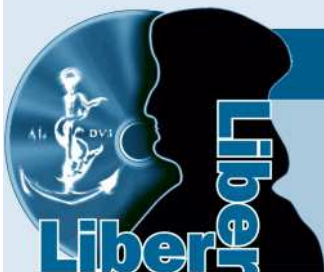


# Progetto Manuzio



**Sigmund Freud**

**Aforismi e pensieri**



[www.liberliber.it](http://www.liberliber.it)

Questo e-book è stato realizzato anche grazie al sostegno di:

## E-text

Editoria, Web design, Multimedia

<http://www.e-text.it/>

QUESTO E-BOOK:

TITOLO: Aforismi e pensieri

AUTORE: Freud, Sigmund

TRADUTTORE:

CURATORE: Baldini, Massimo

NOTE:

DIRITTI D'AUTORE: no

LICENZA: questo testo è distribuito con la licenza  
specificata al seguente indirizzo Internet:

<http://www.liberliber.it/biblioteca/licenze/>

TRATTO DA: Aforismi e pensieri / Sigmund Freud, introduzione di Dario Antiseri,  
a cura di Massimo Baldini  
Collezione: Centopaginemillelire  
Newton Compton, Tascabili Economici,  
Roma, 1994

CODICE ISBN: 88-7983-633-1

1a EDIZIONE ELETTRONICA DEL: 16 settembre 1994

2a EDIZIONE ELETTRONICA DEL: 11 aprile 1997

INDICE DI AFFIDABILITA': 1

0: affidabilità bassa

1: affidabilità media

2: affidabilità buona

3: affidabilità ottima

ALLA EDIZIONE ELETTRONICA HANNO CONTRIBUITO:

Christian Micheleni, [pot4337@iperbole.bologna.it](mailto:pot4337@iperbole.bologna.it)

REVISIONE:

Christian Micheleni, [pot4337@iperbole.bologna.it](mailto:pot4337@iperbole.bologna.it)

PUBBLICATO DA:

Alberto Barberi

### Informazioni sul "progetto Manuzio"

Il "progetto Manuzio" è una iniziativa dell'associazione culturale Liber Liber. Aperto a chiunque voglia collaborare, si pone come scopo la pubblicazione e la diffusione gratuita di opere letterarie in formato elettronico. Ulteriori informazioni sono disponibili sul sito Internet: <http://www.liberliber.it/>

### Aiuta anche tu il "progetto Manuzio"

Se questo "libro elettronico" è stato di tuo gradimento, o se condividi le finalità del "progetto Manuzio", invia una donazione a Liber Liber. Il tuo sostegno ci aiuterà a far crescere ulteriormente la nostra biblioteca. Qui le istruzioni: <http://www.liberliber.it/sostieni/>

# Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

## Aforismi e pensieri di Sigmund Freud

### Introduzione

#### 1. La scoperta della “rimozione”

*Sigmund Freud (1856-1939), dopo la laurea in medicina - conseguita a Vienna nel 1881 -, studia per un breve periodo anatomia cerebrale. Successivamente si dedica allo studio delle malattie nervose, prima con Charcor a Parigi e poi con Bernheim a Nancy. Tornato a Vienna, Freud nel 1895 pubblica insieme a Josef Breuer gli Studi sull'isterismo, dove si sostiene che il soggetto isterico, in stato ipnotico, riesce a tornare all'origine del trauma, illumina quei punti oscuri che durante la sua vita hanno generato la malattia e che sono nascosti nel profondo; è così che egli afferra la causa del male e che, in una sorta di catarsi, si libera del male. Esattamente da questi studi ha inizio la psicoanalisi.*

*L'ipnotismo svela delle forze e fa intravedere un mondo nel quale Freud immette le sue sonde intellettuali. “quale poteva essere la ragione - si chiede Freud - per la quale i pazienti avevano dimenticato tanti fatti della loro vita interiore ed esteriore e potevano invece ricordarli, quando si applicava loro la tecnica sopra descritta?” L'osservazione dei malati trattati dava una risposta a siffatto interrogativo: “Tutte le cose dimenticate avevano avuto, per un qualche motivo, un carattere penoso per il soggetto, in quanto erano state considerate temibili, dolorose, vergognose per le aspirazioni della sua personalità”. E “per rendere di nuovo cosciente ciò che era stato dimenticato, era necessario vincere nel paziente una resistenza mediante una continua opera di esortazione e di incoraggiamento”. Più tardi, Freud si accorgerà che tale resistenza dovrà essere vinta diversamente (attraverso la tecnica della “associazione libera”), ma intanto era sorta la teoria della rimozione. In ogni essere umano operano tendenze, forze o pulsioni che spesso entrano in conflitto.*

*La nevrosi si ha quando l'Io cosciente blocca l'impulso e ad esso nega l'accesso “alla coscienza e alla scarica diretta”: una resistenza “rimuove” l'impulso nella parte “inconscia” della psiche.*

#### 2. L'inconscio

*Con la scoperta delle rimozioni patogene e di altri fenomeni di cui si parlerà fra poco, “la psicoanalisi (...) si vede costretta (...) a prendere sul serio il concetto dell'inconscio”. È l'inconscio che parla e si manifesta nella nevrosi. Ma c'è di più, giacché, per Freud, l'inconscio è lo “psichico” stesso e la sua realtà essenziale. In questo modo Freud rovesciava l'ormai inveterata e venerabile concezione che*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*identificava “cosciente” e “psichico”. Ma sia la precedente pratica ipnotica, sia gli studi sull'isterismo, sia la successiva scoperta della rimozione, sia le indagini che Freud veniva compiendo sulla genesi dei disturbi psichici e delle altre manifestazioni “non ragionevoli” della vita delle persone lo convinsero sempre di più della realtà corpora e determinante dell'inconscio. È l'inconscio che sta dietro le nostre libere fantasie; è esso che genera le nostre dimenticanze, che cancella dalla nostra coscienza nomi, persone, eventi. Come mai volevamo dire una cosa e ce ne esce un'altra? Come mai intendevamo scrivere una parola e ne scriviamo un'altra? Dove troviamo la causa di questi atti mancati, cioè dei nostri lapsus? Non sorgono forse essi “dalla contrapposizione di due diverse intenzioni”, di cui una, quella inconscia appunto, è “più forte di noi”? È in Psicopatologia della vita quotidiana (1901) e successivamente con Il motto di spirito e i suoi rapporti con l'inconscio (1905) che Freud offre analisi brillanti (spesso, però, considerate dai critici molto discutibili) di un fascio di fenomeni (lapsus, sbadataggini, associazioni immediate di idee, errori di stampa, smarrimento o rottura di oggetti, motti di spirito, amnesie, ecc.) mai presi sul serio dalla “scienza esatta”, e dietro ai quali Freud mostra l'azione indefessa di contenuti che la rimozione ha respinto dalla coscienza e occultato nell'inconscio senza però essere riuscita a renderli inattivi.*

