

## Sogni erotici inquietanti

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Le scrivo perché sono molto preoccupata. Ho fatto un sogno che mi ha turbato molto. Sono, credo di essere, una ragazza normale. Ho un ragazzo da cinque anni: ci vogliamo molto bene e stiamo pensando di sposarci. Non ho problemi particolari: una vita serena, buoni rapporti con la mia famiglia, un lavoro che mi piace molto: faccio l'estetista. Eppure ho fatto un sogno che mi ha molto angosciato: ho sognato di far l'amore con una donna che poi mi accorgevo essere la mia migliore amica. Ho anche avuto un orgasmo intenso e questo mi ha preoccupato ancora di più. Mi sono svegliata agitatissima. Non ho avuto il coraggio di parlarne con nessuno, perché mi vergogno tanto. E perché penso che se lo dico a qualcuno che mi conosce la cosa diventi ancora più reale e più difficile da affrontare. Sarò omosessuale? Ma è possibile esserlo senza saperlo? Possibile che in vita mia non mi abbia mai sfiorato nemmeno il pensiero di far l'amore con una donna? Lei cosa mi consiglia? Ma io con il mio ragazzo sto proprio bene. Possibile che ci sia una parte di me di cui non intuivo nemmeno l'esistenza?”.

Lorena

Capisco bene come quel sogno possa averti inquietato, Lorena. Me lo dicono l'acutezza e lo sgomento delle tue domande. Proviamo a dare insieme un senso a questo scenario notturno. Innanzitutto, il “far l'amore”, come molti altri comportamenti presenti nei sogni, non va necessariamente inteso in senso letterale, o come appare superficialmente. Il far l'amore, per esempio, può indicare anche una identificazione forte con la persona che ci è partner nel sogno. Può esprimere un affetto profondo, il riconoscersi, quasi uno specchiarsi nell'altro o altra che sia. Può rivelare un desiderio di condividere di più, a livello affettivo o di progetti. Può esprimere la tua paura di perderla, forse cogliendo un senso di allontanamento da questa tua amica, per i molti impegni che la vita familiare ti richiederà e comunque per il passaggio ad un'altra fase della vita, non più solo “da ragazza”. Una paura che forse il tuo inconscio ha già “registrato”. Aggiungi che tu lavori molto con il corpo: e questo può dare al tuo inconscio molti messaggi, molti segnali con cui elaborare quanto si muove nella profondità della tua psiche mentre tu dormi. Per cogliere appieno il senso di quello che hai sognato bisogna ascoltare le associazioni libere che tu fai sul sogno stesso. Puoi farlo da sola. Oppure, se questo sogno continua ad inquietarti nel profondo, puoi affidarti a uno/a psicoterapeuta, meglio se di formazione junghiana, che ti aiuterà a dare il senso ultimo al sogno che hai fatto e che ti ha turbata così tanto.

E' vero, abbiamo parti di noi spesso sconosciute anche a noi stessi. Ed è anche possibile, senza che questo debba necessariamente cambiare la tua vita reale, che in te ci possano essere anche dei desideri omosessuali sommessi, che in quel sogno hanno preso forma. Non dimenticare che l'inconscio, e la vita segreta che viviamo nei sogni, hanno anche un forte significato “omeostatico”, ossia di equilibrio. Dando voce a tutto ciò che resta inespresso nella nostra vita diurna, ci mettono in contatto con i “sotterranei dell' anima”, come li chiamava Fedor Dostoevskij. Con le nostre parti oscure, segrete, anche inquietanti a volte, che mai penseremmo di tradurre in vita reale. Il fascino dei sogni è proprio questo: di rivelarci un'altra storia su di noi,

su percorsi che forse non faremo mai, su una lettura della realtà cui non avevamo pensato, a volte con lo sguardo ancora impaurito di quando eravamo bambini. Se l'inquietudine persiste, rivolgiti a un terapeuta qualificato per comprendere meglio il senso di quel sogno per te, come ti ho sopra suggerito. Da quanto mi dici, tuttavia, credo che tu possa stare serena, e vedere in quel sogno solo l'ansia di un passaggio di vita per il quale forse non sei ancora pronta. Ciao!