paiono cose da poco!

5. Non sogniamo solo di notte

Sotto questa spinta, aperto il varco nella nostra coscienza, ci rendiamo conto che, come anche i simbolisti, i surrealisti, le avanguardie culturali in genere tendevano a mostrare, il mondo del sogno non è relegato al tempo del sonno.

Mentre dormiamo la coscienza di veglia è ai minimi termini e, rendendoci conto di aver visto e sentito qualcosa, ce ne stupiamo e concludiamo di aver sognato.

Ma, se guardiamo la cosa più da vicino, ci rendiamo conto che **ogni volta che ci distraiamo o pensiamo a qualcos'altro mentre siamo intenti a compiere altro, anche in quel caso scivoliamo nel mondo dei sogni.**

Su questa capacità sognante, che potremmo anche definire intelligenza immaginativa, su questa facoltà onirica, poggia niente di meno che... la possibilità di parlare una lingua!

Capire ed essere capiti quando recitiamo quelle quattro modeste lettere (segni tracciati sulla carta o danzati nella laringe) per indicare casa nostra.

C-A-S-A!

Ma L'immagine della casa che si accende nella nostra mente è qualcosa che ha la consistenza del sogno! Per questo è importante esercitare, affinare, allenare questa capacità immaginativa.

Non per sognare ad occhi aperti, non per fuggire da una realtà scomoda o dolorosa, ma solo per comprenderla meglio. Per essere più efficaci nell'azione.

Personalmente mi sono rassegnato al fatto che, **in epoca post-moderna, ognuno abbia diritto a capire quello che vuole.**

Sì, che ognuno capisca ciò che vuole! Facciamo la pace con questo dato che comunque non cambia! Per me è molto importante ribadirlo.

Posso impedire che di ciò che ho scritto ciascuno capisca ciò che vuole?!

A volte è perfino divertente, se molliamo la presa.

Proviamo, almeno, a dotarci di strumenti di ascolto. Proviamo però ad ascoltare in un modo diverso.

Per ora ci riproponiamo, per allenarci, per fare un po' di palestra, di leggere insieme delle fiabe. In fondo questa conversazione è nata proprio come introduzione ai miei laboratori *Sogno/Mito/Fiaba*.

Anche la fiaba è fatta della sostanza del sogno e, quando se ne parla, ognuno la sogna a modo suo.

Per questo è meglio provare a parlarne, senza presumere che qualcuno abbia una chiave definitiva. Tantomeno quella della psicanalisi che, come ho cercato di mostrare, ha fallito il suo scopo e, mi si passi l'espressione, ha fatto saltare il banco.

Ora più che mai non siamo mai completamente desti. Non riusciamo ad espellere i sogni dalla percezione della nostra realtà.

Forse non dobbiamo nemmeno farlo.

È facile allora, per me, scivolare nel ricordo di una delle pagine più antiche, radicali, fondanti di tutta la nostra antropologia.

Nelle Upanishad yogiche, alle radici della nostra identità europea (indiana), abita l'idea sublime che **l'uomo viva simultaneamente immerso in tre stati di coscienza. Quello della veglia, quello del sogno, quello del sonno profondo.**

Come dire che in ognuno di noi, in ogni attimo della vita, qualcosa sia sveglio, qualcosa stia sognando, qualcosa giaccia in stato di sonno profondo.

Per quanto si sia svegli, qualcosa non smette di dormire, per quanto si dorma non cessa una forma di percezione più o meno cosciente. Grazie a questa percezione ricordiamo i sogni notturni. E questi ci stupiscono.

Pensiamo che col sonno la coscienza sia spenta, mentre non riconosciamo quanti sogni ad occhi aperti costeggino la nostra esperienza.

Conclusioni.

Ci sveglieremo al momento giusto

In conclusione potremmo dire che la psicanalisi ha potentemente ampliato le possibilità di coscienza dell'uomo europeo.

Da un terzo, siamo passati a due terzi, ma resta il nocciolo dell'ultimo terzo. Quello del sonno profondo.

Mi ha sempre colpito l'affermazione sconvolgente degli antichi Rishi: nel momento della nostra nascita si addormenta qualcosa che si sveglierebbe solo nel momento della morte...

Non c'è fretta quindi, ci sveglieremo al momento giusto.

Ora possiamo ascoltare ancora qualche storia, qualche fiaba, qualche frammento di sogno che qualcuno abbia voglia di condividere con noi nel nostro laboratorio.

Soprattutto abbiam voglia di stare ancora insieme e raccontarci altre storie.

About the Author

Francesco Pazienza



FrancescoPazienza.it



[Facebook Fan Page](#)



[Seguimi su Twitter](#)



[Il mio profilo professionale su LinkedIn](#)

Francesco Pazienza è psicanalista a Milano dal 1980. Dopo il divano psicanalitico ha proseguito la sua formazione sui cuscini di meditazione e sui tavoli di scrittura.

Come formatore propone tavoli di [scrittura creativa](#) all'insegna de "L'albero delle parole".

Svolge attività di formatore e conferenziere sui temi dell'educazione degli adolescenti, del lavoro biografico e mito-biografico degli adulti.

Ha insegnato 10 anni Storia delle religioni e Filosofia nei licei steineriani a Milano e a Lugano.

Negli anni '80 ha riconosciuto nell'esercizio dello Yoga e della meditazione buddista ciò che definisce la "[psico-NON-analisi](#)". È stato allievo di Lama Thubten Yeshe, Corrado Pensa, Christopher Titmuss e tra gli organizzatori dei primi ritiri in Italia di Thich Nhat Hanh.

È attualmente membro della Società per l'Analisi Biografica a orientamento Filosofico creata su impulso di Romano Madera.