### 3. L'interpretazione dei sogni

*Già nella Interpretazione dei sogni (1899) Freud aveva mostrato - in maniera estremamente brillante e suggestiva - l'azione dei contenuti rimossi nell'inconscio. L'antichità classica aveva visto nei sogni delle profezie, la scienza dei tempi di Freud li aveva abbandonati alle superstizioni. Ma Freud li ha voluti portare all'interno della scienza: “Sembrava assolutamente impossibile che qualcuno, il quale avesse compiuto seri lavori scientifici, potesse rivelarsi poi un "interprete di sogni". Non tenendo però conto di una tale condanna del sogno; considerandolo invece come un sintomo nevrotico incompreso, alla stessa guisa di un'idea delirante o ossessiva; prescindendo dal suo contenuto apparente e, infine, facendo oggetto della libera associazione ciascuno dei suoi diversi elementi, si giunge ad un risultato del tutto diverso”. Il risultato fu che nel sogno c'è un contenuto manifesto (quello che si ricorda e si racconta quando ci si sveglia) e un “contenuto latente” (quel senso del sogno che l'individuo non sa riconoscere: “ma, dove va la testa!”). Ebbene, proprio questo contenuto latente “contiene il vero significato del sogno stesso, mentre il contenuto manifesto non è altro che una maschera, una facciata (...)”. Lo psicoanalista è anche, e spesso soprattutto, un “interprete dei sogni; deve rifare il cammino verso il contenuto latente del sogno, contenuto “sempre pieno di significato” a partire dal contenuto manifesto spesso del tutto insensato. La tecnica analitica, per mezzo di libere associazioni, “permette di individuare ciò che è nascosto”. E nelle radici nascoste dei sogni noi troviamo impulsi rimossi che il sogno, data la diminuita vigilanza esercitata dall'io cosciente durante il sonno, cerca di soddisfare: “Il sogno (...) costituisce la realizzazione di un desiderio”, di un*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*desiderio che la coscienza reputa magari vergognoso e che “è proclive a ripudiare con stupore o con indignazione”. Tuttavia, non c'è da credere che l'azione rimovente dell'io cessi del tutto durante il sonno: “una parte di essa rimane attiva, come censura onirica, e proibisce al desiderio incosciente di manifestarsi nella forma che gli è propria”. A motivo della severità della censura onirica, “i contenuti onirici latenti devono (...) sottoporsi a modifiche e ad attenuazioni, che rendono irriconoscibile il significato proibito del sogno”. Così si spiegano quelle deformazioni oniriche, alle quali i sogni devono le loro tipiche caratteristiche di strambezza. In conclusione: “il sogno è la realizzazione (maschera) di un desiderio (rimosso)”. E da quanto detto comprendiamo perché, ad avviso di Freud, “l'interpretazione dei sogni è (...) la via regale per la conoscenza dell'inconscio, la base più sicura delle nostre ricerche (...). e quando mi si chiede - dice Freud - come si possa diventare psicoanalista, io rispondo: attraverso lo studio dei propri sogni”.*

### 4. L'idea di “libido”

*A questo punto una domanda diventa inevitabile: per quali ragioni certe pulsioni vengono respinte, come mai certi ricordi sono a disposizione della coscienza, mentre altri possono essere, almeno in apparenza, sottratti ad essa e rimossi nell'inconscio? La ragione di ciò - risponde Freud - è da trovare nel fatto che si tratta di pulsioni e di desideri in palese contrasto con i valori e le esigenze etiche proclamate e ritenute valide dall'individuo cosciente. Per cui, quando c'è incompatibilità tra l'io cosciente (i suoi valori, i suoi ideali, i suoi punti di riferimento, ecc.) e certe pulsioni e certi desideri, allora entra in azione una sorta di “repressione” che strappa queste cose “vergognose” e “indicibili” alla coscienza e le trascina nell'inconscio, da dove uno continua la censura cerca di non farli riaffiorare alla vita cosciente.*

*E rimozione e censura entrano in azione, per il fatto che “debbono” agire su desideri e ricordi di natura principalmente e ampiamente sessuale e quindi su cose vergognose, da non dire e cancellare. Freud riconduce la vita dell'uomo ad una originaria libido, cioè ad una energia connessa principalmente al desiderio sessuale: “analoga alla fame in generale, la libido designa la forza con la quale si manifesta l'istinto sessuale, come la fame designa la forza con la quale si manifesta l'istinto di assorbimento del nutrimento”. Ma mentre desideri come la fame o la sete non sono “peccaminosi” e non vengono rimossi, le pulsioni sessuali vengono rimosse, per poi riapparire nei sogni e nelle nevrosi. “La prima scoperta alla quale ci conduce la psicoanalisi è che, regolarmente, i sintomi morbosi sono legati alla vita amorosa del malato; questa scoperta (...) ci obbliga a considerare i disturbi della vita sessuale come una delle cause più importante della malattia.” I malati non si accorgono di questo, ma ciò accade perché “essi portano un pesante mantello di menzogne per coprirsi, come se ci fosse cattivo tempo nel mondo della sessualità”. Sessualità repressa che esplose in malattia o ritorna in parecchi sogni. È analizzando questi sogni che Freud scopre la sessualità infantile. Sono i sogni degli adulti che, infatti, rimandano di frequente a desideri inasauditi, desideri inappagati*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*della vita sessuale infantile.*

### 5. Il complesso edipico

*Lo studio della sessualità infantile porta Freud ad uno dei punti centrali della sua teoria, all'idea cioè di complesso di Edipo. Scrive Freud: "Il bimbo concentra sulla persona della madre i suoi desideri sessuali e concepisce impulsi ostili contro il padre, considerato come un rivale. Questa è anche, "mutatis mutandis", l'attitudine della bambina. I sentimenti che si formano durante questi rapporti non sono solo positivi, cioè affabili e pieni di tenerezza, ma anche negativi, cioè ostili. Si forma un "complesso" (vale a dire un insieme di idee e di ricordi legati a sentimenti molto intensi) che è certamente condannato ad una rapida rimozione. "Ma - fa presente Freud - nel mondo dell'inconscio esso esercita ancora una attività importante e duratura. Possiamo, supporre che esso costituisca, con le sue implicazioni, il complesso centrale di ogni nevrosi, e noi ci aspettiamo di trovarlo non meno attivo negli altri compì della vita psichica." Nella tragedia greca, Edipo, Figlio del re di Tebe, uccide suo padre e prende in moglie la propria madre. Questo mito, dice Freud, "è una manifestazione poco modificata del desiderio infantile contro il quale si alza più tardi, per scacciarlo, la barriera dell'incesto". E in fondo al dramma di Amleto, di Shakespeare, "si ritrova la stessa idea di un complesso incestuoso, ma meglio mascherato". Nell'impossibilità di soddisfare il suo desiderio, il bimbo si assoggetta a quel competitore, il genitore di cui è geloso, e costui diviene il suo padrone interiore. E con l'interiorizzazione di un censore interno la crisi edipica passa, ma intanto si è instaurato il Super-Ego, e con esso la morale.*

