

Che cosa sono i sogni? C'è chi li riduce a semplice spazzatura: di notte il cervello fa pulizia.

Per me sono la materia prima, come la pietra per lo scultore. Ci aiutano, ci interrogano con verità scomode che non vogliamo conoscere, ci ingannano, ci sembrano oracoli, illuminano zone oscure. Qualunque sia l'interpretazione, sempre riduttiva, sono una presenza che vive in noi e ci fa crescere.

Esistono sogni soltanto femminili?

Ci sono sogni comuni, spesso legati all'identità e alla perdita. Mentre noi cerchiamo di tenere tutto sotto controllo, la nostra controparte inconscia insinua il dubbio. In questi sogni di donne ci sono maschere, abiti da mettere e da togliere, strati di vestiti sovrapposti, borsette perdute, case che conosciamo nelle quali si aprono all'improvviso nuove stanze, cioè risorse nuove, delle quali non sospettavamo l'esistenza. E acqua. Limpida, torbida. Pozzanghere, fiumi, lago. L'acqua (non il mare, che è anche maschile) è il più femminile dei sogni, primordiale. Ma ciascuna di noi ha un suo vocabolario, in un suo linguaggio simbolico.

Facciamo l'esempio di un sogno frequente: andare in un posto affollato, posare la borsa, perderla di vista e non trovarla più.

Sì, questo ha a che fare con l'identità. Ciò che perdiamo (o abbiamo paura di perdere) è la nostra femminilità più profonda. Ma ogni dettaglio è denso di significato, ci dice qualcosa in più. Quale borsa? Ci è stata regalata da una persona importante? L'abbiamo comprata? La portiamo spesso? Se non la troviamo più durante una festa, una cena, in mezzo alla gente, ci stiamo disperdendo nelle relazioni e non teniamo conto dei nostri bisogni più veri.

Ci sono sogni "antichi" e "moderni"?

Anche se alcuni temi sono assoluti, senza tempo, il sogno è frutto degli stimoli che ogni epoca offre, nel bene e nel male. Durante le guerre vengono fuori sogni collettivi. In questo momento di ansia, di paura per la ferocia del terrorismo (penso agli uomini decapitati dall'Isis), c'è una sofferenza psichica molto forte, uno smarrimento, una perdita di speranza. Le donne, il cui mondo onirico è straordinariamente ricco e complesso, assorbono tutto questo, lo traducono in sogni. Le emozioni individuali si sommano a quelle collettive.

«In questi sogni di donne ci sono maschere, abiti da mettere e da togliere, borsette perdute, case familiari nelle quali si aprono all'improvviso nuove stanze, cioè risorse nuove»

In libreria

I sogni delle donne, della psicoanalista junghiana Lella Ravasi Bellocchio. È pubblicato da Utet (pp. 369, € 15; la versione ebook è compresa nel prezzo fino al 30 giugno; per tutte le informazioni consultare il sito www.utetlibri.it).

Lella
Ravasi
Bellocchio
**sogni
delle
DONNE**

UTET

Ci sono elementi che oggi emergono di più?

Il rapporto con il corpo e il cibo, l'anoressia. In uno dei casi che ho raccolto, Federica sale sull'autobus tenendo in mano un cucchiaino di sugo d'arrosto. Lo versa addosso a una donna, ma non la macchia e il cucchiaino resta pieno. È un'ex anoressica. Ricapitola nel sogno il "sugo" della sua storia. Sta ritrovando il gusto, la bussola della sua esistenza e deve rischiare sull'autobus affollato della vita. In un altro sogno, Annina pedala faticosamente, in gara con altri ciclisti che la superano, tutti uomini. Resta ultima e si chiede: perché mai una deve iscriversi al Giro d'Italia? Ecco un tema del nostro tempo, la competizione con i maschi che ci sembra inevitabile, specialmente nel lavoro. L'inconscio suggerisce: ma chi l'ha detto?

Perché l'idea della perdita (di un amore, di una persona cara) è così presente?

Perché è fonte di emozioni potentissime. Se non si lavora sulle emozioni, la ferita non si chiude. Racconto, tra gli altri, i tre sogni di una donna che ha abortito due volte e si porta dietro l'ombra dei figli non nati. Due feti nella spazzatura. Un ginecologo che fruga dentro di lei, la sensazione di uno strappo. Il ritrovamento di uno scrigno pieno di gioielli e la scoperta che sono falsi. Il dolore dell'aborto non è stato metabolizzato, è rimasto irrisolto, si è solidificato. Bisogna accettare la perdita come trasformazione, non negarla. Certe volte crediamo di essere migliori perché soffochiamo la sofferenza, rifiutiamo di esprimerla, ma poi arrivano i sogni del disorientamento: non ricordo dove ho parcheggiato l'auto, oppure l'auto non risponde ai comandi e si schianta. Non trovo le chiavi di casa. È la fragilità dell'io che dobbiamo riconoscere.

Che cosa possiamo imparare dai sogni?

Moltissimo. Invito a scriverli, la mattina, prima che svaniscano. A riflettere sul loro significato. Non è detto che un sogno "buono" corrisponda a un momento felice. Al contrario, potrebbe essere compensatorio. E accade che in un periodo senza problemi arrivino incubi tremendi, affiorino timori che abbiamo cacciato in fondo. Memoria, presagi, intuizioni, mondi segreti. C'è una così grande ricchezza dentro le nostre notti se solo facciamo silenzio! 

GIOIA!

NUOVO
€1

Madonna
contro tutti

**Will
SMITH**
Il segreto
del mio
matrimonio

Inchiesta
Le SPOSE
BAMBINE
in partenza
dall'ITALIA

**TENDENZA
UNISEX**

Beauty
35 domande
sui profumi

Speciale 8 marzo
GIRL POWER
LA PARITÀ
S'IMPARA
DA PICCOLE

Viaggi
TOKYO low cost

Inconscio
Cosa sognano
le donne

ARIA DI moda
PRIMAVERA
CAMBIA STAGIONE, CAMBIA LOOK!

DANZAterapia
Per il corpo e
per la psiche

N°9 14/3/2015 SETTIMANALE
GIOIA! €1,80 GIOIA! €1,00

