

Il racconto dei lettori

I sogni nelle notti del virus

di **Vittorio Lingiardi**

Era un'impresa doppiamente rischiosa, nella domanda e nella risposta. I nostri lettori avrebbero accolto l'invito a raccontarci cosa hanno sognato in quarantena? Saremmo riusciti, a partire dai loro testi, a costruire un racconto onirico della comunità?

● *alle pagine 20 e 21*

E

ra un'impresa doppiamente rischiosa, nella domanda e nella risposta. I nostri lettori avrebbero accolto l'invito a raccontarci cosa

hanno sognato in questi mesi di quarantena? Saremmo riusciti, a partire dai loro testi, a costruire un racconto onirico della comunità, ricercando temi comuni e mettendo alla prova l'idea che l'inconscio è un laboratorio individuale ma anche collettivo, dove abita l'irripetibile storia di ciascuno ma respirano gli eventi che attraversano il mondo? Il secondo rischio era vestire i panni dell'oracolo cialtrone, atteggiarsi a negromante psicoanalitico, interpretare in pubblico il mondo privato del sogno, impercorribile al di fuori di un contesto clinico fecondato dalle associazioni del sognatore. Non solo: i sogni sono per definizione ambigui e nessuno ha ancora capito la sostanza di cui sono fatti. Io li considero officine immaginali che al tempo stesso ci sfuggono e ci sostengono, seminando, nei campi di Psiche, storie che ci accompagnano per un giorno o tutta la vita. Non c'è forse bisogno di un lavoro notturno per elaborare il trauma collettivo che stiamo vivendo in questi mesi? La grande partecipazione dei nostri sognatori, che ringraziamo per i più di 130 sogni che hanno inviato, indica che questa narrazione onirica abbiamo voglia e bisogno di farla. Ma non è solo il bisogno della condivisione. Come i clinici sanno, la dimensione post-traumatica accende neurologicamente il mondo onirico (lo dimostrano gli studi sui sogni dei newyorkesi dopo l'attacco alle torri gemelle). Dunque im-

I sogni della quarantena

Frammenti d'infanzia, incubo tsunami, animali spaventosi
Così il nostro inconscio svela la sofferenza dell'isolamento

di Vittorio Lingiardi

mergiamoci in questa generosità onirica. Per motivi di spazio non posso riportare qui i brani dei sogni che ho scelto: un mio commento più esteso lo trovate sul sito di Repubblica. Elemento ricorrente è l'acqua, in forma d'inondazione o tsunami. Anche se per Eraclito "la morte per le anime è divenire acqua", nei sogni l'acqua compare in modi infiniti e inclassificabili di vita e di morte. Ma qui lo tsunami è lo spavento di fronte all'evento tra-

matico, il residuo psichico sovrachiantante che lo psicoanalista americano Bromberg definisce "l'ombra dello tsunami". Per tutti, il sogno di una lettrice: «Un balcone affacciato su un mare placido. Improvvisamente noto un'espressione di terrore sul volto di una signora. Il mare si sta ritirando. Attimi di panico. Un lampo nel cervello: è uno tsunami!». Altro tema molto presente è quello della contaminazione, accompagnata da angoscia ma an-

che dalla capacità di fronteggiare la minaccia o superare in modo brillante lo spavento. Un contagio portato dagli animali, ma anche da oggetti o persone. Due esempi: «Un topo-pipistrello bianco vola verso il frigo in cerca di cibo»; «Una penna di inchiostro mi scoppia sul viso creando macchie indelebili nonostante i ripetuti lavaggi con acqua e sapone». Un altro grande tema è la separazione: come isolamento, incomprensione, distanza