### 6. La tecnica terapeutica

*"Le teorie della resistenza e della rimozione nell'inconscio, del significato eziologico della vita sessuale e della importanza delle esperienze infantili sono - ad avviso dello stesso Freud - i principali elementi dell'edificio teorico della psicoanalisi." Per quanto poi riguarda la tecnica terapeutica, Freud si convinse, in forza delle esperienze che venivano ad accumularsi nel corso della sua esperienza, che la tecnica maggiormente adeguata fosse quella della associazione libera delle idee: l'analista fa sdraiare il paziente su di un divano, in un ambiente dove non ci sia una luce troppo intensa, in modo da porre il paziente in una situazione di rilassamento; l'analista si pone dietro al paziente e lo invita "a manifestare tutto quello che giunge al suo pensiero, quando egli rinunci a guidare il pensiero intenzionalmente". Questa tecnica non esercita costrizioni sul malato ed è una via efficace per giungere alla scoperta della resistenza: "la scoperta della resistenza è il primo passo verso un suo superamento". Ovviamente, perché l'analisi proceda nel giusto senso, occorre che l'analista abbia sviluppato "un'arte dell'interpretazione, il cui fruttuoso impiego, per aver successo, richiede tatto ed esperienza". L'analista non costringe il paziente, lo guida, lo invita a lasciare via libera alle idee che gli*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*vengono in mente, suggerisce talvolta la parola, cercando di vedere quali altre idee e sentimenti essa susciti nel paziente. E tutto viene registrato e scritto dall'analista: non solo quello che il paziente dice, ma anche le sue esitazioni, e soprattutto le sue resistenze.*

*L'analista lavora, dunque, sulle libere associazioni del paziente. Ma anche sui suoi sogni, che egli interpreta al pari dei lapsus, delle dimenticanze, dei ritardi, delle associazioni immediate, insomma di tutto ciò che costituisce la "patologia della vita quotidiana". È attraverso queste tracce e per questi sentieri che l'analista intende riportare il paziente al suo inconscio, a quegli ingorghi che hanno causato la malattia e che pongono il soggetto in stato talvolta di insopportabile sofferenza. Solo scoprendo la causa della malattia, si possono sciogliere i nodi; solo sapendo cosa è avvenuto ci si può liberare dalla sofferenza. È "la trasformazione dell'inconscio in conscio" la via della guarigione, anche se talvolta può capitare che il medico "prende le difese della malattia da lui combattuta". Sono questi i casi "nei quali il medico stesso deve ammettere che lo sfociare di un conflitto nella nevrosi rappresenta la soluzione più innocua e socialmente più tollerabile".*

### 7. L'Ego tra Es e Super-Ego

*Da tutto quanto si è finora detto, risulta ormai facile estrarre la teoria dell'apparato psichico proposta da Freud. L'apparato psichico è composto dall'Es (o Id), dall'Ego e dal Super-Ego. L'Es (in tedesco "Es" è il pronome neutro dimostrativo ed equivale all'"Id" latino; Freud prese questo termine da Georg Groddeck) è l'insieme degli impulsi inconsci della libido; è la sorgente di un'energia biologico-sessuale; è l'inconscio amorale ed egoistico. L'Ego è la facciata" dell'Es; è il rappresentante conscio dell'Es; la punta consapevole di quell'iceberg che è appunto l'Es. Il Super-Ego si forma verso il quinto anno di età e differenzia (per grado e non per natura) l'uomo dall'animale; è la sede della coscienza morale e del senso di colpa. Il Super-Ego nasce come interiorizzazione dell'autorità familiare e si sviluppa successivamente come interiorizzazione di altre autorità, come interiorizzazione di ideali, di valori, modi di comportamento proposti dalla società attraverso la sostituzione dell'autorità dei genitori con quella di "educatori, insegnanti e modelli ideali". Il Super-Ego "paterno" diventa un Super-Ego "sociale". L'Ego, dunque, si trova a commerciare tra l'Es e il Super-Ego, tra le pulsioni dell'Es, aggressive ed egoiste - che tendono ad una soddisfazione irrefrenabile e totale - e le proibizioni del Super-Ego che impone tutte le restrizioni e le limitazioni della morale e della "civiltà". In altri termini, l'individuo è sotto la spinta originaria di una energia biologico-sessuale. Ma queste forze istintive sono regolate da due principi: quello del piacere e quello di realtà. Per il principio del piacere, la libido tende a trovare un soddisfacimento immediato e totale. Su questa strada, però, essa trova quel censore che è il principio di realtà che costringe le pulsioni egoistiche, aggressive ed autodistruttive ad incanalarsi per altre vie, le vie della produzione artistica, della scienza, e così via: le vie della civiltà. Tuttavia, davanti alle repressioni del*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*principio di realtà, l'istinto non desiste e non si dà affatto per vinto e cerca altri sbocchi per il suo soddisfacimento. E allora, se non riesce a “sublimarsi” in opere d'arte, risultati scientifici, realizzazioni tecnologiche, educative o umanitarie, e se, d'altra parte, gli ostacoli che incontra sono massicci e impermeabili a qualsiasi deviazione sostitutiva, la spinta dell'istinto si trasforma in volontà di distruzione e di autodistruzione.*

### 8. I due “grandi ribelli”: Alfred Adler e Carl Gustav Jung

*Nel 1910 nacque la Società internazionale di psicoanalisi, il cui primo presidente fu Carl Gustav Jung. Nel frattempo la Psicoanalisi trovava nuovi campi di feconde applicazioni. Th. Reik e l'etnologo G. Roheim sviluppavano le tesi contenute nel lavoro di Freud Totem e Tabù. Otto Rank faceva della mitologia l'oggetto dei suoi studi. Il pastore protestante O. Pfister, di Zurigo, il quale - dice Freud - “trovò conciliabile la psicoanalisi con una forma sublimata di religiosità”, applicò la psicoanalisi alla pedagogia. I successi, dunque, non mancavano. Ma, insieme a questi, arrivarono anche quelle prime clamorose scissioni che dovevano rompere in maniera decisiva l'uniformità della prospettiva freudiana. La prima scissione si ebbe nel 1911 con Alfred Adler (1870-1937), il fondatore della Psicologia individuale. Per Adler, in ogni fase del suo sviluppo, “l'individuo è guidato dal desiderio di una superiorità, di una ricerca di somiglianza divina, dalla fede nel suo potere psichico particolare”. La dinamica dello sviluppo dell'individuo si snoda all'interno di un dissidio tra il “complesso di inferiorità” che si scatena davanti ai compiti da risolvere e di fronte alla competizione con gli altri e la volontà di affermare la propria potenza. Nel 1913, due anni dopo la “secessione” di Adler, si allontanò da Freud anche Carl Gustav Jung (1875-1971), al cui nome è legata la “psicologia analitica”, caratterizzata, tra l'altro, dall'idea di inconscio collettivo fatto di archetipi e dalla proposta di una teoria concernente i tipi psicologici (quali l'introverso e l'estroverso).*

