

16 dicembre 2018

## Il Sole 24 Ore Religione e società

---

ABITARE LE PAROLE / SOGNO

### Un «somnus» pieno di speranze

Dal latino somnium, derivato da somnus (sonno), il sogno, in senso stretto, è un fenomeno psichico legato al sonno, caratterizzato dalla sospensione totale o parziale della coscienza e della volontà. Fisiologicamente il sogno è legato alla fase REM (Rapid Eyes Movement) ed è caratterizzato dalla percezione di immagini e suoni riconosciuti come apparentemente reali dal soggetto sognante. Pur attingendo a fatti accaduti, il sogno maschera e deforma, si nutre di emozioni vissute o desiderate, di immagini e metafore, di simboli e pensieri. Senza confini, senza limiti di tempo, senza contorni definiti. E, proprio perché caratterizzati da tempi e spazi dilatati o fortemente contratti rispetto ai tempi e agli spazi del reale, i sogni possono essere insieme luogo del fascino o spazio della paura; sempre comunque orizzonte nel quale la storia personale del sognatore si snoda tra emozioni e delusioni, desideri nascosti e possibilità reali, riuscendo talvolta a rimettere in moto sentimenti congelati e relazioni interrotte.

Il fatto di ricordare, come sembra, solo i sogni in atto nel momento in cui ci svegliamo e non gli altri, è come se, aprendo gli occhi, riuscissimo a sorprenderli mentre essi preferirebbero restare lontani dai limiti imposti dai tempi e dagli spazi del reale. Ma, come scrive Alberto Moravia: «C'è nei sogni, specialmente in quelli generosi, una qualità impulsiva e compromettente che spesso travolge anche coloro che vorrebbero mantenerli confinati nel limbo innocuo della più inerte fantasia».

I sogni vanno custoditi. Soprattutto se condivisi, essi possono trasformare il più innocuo sognatore in motore di progetti straordinari e di azioni rivoluzionarie. Per il suo non coincidere del tutto con la realtà fattuale e per il carattere paradossale delle sue creazioni, il sogno permette al cuore e alla volontà di affacciarsi su orizzonti impensati ma non per questo impossibili. E questo ci impegna. Tanto da far dire a G. Scafoglio: «Ho solo due ricchezze, il bene di chi mi ama e i miei sogni. Ho poche regole, la più importante è: accarezzare i miei sogni come se fossero reali e tenerli per mano mentre attraverso le strade strette e piovose della mia vita. Sì, credimi, i sogni sono veri fino a quando non li abbandoni».

Il sogno - definito da Jung, naturale, non intenzionale, non spiegabile, non legato ad alcuna volontà - è incoerente, riunisce senza esitazione le più grosse contraddizioni, ammette cose impossibili, trascura le nostre cognizioni, così importanti durante il giorno. Per questo ci fa apparire eticamente e moralmente ottusi, come ritiene Freud. Ciò non autorizza però a considerare il sogno una scappatoia. Nella nostra esistenza talvolta grigia, monotona, faticosa, i sogni sono una fonte di speranza e una riserva di energie, un modo per preparare altri orizzonti, altra vita, altro colore. «Se ci chiudono la porta dei sogni, siamo già morti» (R. Benigni).

Mons. Nunzio Galantino