fisica o affettiva. «Un amico mi saluta con un bacio sulla guancia! Sono infastidita e preoccupata, mi allontano chiedendomi: ma non ha capito che bisogna mantenere la distanza di sicurezza!?» Altri sogni parlano di convivenza. Quella domestica, naturalmente, ma anche quella sociale, trasgressioni e punizioni comprese: «Arrivano due camionette della polizia per multare tutta la gente che sta violando le leggi sul distanziamento sociale». Ci sono i sogni di conforto, la presenza di un rifugio, la casa dell'infanzia, la memoria, la natura nella sua clemenza. «Sono in riva al mare, sento il vento sul viso... i miei genitori (in realtà morti) sono in buona salute e più giovani». C'è un passato che ritorna, a volte come incubo, qui come carezza. E questo mi fa pensare a un sentimento che avverto nell'aria, in parole pronunciate con pudore: una specie di "nostalgia della quarantena", la regressione, per alcuni creativa, nella vita sospesa. Molti sogni "mettono in scena" la pandemia, con immagini archetipiche di pestilenza come teatro di morte e apocalisse. «Cammino in mezzo a una mandria di mucche morte, bianche, una sopra l'altra, altre sono vive, marroni, e mi guardano». Ma ciò che più mi ha sorpreso, che non mi aspettavo, è la frequenza dei sogni di maternità. A pensarci bene dovevo invece aspettarmelo: non è tanto più forte, nei momenti mortiferi, il desiderio di vita? Sogni di donne sorprese dalla gravidanza, preoccupate, protettive, selvatiche. Voglio pensare questi sogni come epifanie di attesa e rinascita, doni dell'inconscio femminile che della vita e della morte conosce il segreto molto più degli uomini.

▲ Il dipinto
"Sopra la città"
di Marc Chagall (1918)

Abbiamo chiesto ai lettori di raccontarci quali sono stati i loro sogni in questo periodo di isolamento

Tutte le visioni notturne saranno pubblicate ogni giorno sul sito di Repubblica

Primo piano *L'Italia che resiste*



“ Non c'è forse bisogno di un lavoro notturno per elaborare il trauma collettivo che stiamo vivendo in questi mesi? ”
 Vittorio Lingiardi, psichiatra e psicoanalista

Le mail dei lettori

Tempeste, contagio e tanti carrelli

Le onde alte 30 metri che non facevano paura

MARIA STELLA

Ieri notte ho sognato che entravo in una piscina con amici e mi ritrovavo al mare, in tempesta. Davanti a me e un poco sopra, c'era un'onda altissima di 30 metri credo e stretta come un muro. Ricordo di aver pensato: "ma a me il mare piace". Prima che quel muro d'acqua si infrangesse addosso a me, mi sono svegliata per la sveglia non la passava. Era un sacco di tempo che non sognavo il mare.

Le macchie d'inchiostro indelebili sul viso

CAMILLA RAGAZZI

Ho sognato ripetutamente nell'ultimo periodo che una penna di inchiostro scoppiasse sul mio viso. Lo scoppio dell'inchiostro crea delle macchie sulla faccia e sui denti indelebili. Nel sogno ero disperata. Non vanno via, nonostante ripetuti lavaggi con acqua e sapone.

La palafitta nel bosco e l'ospite perduto

PAOLO ARTONI

Ero fuori casa, su un terrazzo. La casa è simile a una palafitta di legno e sotto ha un bosco di faggi che degrada verso il basso. È inverno, quindi si può vedere lontano tra la boscaglia per l'assenza delle foglie. Io sulla terrazza mi abbraccio e urlo perché deve arrivare una persona, che però non riesco a vedere e so essere in mezzo al bosco. Vado avanti a urlare per un poco per farmi sentire, poi scendo e lo vado a cercare nel bosco, già sapendo di trovarlo e del percorso da fare per arrivarci.

Pedalando in bici a fari spenti in autostrada

ALBERTO IANES

Ho sognato che entravo di notte in bici in autostrada per fare un viaggio lungo. Nessuno mi aveva obbligato, non so nemmeno perché lo facessi. Ma lo ero abbastanza preoccupato, non avevo nemmeno i fari. Mi sembrava di andare incontro a morte certa. Mi ricordo che l'addetto al casello in autostrada non era particolarmente preoccupato e la cosa mi lasciava un poco perplesso.