### 9. Quattro viennesi contro Freud

*“Ho sempre considerato una grande ingiustizia il fatto che non si sia voluto trattare la psicoanalisi come qualunque altra scienza naturale”: questo scriveva Freud in La mia vita e la psicoanalisi, pensando che la psicoanalisi è scienza così come è scienza la fisica o la geologia. Le cose, però, stanno davvero in questo modo? Le pretese di scientificità della psicoanalisi sono pretese ben fondate?*

*No, non sono pretese fondate! E questo il verdetto del grande polemista viennese Karl Kraus (1874-1936). La psicoanalisi, dice Kraus, “contribuisce a dare una coscienza di classe all'inferiorità”. Essa, a suo avviso, “è più una passione che una scienza”. La psicoanalisi è “quella malattia di cui ritiene di essere la terapia”.*

*E pure per un altro viennese, Egon Friedell (1878-1938), la psicoanalisi non è scientifica. Freud, sostiene Friedell nella sua monumentale opera Kulturgeschichte*



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

der Neuzeit, è “un poeta” e “la psicoanalisi ha un difetto catastrofico: gli psicoanalisti, esattamente”.

*E con urgenza Friedell sottolinea che la psicoanalisi non è una scienza. Essa, piuttosto, è la fede di una setta. La realtà è che “proprio come la balena, sebbene sia un mammifero, si atteggia a pesce, così la psicoanalisi, che di fatto è una religione, si atteggia a scienza”. Si atteggia a scienza senza esserlo; e non lo è perché è fattualmente inconfutabile: “è improbabile convincere gli psicoanalisti della falsità di una diagnosi”. In breve: “Freud è un metafisico. Ma non lo sa”.*

*Sul fascino esercitato dalla psicoanalisi, un fascino che blocca l'esercizio della critica, ha posto l'attenzione Ludwig Wittgenstein (1889-1951). “Non c'è modo - afferma Wittgenstein - di mostrare che il risultato generale dell'analisi non potrebbe essere un inganno”. La psicoanalisi è “una mitologia che ha molto potere”. Mitologia e non scienza. E l'intento di Wittgenstein è quello di far perdere la nostra subordinazione nei confronti della psicoanalisi. Più in particolare, il procedimento della libera associazione delle idee, fa presente Wittgenstein, è una cosa ben strana, “perché Freud non chiarisce mai come possiamo sapere dove fermarci, dove la soluzione sia giusta”.*

*Ai nostri giorni la critica più nota nei confronti della psicoanalisi freudiana è sicuramente quella di Karl R. Popper (nato a Vienna nel 1902, morto nel 1994). Popper a più riprese ha sostenuto che la psicoanalisi non è scientifica, e non è scientifica perché non è falsificabile. “Non c'è - scrive Popper - alcun comportamento immaginabile che possa contraddire la psicoanalisi.” E “quanto all'epica freudiana dell'Io, del Super-io e dell'Es non si può avanzare nessuna pretesa ad uno stato scientifico, più fondatamente di quanto lo si possa fare per l'insieme delle favole omeriche dell'Olimpo. Queste teorie descrivono alcuni fatti, ma alla maniera dei miti. Esse contengono delle suggestioni psicologiche assai interessanti, ma in forma non suscettibile di controllo”. Al pari del marxismo, la psicoanalisi non è scienza. Tuttavia, “mentre il marxismo divenne non-scientifico adottando una strategia immunizzante, la psicoanalisi fu immune sin dall'inizio e tale rimase”. Ciò in contrasto con la maggior parte delle teorie fisiche le quali “sono del tutto libere dalla tattica immunizzante e altamente falsificabili sin dall'inizio”.*

10. Adolf Grünbaum: Popper sbaglia, ma la psicoanalisi non se la passa bene

*Popper non è riuscito a convincere, tra altri, Adolf Grünbaum, autore del famoso libro Philosophical Problems of Space and Time (1963; ed. ampl. 1976), e più vicino a noi, di The Foundations of Psychoanalysis e di Reflections on the Foundations of Psychoanalysis. Grünbaum critica il falsificazionismo di Popper da una prospettiva di induttivismo eliminatorio. E nega validità alla critica di Popper contro Freud. Se la teoria psicoanalitica non è scientifica perché non falsificabile, allora - argomenta Grünbaum - nessuna delle conseguenze dei postulati teorici freudiani è empiricamente controllabile. Ma - si chiede Grünbaum - “quale dimostrazione ha*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*mai offerto Popper per ribadire con enfasi che il corpus teorico freudiano è completamente privo di conseguenze empiricamente controllabili?”. È possibile una dimostrazione del genere? Inoltre, va da sé che “l’incapacità di certi filosofi della scienza di individuare una qualsiasi conseguenza controllabile della teoria freudiana, dimostra che essi non ne hanno studiato a fondo, o non ne padroneggiano, il contenuto logico, non dimostra certo una carenza scientifica della psicoanalisi”.*

*Sbaglia Popper a criticare Freud sulla base di una presunta non falsificabilità della psicoanalisi. In ogni caso, aggiunge Grünbaum, la psicoanalisi non regge ugualmente. E non regge, tra altre ragioni, perché i dati clinici non sono attendibili: essi sono irrimediabilmente contaminati dall’analista. Così, per esempio, il processo di associazione libera non è forse contaminato dall’influenza dello psicoanalista? Le associazioni - dice Grünbaum - non possono continuare indefinitamente, e se al paziente intelligente e immaginativo è permesso di continuare abbastanza a lungo nelle sue associazioni, dalle sue rimuginazioni emergerà, allora, prima o poi, qualsiasi tipo di contenuto tematico del quale è stato recentemente cosciente: pensieri sulla morte, su Dio o su quel che si voglia. Ebbene, “di fronte a questa elasticità tematica delle associazioni, come può l’analista evitare una tendenza alla selezione che non sia in qualche modo fallacemente anticipata, essendo inevitabilmente costretto a delimitarne la durata?”. È esattamente sulla base di considerazioni del genere che Grünbaum può pronunciare un “inequivocabile verdetto”: attualmente la psicoanalisi non è in ottimo stato, “per lo meno per quanto riguarda i suoi fondamenti clinici”.*

### 11. L'influsso della psicoanalisi sulla cultura contemporanea

*Nonostante gli scismi (si è sopra accennato solo a quelli di Alfred Adler e Carl G. Jung) e nonostante critiche provenienti da prospettive politiche, o morali oppure religiose, o anche da altre direzioni dell’indagine psicologica ovvero da concezioni epistemologiche quali quelle delineate poco fa, nonostante, dunque, scismi e critiche, la psicoanalisi - questa scienza nuova creata da Freud - era destinata ad esercitare nel giro di pochi decenni un influsso sempre più massiccio sull’immagine dell’uomo e delle sue attività psichiche e dei suoi prodotti culturali. Non c’è “fatto umano” che non sia stato toccato e “sconvolto” dalla dottrina psicoanalitica: il bambino diventa un “perverso polimorfo”; il “peccaminoso” sesso della tradizione viene posto in primo piano per spiegare la vita normale e soprattutto le malattie mentali; l’io e il suo sviluppo vengono inquadrati in una nuova teoria; le malattie mentali vengono affrontate con tecniche terapeutiche prima impensate; fatti come i sogni, i lapsus, le dimenticanze, ecc. - generalmente visti come fatti, sì, strani, ma irrilevanti per la comprensione dell’uomo - si tramutano in crepe attraverso cui scrutare il profondo dell’animo umano; fenomeni quali l’arte, la morale, la religione e la stessa educazione vengono illuminati da una luce che molti ancora oggi dichiarano “sconvolgente”. Il costume esce murato dall’incontro con la teoria*

