

**Maria Luisa Tricoli**

Ricerca Psicoanalitica, 1992, Anno IV, n. 2, pp. 177-179.

## **La natura del sogno**

di **M. Juvet**

Theoria, Roma-Napoli, 1991

A distanza di circa un secolo dalla pubblicazione della "Traumdeutung" freudiana, l'indagine sulla realtà onirica è sempre viva e interessante ma ancora lontana dal proporre risposte esaustive al problema del sogno. La ricerca, infatti, incrocia due aspetti molto distanti che spesso vengono indebitamente confusi: quello neurofisiologico dei meccanismi che regolano l'attività onirica e quello psicologico dei significati che possono essere oggetto di interpretazione.

Ciò non si verifica negli ultimi contributi del noto neurofisiologo francese Michel Juvet pubblicati in Italia da Theoria: "Storia naturale del sogno", "Il comportamento onirico" (1979), e "Il sonno, l'altro versante della mente" (1990), preceduti da un'intervista in cui l'autore espone con vivacità i punti salienti delle sue ricerche.

Nei suoi tre brevi ma densi scritti, Juvet distingue il piano d'indagine neurofisiologico da quello psicologico, avanzando così correttamente un'ipotesi suggestiva e stimolante: sognamo per riprogrammarci in un processo ininterrotto di difesa della nostra identità genetica, contro gli assalti della realtà che esige continui adattamenti e trasformazioni.

Vediamo però quali sono le tappe, ripercorse nei tre contributi, delle sperimentazioni e delle acquisizioni dell'autore.

Alla fine degli anni '50, M.Juvet, nell'ambito di una sperimentazione rivolta a studiare le basi cerebrali dell'apprendimento, notò che ad un calo dell'attenzione seguito dal sonno si accompagnava una totale perdita di tono muscolare.

Sulla linea delle scoperte della Scuola di Chicago (Aserinsky, Kleitman e Dement), che intorno agli anni '50 aveva associato al sogno lo stato di attivazione cerebrale accompagnato da rapidi movimenti oculari, Juvet individua, oltre allo stato di veglia e di sonno, un terzo stato mentale, caratterizzato da intensa attività onirica, differente dallo stato di sonno quanto quest'ultimo differisce dalla veglia, che egli chiama "sonno paradossale". Con questo termine viene sottolineato l'aspetto apparentemente contraddittorio di quella fase del sonno in cui un'attività cerebrale più intensa corrisponde ad un rilassamento muscolare.

Nei lavori pubblicati da Theoria, Juvet chiarisce come i meccanismi di base del sonno paradossale siano responsabili di due funzioni complementari. Innanzi tutto, esse mettono in gioco un sistema endogeno di eccitazioni del cervello per mezzo dell'attività ponto-genicolo-occipitale. Questa stimolazione comporta l'eccitazione dei sistemi sensoriali (soprattutto visivi) e dei sistemi motori (neuroni piramidali della direzione motrice): di conseguenza influssi motori discendenti risponderanno alle stimolazioni e raggiungeranno il midollo spinale per far scattare gesti e comportamenti. Ma proprio per impedire questa attività motoria entra in gioco un secondo meccanismo che blocca, con una potente inibizione discendente, i neuroni motori spinali. Il sognatore si trova così paralizzato e non può muoversi.

Talvolta, alcuni influssi motori particolarmente potenti possono superare la barriera inibitrice provocando piccoli movimenti, come si può osservare nei gatti che, profondamente addormentati, a volte agitano dita, orecchie o vibrisse.

Jouvet sostiene che è molto difficile dare una spiegazione esauriente del sogno e del sonno, in termini esclusivamente fisiologici, a causa della complessità di questi fenomeni. Di conseguenza egli avanza l'ipotesi più ampia che una delle funzioni del sonno paradossale sia quella di programmare iterativamente il cervello. Si tratterebbe di un apprendimento filogenetico endogeno che avrebbe la funzione di preservare l'eredità psicologica individuale e quindi l'identità ontogenetica. Mentre l'ambiente esterno tende a modificare il cervello proponendo nuove esperienze e nuovi apprendimenti, il sogno ristabilisce e conserva l'identità precedente, cancellando certi collegamenti oppure programmandone altri.

Il sogno diviene il guardiano dell'identità genetica dell'individuo e non il guardiano del sonno dell'approccio freudiano.

Tuttavia Jouvet, con notevole serietà scientifica, sottolinea la non falsificabilità della sua ipotesi, a cui quindi non è possibile attribuire uno statuto scientifico. Egli dichiara che, muovendosi sul piano strettamente neurofisiologico, a partire dai meccanismi osservati non è ancora possibile individuare la funzione del sogno; si possono solo formulare delle ipotesi che, solo se validate, costituiranno le basi di un modello di comportamento psicologico.

Freud nel VII cap. dell' "Interpretazione dei sogni" costruisce un modello di funzionamento mentale che da una parte, in obbedienza ad un esplicito intento programmatico, sembra disertare il riferimento al contesto neurologico; ma, d'altro canto, la funzionalità dell'arco riflesso dell'apparato psichico denuncia a chiare lettere il rimando alle acquisizioni neurologiche di fine '800.

Oggi quelle acquisizioni si sono rivelate infondate. È certo, ad esempio, che il nostro cervello funziona per una sua propria "energia" e non per un'energia esogena, neppure di tipo pulsionale, ma non è questo il motivo per cui il modello freudiano può essere dichiarato erroneo. Qualsiasi critica che confonda indebitamente il piano fisiologico con quello psicologico è da considerarsi scorretta. Il modello freudiano è oggi criticabile, al di là delle acquisizioni delle odierne sperimentazioni, perché un discorso psicologico deve essere metodologicamente indipendente da una fondazione neurologica.

Il contributo di Jouvet è quindi tanto più prezioso perché indica una linea di ricerca scientificamente corretta per la costruzione di un modello di comportamento umano unitario, all'interno del quale sia possibile spiegare anche il comportamento onirico.