Intrappolata sotto terra in una villa sul mare

EMILIA SPONGIELLO

Ho 28 anni e vivo a Roma, sto affrontando il lockdown da sola poiché non abito più con la mia famiglia. In questo periodo di quarantena sogno spesso di essere intrappolata: in un cubicolo sotterraneo, in una villa isolata sul mare, in un rapporto. Durante il sogno, la maggior parte delle volte provo frustrazione o angoscia, anche se è raro che la

sensazione mi rimanga così nitida anche al risveglio. Insieme a me, i protagonisti dei sogni sono la mia famiglia, il mio ex compagno, e talvolta anche degli animali. Sogno gatti e colombe.

Mi appare spesso il Papa ma non mi dice nulla

CLAUDIANA CORDEIRO

Sogno spesso la nostra santità Papa Francesco, vestito di bianco ma non mi dice nulla quando lo vedo. Altre volte faccio sogni strani in cui mi ritrovo ai tempi in cui ero bambina. A volte sogno di essere chiusa in una casa con delle persone che mi vogliono prendere e portare via con la forza. È tutto molto strano.

Sono steso sul letto e mi bloccano le mani

ANDREA BACCINI

Nei giorni della quarantena faccio un sogno ricorrente: mentre sono disteso a letto a faccia in su due mani mi cingono gli avambracci. Non mi fanno muovere nonostante lo cerco di usare tutta la forza che ho per sfuggire alla loro presa.

Il timore del contagio e del tradimento

AURORA VALLETTA

Sogno spesso di dover "proteggere" i miei familiari o amici da assembramenti e dall'avvicinarsi delle persone. A volte non sono prudenti. È come se dovessi costantemente ricordare loro la situazione e vengo presa in giro per questo. Sogno anche di essere lasciata, tradita o presa in giro dal mio fidanzato. Al momento non è con me, a causa del lockdown. Affrontiamo la quarantena in case diverse.

Sembra un film d'azione e divento un robot

RITA MURGIA

In questo periodo ricordo molto bene e in modo netto i sogni che sono quasi dei film d'azione in cui sono protagonista. Ho sognato che ero un uomo e venivo inseguito e correndo sono volato giù da un palazzo e mi sono trasformata in un robot d'acciaio, come ironman. Poi ho iniziato a lanciare palle di fuoco per distruggere la terra. All'improvviso ero io sulla terra e osservavo ironman. Dopo averlo combattuto, lo distruggevo e ne ero compiaciuta.

Il lungo abbraccio con l'amica ritrovata

TERESA GAZZILLO

Nelle ultime settimane i miei sogni si fanno sempre più vivi. La scorsa notte ho sognato che andavo a fare colazione al bar con il mio compagno. Poco dopo però ero in macchina con mia mamma e incontravamo per caso una mia vecchia compagna di classe ed una mia cara amica che vive in Nuova Zelanda. Si chiama Sophie. E con Sophie ci siamo abbracciate per un sacco di tempo. Ero molto felice di rivederla.

Bloccato dai carrelli al supermercato

SERGIO GHIDONI

Ho sognato di andare a fare la spesa. Ma all'improvviso ero bloccato al super mercato da migliaia di carrelli, nessuna persona, solo carrelli. Ero prigioniero e avevo difficoltà di movimento. Per uscire dovevo scavalcare i carrelli entrarci dentro, schiacciando le provviste.

L'Italia che sogna

I racconti dei lettori

R Il virus ha cambiato le nostre giornate, le nostre notti e i nostri sogni. Per questo Repubblica ha scelto di lanciare sul sito l'iniziativa "Raccontateci i vostri sogni al tempo del coronavirus" coinvolgendo i lettori. Che hanno risposto con tante mail: racconti brevi, racconti lunghi, tante persone che li stanno raccogliendo. Lo psicoanalista Vittorio Lingiardi li ha letti per aiutarci a capire come sono cambiati. Da oggi sul sito di Repubblica troverete lo speciale "L'Italia che sogna", con una versione più lunga del pezzo di Lingiardi che leggete qui accanto, interventi di Marzano e Belpoliti. Nello speciale verranno pubblicati, giorno dopo giorno, i sogni dei lettori. Ci sarà anche un podcast con Lingiardi sul "Sogno dei sogni".