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

*psicoanalitica e gli stessi termini fondamentali della teoria psicoanalitica (“complesso edipico”, “rimozione”, “censura”, “sublimazione”, “inconscio”, “superio”, “transfert”, ecc.) sono ormai pezzi integrati nel linguaggio ordinario e, nel bene o nel male e con più o meno cautela, più o meno a proposito, costituiscono attrezzi interpretativi del più ampio svolgersi della vita.*

DARIO ANTISERI

Nota biobibliografica

LA VITA

Sigmund Freud nacque il 6 maggio 1856, da una modesta famiglia israelitica, a Freiberg (Moravia). A Vienna dove la famiglia si era trasferita quattro anni dopo la sua nascita, si iscrisse dapprima alla facoltà di Scienze, dedicandosi con alcuni successi alla ricerca pura e, successivamente, a causa di problemi economici, a Medicina. Nel 1881 si laureò. Quattro anni dopo ebbe la libera docenza in neuropatologia ed una borsa di studio; ne approfittò per andare a Parigi, alla Salpêtrière, da Charcot, il più grande neurologo europeo di quei tempi. Per la cura degli isterici Charcot si serviva dell'ipnoterapia ed in quegli anni l'interesse di Freud per l'ipnosi divenne vivissimo.

Dell'ipnosi per la terapia dei casi isterici si serviva anche a Vienna il dottor Joseph Breuer. A partire dal 1887 Freud iniziò a collaborare con lui. Da questa collaborazione, che durò sino al 1895, Freud ricavò alcune acquisizioni che resteranno essenziali per la terapia dell'isteria e di altre nevrosi. I risultati di questo lavoro comune furono pubblicati nell'opera *Studi dell'isteria* apparsa nel 1895. Motivi teorici e pratici e in massima parte una sostanziale diversità di interessi provocarono il graduale allontanamento di Freud da Breuer, allontanamento che si compì, come abbiamo già accennato, poco dopo la pubblicazione degli *Studi*.

A partire dal 1895 Freud iniziò la propria autoanalisi che si concluse nel 1900. Freud che aveva conseguito la libera docenza nel 1885 ottiene la carica di professore straordinario all'università di Vienna nel 1902 e, in seguito, nel 1920, di professore ordinario. Tali riconoscimenti erano dovuti al suo prestigio di neuropatologo, infatti in quegli anni la psicoanalisi era ancora fraintesa o ritenuta scandalosa ed oggetto di accuse e di polemiche, tuttavia aveva iniziato, sia pure lentamente, a diffondersi.

Nel 1902 si costituì un primo gruppo di Vienna, con segretario Otto Rank, nel quale si ebbero, già le prime ripicche per questioni di priorità. Nel 1907 si strinsero i primi rapporti con il Bùrghölzli, la clinica psichiatrica di Zurigo, e cioè con Bleuler ed i suoi assistenti Eitington e Jung, che dovevano ben presto dar luogo alla pubblicazione d'una rivista di studi comuni, lo *Jahrbuch fuer Psychologie und Psychopathologie*. Questa collaborazione consentì una maggiore diffusione della

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

psicoanalisi, grazie alla istituzione di una associazione privata ed all'insegnamento che pubblicamente se ne faceva da una clinica di così grande risonanza.

In quegli anni Freud aveva pubblicato alcuni importanti lavori: *Psicopatologia della vita quotidiana* (1901), *Tre saggi sulla sessualità* (1905), *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio* (1905).

Nel congresso di Norimberga, tenutosi nel 1910, fu fondata una Associazione ufficiale degli psicoanalisti a capo della quale venne eletto Jung. Negli anni seguenti si tennero altri congressi, a Weimar (nel 1911) e a Monaco (nel 1913), e questi contribuirono a far uscire definitivamente la psicoanalisi dalla sua preistoria.

Nel febbraio del 1923 Freud avvertì i primi sintomi di un male che si rivelò un cancro alla mascella. Egli conservò, tuttavia, la sua straordinaria vitalità; continuò il lavoro di analista e di scrittore; volle rimanere sempre consapevole e presente a se stesso, rifiutando ogni pietoso inganno; nonostante i dolori, non prendeva calmanti, per non ottundere la propria usuale chiarezza intellettuale. Aveva continuamente accanto, in un rapporto sempre più stretto, la figlia Anna, cui era legato, dice Jones, da "una reciproca, profonda, silenziosa comprensione e simpatia". Anna era la sua compagna, la segretaria, l'assistente, la collaboratrice.

Nel 1933 i nazisti prendono il potere in Germania; nonostante i cattivi presagi di un'aggressione all'Austria e le ripetute esortazioni degli amici, Freud non acconsente a lasciare Vienna. Vi si deciderà solo cinque anni più tardi, di fronte all'Anschluss. Nel 1938, dunque, si trasferisce con la famiglia a Londra, dove muore l'anno seguente il 23 settembre.

### LE OPERE

La letteratura esistente sulla vita e sull'opera di Sigmund Freud è amplissima ed è, quindi, impossibile darne in questa sede un quadro sia pure sommariamente esaustivo. Ci si limiterà a ricordare qui di seguito le opere principali pubblicate dallo studioso viennese: *Studi sull'isteria* (1895); *L'interpretazione dei sogni* (1900); *Psicopatologia della vita quotidiana* (1901); *Tre saggi sulla sessualità* (1905); *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio* (1905); *Il caso di Dora* (1905); *Delirio e sogni nella Gradiva di Jensen* (1907); *Il caso del piccolo Hans* (1909); *Il caso dell'uomo dei topi* (1909); *Sulla psicoanalisi. Cinque conferenze* (1910); *Un ricordo d'infanzia di Leonardo da Vinci* (1910); *Totem e tabù* (1913); *Storia del movimento psicoanalitico* (1914); *Il caso dell'uomo dei lupi* (1918); *Al di là del principio del piacere* (1920); *Psicologia collettiva e analisi dell'io* (1921).

A partire dal 1968, a cura di Cesare Musatti, presso l'editore Boringhieri di Torino è iniziata la stampa in traduzione italiana delle *Opere* di Freud.

Dalla Newton Compton nel 1992 sono state pubblicate le opere e gli scritti minori di Freud in due ampi volumi: *Opere 1886-1905* e *Opere 1905-1921*.

M.B.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

“Psiche” è un vocabolo greco che significa “anima”. Perciò per “psichico” s'intende “trattamento dell'anima”; si potrebbe quindi pensare che voglia dire trattamento dei fenomeni patologici della vita dell'anima. Ma il significato dell'espressione è diverso. Trattamento psichico vuol dire invece trattamento a partire dall'anima, trattamento di disturbi psichici o somatici, con mezzi che agiscono in primo luogo e direttamente sulla psiche umana.

Questo mezzo è costituito anzitutto dalla parola, e le parole sono anche strumento fondamentale del trattamento psichico. Certo, difficilmente il profano potrà comprendere come le “sole” parole del medico possano rimuovere disturbi patologici somatici e psichici. Penserà che gli si chieda di credere nella magia. E non ha tutto il torto; le parole dei nostri discorsi di tutti i giorni sono solo magia attenuata.

Per un processo di valutazione ingiusto ma facilmente comprensibile si arrivò al punto che i medici si interessarono solo del corpo, lasciando senz'altro che fossero i filosofi, che essi disprezzavano, ad occuparsi del lato psichico.

Nell'animale come nell'uomo, il rapporto tra corpo ed anima è un rapporto di reciproco completamento.

Solo con lo studio del patologico si arriva a comprendere il normale.

Da sempre si conoscevano molte cose sull'influsso della psiche sul corpo, ma solo ora queste acquistavano il giusto rilievo. La cosiddetta “espressione dei moti d'animo” costituisce l'esempio più comune di azione della psiche sul corpo, e si può osservare regolarmente e in tutti. La tensione ed il rilassamento dei muscoli facciali, l'adattamento degli occhi, l'afflusso del sangue alla pelle, la sollecitazione impressa all'apparato vocale, la disposizione delle membra, specie delle mani, rivelano quasi tutti gli stati psichici di un uomo.

In genere i profani tengono in poco conto i dolori provocati dall'immaginazione, al contrario di quanto fanno per quelli provocati da ferita, malattia o infezione. Ma ciò è palesemente ingiusto; qualunque sia la loro causa, sia pure l'immaginazione, non per questo i dolori sono meno veri e meno intensi.

Così come si provocano o si esagerano i dolori dando loro importanza nello stesso modo questi scompaiono quando se ne distoglie l'attenzione.

È lecito pensare che la volontà di guarire o il desiderio di morire non siano irrilevanti per l'esito di casi gravi ed incerti di malattia.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

L'attesa speranzosa e *fiduciosa*, costituisce una forza attiva che dobbiamo senz'altro tenere in considerazione in tutti i nostri tentativi di terapia e guarigione.

Non c'è alcun bisogno di tirare in ballo altre forze che non siano psichiche per spiegare le guarigioni miracolose.

In tutti i tempi ci sono cure alla moda, medici alla moda, soprattutto nell'alta società nella quale il desiderio di superarsi vicendevolmente e di imitare i membri più in vista costituiscono potentissime forze motrici psichiche. Gli effetti terapeutici ottenuti con queste cure alla moda non rientrano nel loro effettivo potere, e usati dal medico alla moda che, ad esempio, si è fatto una certa fama soccorrendo un personaggio in vista, gli stessi strumenti sortiscono effetti molto maggiori che nel caso di altri medici. Così, accanto a taumaturghi divini, esistono taumaturghi umani; ma questi uomini, resi famosi dalla moda e dall'imitazione, si consumano rapidamente, cosa che corrisponde al genere di forze che agiscono in loro favore.

I medici hanno praticato il trattamento psichico in tutti i tempi, e nell'antichità ancora più di oggi. Intendendo per trattamento psichico il tentativo di provocare nel paziente gli stati e le condizioni psichiche più favorevoli alla guarigione, possiamo dire che, storicamente, questo è il tipo più antico di trattamento medico.

Le parole costituiscono il mezzo più efficace per l'innuenza esercitata da una persona sull'altra; le parole costituiscono un valido strumento per indurre modificazioni psichiche in colui al quale si dirigono e, perciò, l'affermazione per cui la magia della parola è in grado di sopprimere fenomeni patologici, anzitutto quelli basati su condizioni psichiche, non ha più un significato enigmatico.

È naturale che il medico, che ai giorni nostri non può incutere rispetto come sacerdote o come detentore d'una scienza occulta, si valga della propria personalità per accattivarsi la fiducia e un po' di simpatia del proprio paziente.

La suggestione porta all'eliminazione dei fenomeni patologici, ma solo transitoriamente.

I ricordi che sono divenuti fattori determinanti dei fenomeni isterici, persistono a lungo con stupefacente freschezza e con tutta la loro coloritura affettiva.

Il materiale psichico patologico sembra essere proprietà di un'intelligenza non necessariamente inferiore a quella dell'Ego normale.

Grazie alle ricchissime connessioni causali, ogni idea patogena di cui non ci si è ancora sbarazzati, agisce quale motivazione di tutti i prodotti della nevrosi ed è solo con l'ultima parola dell'analisi che scompare l'intero quadro clinico, così come

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

avviene dei ricordi rievocati individualmente.

Io vedo solo le cime della catena di pensieri che si sprofonda nell'inconscio (il contrario di quanto si ha nei nostri processi psichici normali).

Spesso dentro di me ho paragonato la psicoterapia catartica all'intervento chirurgico. Ho descritto le mie cure come operazioni psicoterapeutiche e ho messo in rilievo la loro analogia con l'apertura di una cavità piena di pus, il raschiamento di una zona necrotica, ecc. Un'analogia di questo genere trova giustificazione non tanto nella rimozione di ciò che è patologico quanto nello stabilire condizioni che abbiano maggiori probabilità di incanalare il corso del processo verso la guarigione.

Se i venereologi dovessero ancora dipendere dalle dichiarazioni dei loro pazienti per ricollegare un'infezione iniziale dei genitali a un rapporto sessuale, finirebbero con l'attribuire un grandissimo numero di sifilomi primari, in persone che si proclamano vergini, al fatto di aver preso il raffreddore, e i ginecologi non troverebbero difficoltà a confermare il miracolo della partenogenesi tra le loro clienti nubili.

Spero che un giorno si farà strada l'idea che anche i neuropatologi possono, quando raccolgono l'anamnesi delle principali nevrosi, trovarsi di fronte a pregiudizi etiologici analoghi.

Non vedo alcuna ragione per cercare di nascondere le lacune e i punti deboli della mia teoria. Secondo me, il punto principale della questione delle fobie è questo: *le fobie non compaiono affatto se la vita sessuale è normale*, cioè se non sussiste quella specifica condizione che è rappresentata da un perturbamento della vita sessuale, nel senso di una deviazione dallo psichico nel somatico. Per quanto vi possano essere molti altri punti oscuri nel meccanismo delle fobie, la mia teoria non potrà essere rigettata prima che mi si dimostri che vi sono fobie in casi in cui la vita sessuale è normale o, a fianco, vi sia un disturbo di natura non specifica.