Il giorno 4 maggio 2020 si è chiuso il spazio della vita dell'imprenditore teatrale

Sebastiano Calabro'
 Produttore di tanti spettacoli di grande contenuto letterario e culturale. Resterà nella nostra memoria e di chi ti ha sempre stimato
 Angela e famiglia
 Roma, 7 maggio 2020

Fortunato Cocco, Giovanni Semicola, Pietro Leone, Rossana Boschi, Carla Ciancillo e Piergiorgio Maruzzo si stringono al carissimo amico Gianluca nel dolore per la perdita del

Papà
 Roma, 7 maggio 2020

07/05/2011 07/05/2020

Silvana Stanchi Carvelli
 Ci rattristiamo di averti perduta, ma ti ringraziamo di averti avuta.
 Nino, Mara, Daniela, Carlotta, Costanza
 Roma, 7 maggio 2020

Massimo Ghedini, Gabriele Comuzzo ed i colleghi della A. Marzoni & C. Spa, sono vicini con affetto a Luca Ubaldeschi, per la scomparsa della cara mamma

Iolanda
 Milano, 7 maggio 2020

07/05/2017 07/05/2020

Maddalena "Magda" Cima Di Puolo
 ARCHEOLOGA
 sempre con grande amore, ciao Belmitopo.
 Maurizio
 Roma, 7 maggio 2020

07/05/2019 07/05/2020

Pier Luigi Sernesi
 è un anno che ci hai lasciato e con l'amore di sempre ricordiamo il tuo spirito libero.
 Piergiorgio, Raffaella, Marzia
 Roma, 7 maggio 2020

Numero Verde
800.700.800

ACCETTAZIONE TELEFONICA NEGROLOGIE

la Repubblica

Il servizio è operativo TUTTI I GIORNI COMPRESI I FESTIVI DALLE 10 ALLE 19:30

PAGAMENTO TRAMITE CARTA DI CREDITO: VISA, MASTERCARD, CARTA SI



“ Non c'è forse bisogno di un lavoro notturno per elaborare il trauma collettivo che stiamo vivendo in questi mesi?

Vittorio Lingiardi, psichiatra e psicoanalista

Le mail dei lettori

Tempeste, contagio e tanti carrelli

Le onde alte 30 metri che non facevano paura

MARIA STELLA

Ieri notte ho sognato che entravo in una piscina con amici e mi ritrovavo al mare, in tempesta. Davanti a me e un poco sopra, c'era un'onda altissima di 30 metri credo e stretta come un muro. Ricordo di aver pensato: "ma a me il mare piace". Prima che quel muro d'acqua si infrangesse addosso a me, mi sono svegliata per la sveglia non la paura. Era un sacco di tempo che non sognavo il mare.

Le macchie d'inchiostro indelebili sul viso

CAMILLA RAGAZZI

Ho sognato ripetutamente nell'ultimo periodo che una penna di inchiostro scoppiasse sul mio viso. Lo scoppio dell'inchiostro crea delle macchie sulla faccia e sui denti indelebili. Nel sogno ero disperata. Non vanno via, nonostante ripetuti lavaggi con acqua e sapone

sensazione mi rimanga così nitida anche al risveglio. Insieme a me, i protagonisti dei sogni sono la mia famiglia, il mio ex compagno, e talvolta anche degli animali. Sogno gatti e colombe.

Mi appare spesso il Papa ma non mi dice nulla

CLAUDIANA CORDEIRO

Sogno spesso la nostra santità Papa Francesco, vestito di bianco ma non mi dice nulla quando lo vedo. Altre volte faccio sogni strani in cui mi ritrovo ai tempi in cui ero bambina. A volte sogno di essere chiusa in una casa con delle persone che mi vogliono prendere e portare via con la forza. È tutto molto strano.