Alla base di tutti i casi di isteria vi sono *uno o più casi di esperienze sessuali precoci*, che risalgono ai primissimi anni dell'infanzia e che, pure, possono essere rievocate grazie al lavoro psicoanalitico, nonostante i decenni che sono trascorsi. Io penso che questa sia una scoperta importante, il ritrovamento di un *caput Nili* della neuropatologia.

I sintomi isterici sono i derivati di ricordi che operano a livello inconscio.

Non è vero che le domande poste [ai] pazienti e la conoscenza dei loro affari sessuali diano al medico un pericoloso potere su di essi. Nei tempi andati accadeva che la stessa obiezione fosse sollevata contro l'uso degli anestetici, i quali privano il paziente della coscienza e dell'esercizio della volontà lasciando decidere al dottore se

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

e quando egli li riacquisterà. Eppure oggi gli anestetici sono diventati indispensabili perché sono, più di ogni altra cosa, di valido aiuto al medico nella sua opera, che, tra i numerosi altri gravi obblighi, vede anche quello della responsabilità del loro impiego.

Un medico può sempre far del danno se è incapace o senza scrupoli, e questo è ugualmente vero sia ove si tratti di dover indagare sulla vita sessuale del paziente sia ove si tratti di altre cose. Naturalmente, se qualcuno, dopo uno scrupoloso esame di coscienza, sente di non possedere il tatto, la serietà e la discrezione necessaria a esaminare dei pazienti nevrotici, e se si rende conto che rivelazioni di carattere sessuale potrebbero provocare in lui eccitazioni lascive più che interesse scientifico, allora farà bene a evitare l'argomento dell'etiologia delle nevrosi. Anzi, ci sembra giusto pretendere che egli si astenga dal prendere in cura pazienti affetti da malattie nervose.

Moltissime donne che trovano abbastanza gravoso il dovere di vivere nascondendo le proprie sensazioni sessuali, si sentono sollevate quando si rendono conto che il medico, trattando simili argomenti, mira soltanto alla loro guarigione, ed esse gli sono grate perché per una volta è stato loro consentito di assumere un atteggiamento normale riguardo alla sessualità.

In materia di sessualità oggi noi, uno per uno, siamo, malati o sani, nient'altro che degli ipocriti. Sarebbe un bene per tutti noi se, come risultato di tale onestà generale, venisse raggiunto un certo grado di tolleranza nelle cose sessuali.

In ogni caso di nevrosi c'è una etiologia sessuale; ma nella nevrastenia è una etiologia di tipo presente, mentre nelle psiconevrosi i fattori sono di natura infantile.

L'angoscia è sempre libido distolta dal suo [normale] impiego..

L'ereditarietà è inaccessibile all'influenza del medico. Ognuno nasce con le proprie tendenze ereditarie alle malattie, e noi non possiamo fare niente per cambiarle.

La nevrastenia (in entrambe le forme) è una di quelle affezioni che ognuno può facilmente acquistare senza aver alcuna tara ereditaria.

Lo stato della nostra civiltà è anch'esso qualcosa che non può essere modificato dall'individuo. Per di più questo fattore, essendo comune a tutti i membri della stessa società, non può mai spiegare il fatto della selettività nell'incidenza della malattia. Il medico non nevrastenico è esposto alla stessa influenza di una civiltà presumibilmente nociva alla quale è esposto il paziente che egli deve trattare.

Nessuno può mai diventar nevrotico attraverso il lavoro o l'eccitamento soltanto. Il



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

lavoro intellettuale è anzi una protezione contro la possibilità di ammalarsi di nevralgia; sono proprio i lavoratori intellettuali più assidui a restare esenti dalla nevralgia, e ciò che i nevralgici lamentano come “superlavoro che li fa ammalare” di regola non merita affatto di essere chiamato “lavoro intellettuale” né per qualità né per quantità. I medici dovranno abituarsi a spiegare a un impiegato che si è “affaticato” dietro una scrivania o a una casalinga per la quale le attività domestiche sono divenute troppo pesanti, che essi si sono ammalati non perché abbiano cercato di compiere doveri che in verità possono essere facilmente eseguiti da un cervello civilizzato, ma perché in tutto questo tempo hanno pericolosamente trascurato e danneggiato la propria vita sessuale.

L'attuale trattamento della nevralgia - così come viene applicato negli stabilimenti idroterapici - si propone di migliorare le condizioni nervose per mezzo di due fattori: proteggendo il paziente e rinvigorendolo. Secondo la mia esperienza, è quanto mai opportuno che i direttori medici di tali stabilimenti si rendano ben conto che trattano non con vittime della civiltà o dell'ereditarietà, ma - *sit venia verbo* - con persone minorate nella sessualità.

Oggi non possediamo alcun metodo di prevenzione del concepimento che sia tale da soddisfare ogni legittima esigenza - cioè, che sia certo e comodo, che non diminuisca la sensazione del piacere durante il coito e che non ferisca la sensibilità della donna. Questo pone ai medici un compito pratico alla cui soluzione potranno dedicare le loro energie non senza soddisfazione. Chiunque colmi questa lacuna della tecnica medica preserverà la gioia di vivere e conserverà la salute di innumerevoli persone, sebbene, per la verità, darà anche l'avvio a un mutamento drastico delle nostre condizioni sociali.

Nella mia esperienza ho visto che i bambini sono capaci di ogni attività sessuale psichica e molti anche di attività sessuali somatiche.

Le psiconevrosi, come genere di malattia, non sono affatto malattie lievi. Una volta insorto l'isterismo, nessuno può predire quando finirà. Noi in gran misura ci consoliamo con la vana profezia che “un giorno improvvisamente sparirà”. La guarigione molto spesso risulta essere semplicemente un accordo sulla tolleranza reciproca tra la parte malata del paziente e la parte sana; è il risultato di un sintomo di una fobia.

Tra di noi è diffuso un detto relativo ai gioielli falsi che non sono d'oro, ma forse sono stati qualche volta accanto a qualcosa d'oro.

Questa stessa similitudine vale per certe esperienze nell'infanzia che sono rimaste nella memoria non perché fossero d'oro, ma perché vicine all'oro.

La convinzione spontanea della persona che si è appena svegliata è che i suoi sogni,

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

anche se non sono venuti essi stessi da un altro mondo, lo hanno comunque trasportato in un altro mondo.

Tutto il materiale che costituisce il contenuto di un sogno è in qualche modo derivato dall'esperienza, cioè è stato riprodotto o ricordato nel sonno: questo almeno può essere considerato un fatto indiscusso.

Una delle fonti dalle quali i sogni traggono il loro materiale per la riproduzione, materiale che in parte non è né ricordato né usato nell'attività mentale della vita da svegli; è l'esperienza infantile.

I sogni in genere sono privi di intelligibilità e ordine. Le composizioni che costituiscono i sogni sono prive di quelle qualità che renderebbero possibile ricordarli e vengono dimenticate perché in genere si scompongono un momento dopo.

I sogni cedono il posto alle impressioni di un nuovo giorno come lo splendore delle stelle cede alla luce del sole.