Sono steso sul letto e mi bloccano le mani

ANDREA BACCINI

Nei giorni della quarantena faccio un sogno ricorrente: mentre sono disteso a letto a faccia in su due mani mi cingono gli avambracci. Non mi fanno muovere nonostante io cerco di usare tutta la forza che ho per sfuggire alla loro presa.

Il timore del contagio e del tradimento

AURORA VALLETTA

Sogno spesso di dover "proteggere" i miei familiari o amici da assembramenti e dall'avvicinarsi delle persone. A volte non sono prudenti. È come se dovessi costantemente ricordare loro la situazione e vengo presa in giro per questo. Sogno anche di essere lasciata, tradita o presa in giro dal mio fidanzato. Al momento non è con me, a causa del lockdown. Affrontiamo la quarantena in case diverse.



I racconti dei lettori

«Un amico mi saluta sulla guancia! Sono preoccupata, mi allontano: ma non ha capito di mantenere la distanza?». Altri sogni parlano di quella domestica, ma anche quella di pressioni e punizioni arrivano due camioncini in riva al mare, sento... i miei genitori (in questo periodo di isolamento sono in buona salute). C'è un passato che mi fa pensare come incubo, qui. E questo mi fa pensare che avverto parole pronunciate una specie di "nostalgia", la regressione creativa, nella vita sogni "mettono in scena, con immagini arcaiche come teatrali apocalisse. «Cammino a una mandria di bianche, una sopra l'altro vive, marroni, e...». Ma ciò che più mi aspettavo, dei sogni di maternità bene dovevo invece non è tanto più forti mortiferi, il desiderio di donne sorprese, preoccupate, profezie. Voglio pensare come epifanie di attese dell'inconscio della vita e della segreto molto più

▲ Il dipinto
"Sopra la città"
di Marc Chagall (1918)

Abbiamo chiesto ai lettori di raccontarci quali sono stati i loro sogni in questo periodo di isolamento

Tutte le visioni notturne saranno pubblicate ogni giorno sul sito di Repubblica

La palafitta nel bosco e l'ospite perduto

PAOLO ARTONI

Ero fuori casa, su un terrazzo. La casa è simile a una palafitta di legno e sotto ha un bosco di faggi che degrada verso il basso. È inverno, quindi si può vedere lontano tra la boscaglia per l'assenza delle foglie. Io sulla terrazza mi sbraccio e urlo perché deve arrivare una persona, che però non riesco a vedere e so essere in mezzo al bosco. Vado avanti a urlare per un poco per farmi sentire, poi scendo e lo vado a cercare nel bosco, già sapendo di trovarlo e del percorso da fare per arrivarci.

Pedalando in bici a fari spenti in autostrada

ALBERTO IANES

Ho sognato che entravo di notte in bici in autostrada per fare un viaggio lungo. Nessuno mi aveva obbligato, non so nemmeno perché lo facessi. Ma io ero abbastanza preoccupato, non avevo nemmeno i fari. Mi sembrava di andare incontro a morte certa. Mi ricordo che l'addetto al casello in autostrada non era particolarmente preoccupato e la cosa mi lasciava un poco perplesso.

Intrappolata sotto terra in una villa sul mare

EMILIA SPONSIELLO

Ho 28 anni e vivo a Roma, sto affrontando il lockdown da sola poiché non abito più con la mia famiglia. In questo periodo di quarantena sogno spesso di essere intrappolata: in un cubicolo sotterraneo, in una villa isolata sul mare, in un rapporto. Durante il sogno, la maggior parte delle volte provo frustrazione o angoscia, anche se è raro che la



ILLUSTRAZIONE DI FRANCESCA RIZZUTO

R Il virus ha cambiato le nostre giornate, le nostre notti e i nostri sogni. Per questo Repubblica ha scelto di lanciare sul sito l'iniziativa "Raccontateci i vostri sogni al tempo del coronavirus" coinvolgendo i lettori. Che hanno risposto con tante mail: racconti brevi, racconti lunghi, tante persone che li stanno raccogliendo. Lo psicoanalista Vittorio Lingiardi li ha letti per aiutarci a capire come sono cambiati. Da oggi sul sito di Repubblica troverete lo speciale "L'Italia che sogna", con una versione più lunga del pezzo di Lingiardi che leggete qui accanto, interventi di Marzano e Belpoliti. Nello speciale verranno pubblicati, giorno dopo giorno, i sogni dei lettori. Ci sarà anche un podcast con Lingiardi sul "Sogno dei sogni".

Sembra un film d'azione e divento un robot

RITA MURGIA

In questo periodo ricordo molto bene e in modo netto i sogni che sono quasi dei film d'azione in cui sono protagonista. Ho sognato che ero un uomo e venivo inseguito e correndo sono volato giù da un palazzo e mi sono trasformata in un robot d'acciaio, come Iron Man. Poi ho iniziato a lanciare palle di fuoco per distruggere la terra. All'improvviso ero io sulla terra e osservavo Iron Man. Dopo averlo combattuto, lo distruggevo e ne ero compiaciuta.

Il lungo abbraccio con l'amica ritrovata

TERESA GAZZILLO

Nelle ultime settimane i miei sogni si fanno sempre più vivi. La scorsa notte ho sognato che andavo a fare colazione al bar con il mio compagno. Poco dopo però ero in macchina con mia mamma e incontravamo per caso una mia vecchia compagna di classe ed una mia cara amica che vive in Nuova Zelanda. Si chiama Sophie. E con Sophie ci siamo abbracciate per un sacco di tempo. Ero molto felice di rividerla.

Bloccato dai carrelli al supermercato

SERGIO GHIDONI

Ho sognato di andare a fare la spesa. Ma all'improvviso ero bloccato al supermercato da migliaia di carrelli, nessuna persona, solo carrelli. Ero prigioniero e avevo difficoltà di movimento. Per uscire dovevo scavalcare i carrelli e entrarci dentro, schiacciando le provviste.

Il giorno 4 maggio 2020 si è chiuso il sipario della vita dell'imprenditore teatrale

Sebastiano Calabro'

Produttore di tanti spettacoli di grande contenuto letterario e culturale. Resterai nella nostra memoria e di chi ti ha sempre stimato. Angela e famiglia
Roma, 7 maggio 2020

Fortunato Cocco, Giovanni Semicola, Pietro Leone, Rossana Boschi, Carla Cianciullo e Piergiorgio Manuzza si stringono al carissimo amico Gianluca nel dolore per la perdita del

Papà

Roma, 7 maggio 2020

07/05/2017 07/05/2020

Maddalena "Magda"

Cima Di Puolo

ARCHEOLOGA

sempre con grande amore. Ciao Belmitopo. Maurizio
Roma, 7 maggio 2020

07/05/2019 07/05/2020

Pier Luigi Sernesi

È un anno che ci hai lasciato e con l'amore di sempre ricordiamo il tuo spirito libero. Piergiorgio, Raffaella, Marzia
Roma, 7 maggio 2020

07/05/2011 07/05/2020

Silvana Stanchi Carvelli

Ci rattristiamo di averti perduta, ma ti ringraziamo di averci avuta. Nino, Mara, Daniela, Carlotta, Costanza
Roma, 7 maggio 2020

Massimo Ghedini, Gabriele Comuzzo ed i colleghi della A. Manzoni & C. Spa, sono vicini con affetto a Luca Ubaldeschi, per la scomparsa della cara mamma

Iolanda

Milano, 7 maggio 2020

Numero Verde
800.700.800
ACCETTAZIONE TELEFONICA NECROLOGIE
la Repubblica
Il servizio è operativo TUTTI I GIORNI COMPRESI I FESTIVI DALLE 10 ALLE 19:30
PAGAMENTO TRAMITE CARTA DI CREDITO: VISA, MASTERCARD, CARTA SI