Chiunque, conducendo ricerche scientifiche, presti attenzione ai sogni per un determinato periodo di tempo, sognerà più del solito, il che vuol dire che ricorda i sogni con più facilità e frequenza.

Lo studio scientifico dei sogni parte dalla supposizione che essi sono il prodotto della nostra attività mentale. Ciononostante il sogno finito ci colpisce come qualcosa di estraneo. Siamo così poco portati a riconoscere la nostra responsabilità, che diciamo altrettanto facilmente *mir hat getraumt* ["ho avuto un sogno"] che *ich habe getraumt* ["ho fatto un sogno"].

I sogni [...] pensano prevalentemente con immagini visive, ma non esclusivamente; essi infatti fanno uso anche di immagini auditive e, in misura minore, delle impressioni degli altri sensi. Molte cose si manifestano nei sogni (proprio come fanno nella vita da svegli) semplicemente come pensieri o idee, probabilmente cioè in forma di residui di rappresentazioni verbali. Tuttavia, ciò che è veramente caratteristico nel contenuto dei sogni, sono quegli elementi che si comportano come immagini, cioè più simili a percezioni che a rappresentazioni della memoria. Tralasciando tutte le argomentazioni, così note agli psichiatri, sulla natura delle allucinazioni, concorderemo con tutte le opinioni autorevoli sull'argomento nell'affermare che i sogni allucinano, che sostituiscono le allucinazioni ai pensieri.

Da lungo tempo è stata richiamata l'attenzione sull'affinità intima tra sogni e malattie mentali, che si rivela nell'ampia concordanza delle loro manifestazioni. Maury dice che il primo a rilevarla fu Cabanis e dopo di lui Lélut, J. Moreau e, in particolare, il

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

filosofo Maine de Biran. Senza dubbio il confronto risale a tempi ancora più lontani; Radestock inizia il capitolo nel quale ne tratta con delle citazioni che stabiliscono un'analogia tra i sogni e la pazzia. Kant dice in un punto: “Il pazzo è un sognatore sveglio”. Krauss dichiara che “la pazzia è un sogno sognato mentre i sensi sono svegli”. Schopenhauer chiama i sogni una breve follia e la follia un lungo sogno. Hagen descrive il delirio come vita onirica prodotta non dal sonno ma da malattia. Wundt scrive: “Noi stessi, in realtà, possiamo sperimentare nei sogni quasi tutti quei fenomeni che si verificano nei manicomi”.

L'indiscutibile analogia tra i sogni e la follia, così come si estende ai dettagli in particolare, è uno dei più potenti sostegni della teoria medica della vita onirica, che considera il sognare come un inutile processo disturbatore e come l'espressione di un'attività ridotta dalla mente. Tuttavia non ci si deve aspettare che troveremo la definitiva spiegazione dei sogni partendo dai disturbi psichici; infatti è generalmente riconosciuto l'insoddisfacente stato della nostra conoscenza riguardo all'origine di questi ultimi. È abbastanza probabile, al contrario, che un cambiamento di atteggiamento riguardo ai sogni influenzerà nello stesso tempo le nostre opinioni sul meccanismo interno dei disordini mentali, e che lavoreremo per la spiegazione delle psicosi mentre stiamo cercando di chiarire il mistero dei sogni.

L'avversione ad imparare qualcosa di nuovo [...] è caratteristica degli uomini di scienza. Con parole ironiche Anatole France dice: “*Les savants ne sont pas curieux*” [“I saggi non sono curiosi”].

Ciò che Schiller descrive come un allentamento della sorveglianza alle porte della ragione, cioè l'atteggiamento di autosservazione priva di critica, non è affatto difficile. La maggior parte dei miei pazienti lo realizza dopo le prime istruzioni. Io stesso posso farlo perfettamente aiutandomi con lo scrivere le idee come mi vengono in mente. La quantità di energia psichica con la quale è possibile ridurre l'attività critica e aumentare l'intensità dell'autosservazione varia considerevolmente secondo l'argomento sul quale uno cerca di fissare l'attenzione.

I sogni non devono essere paragonati ai suoni discordanti che provengono da uno strumento musicale percosso da un tocco estraneo invece che dalla mano del musicista, non sono privi di significato, non sono assurdi; non implicano che una parte delle nostre rappresentazioni sia addormentata, mentre un'altra parte comincia a svegliarsi. Al contrario, sono fenomeni psichici pienamente validi e cioè soddisfazioni di desideri; essi possono essere inseriti nella catena degli atti mentali comprensibili della veglia; essi vengono elaborati da un'attività mentale estremamente complicata.

Spesso i sogni si rivelano, senza alcuna maschera, come appagamenti di desideri; cosicché ci si può meravigliare che il linguaggio dei sogni non sia stato già compreso

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

da lungo tempo. Per esempio, c'è un sogno che io posso produrre in me quando voglio, per così dire sperimentalmente. Se la sera mangio sardine, olive o qualsiasi altro cibo molto salato, durante la notte mi viene sete e mi sveglio. Ma il mio risveglio è preceduto da un sogno che ha sempre lo stesso contenuto cioè che sto bevendo. Sogno che sto già bevendo a grandi sorsi dell'acqua, che ha quel sapore delizioso delle bevande fredde per chi è arso dalla sete.

I sogni dei bambini sono spesso mere soddisfazioni di desideri e in questo caso sono ben poco interessanti in confronto ai sogni degli adulti. Essi non sollevano problemi da risolvere, ma d'altra parte hanno una grandissima importanza al fine di dimostrare che i sogni, nella loro essenza, rappresentano l'adempimento dei desideri.

Quando, nel corso di un lavoro scientifico, ci si trova di fronte ad problema difficile da risolvere, è spesso un buon sistema quello di aggiungere all'originale un secondo problema, proprio come è più facile schiacciare due noci insieme piuttosto che separatamente.

È vero che ci sono dei sogni [...] che sono palesi appagamenti di desideri. Ma nei casi in cui non si può riconoscere la soddisfazione del desiderio, dove questo è mascherato, ci deve essere stato un atteggiamento di difesa contro di esso: e proprio per questa difesa il desiderio non si è potuto esprimere se non in una forma distorta.

Possiamo [...] presumere che, nel singolo individuo, i sogni ricevano una forma dall'azione di due forze psichiche (che possiamo anche chiamare correnti o sistemi), una delle quali costruisce il desiderio espresso dal sogno, mentre l'altra esercita una censura su di esso provocando, di conseguenza, una deformazione della sua espressione.

L'identificazione è un fattore molto importante nel meccanismo dei sintomi isterici: riesce a far esprimere ai pazienti nei loro sintomi non solo le loro esperienze personali, ma anche quelle di un gran numero di altre persone, a farli soffrire in un certo senso per tutta una folla di gente e a recitare tutte le parti di una commedia da soli.

L'identificazione viene più frequentemente usata nell'isteria per esprimere un comune elemento sessuale. L'isterica si identifica nei suoi sintomi di preferenza, anche se non esclusivamente, con le persone con le quali ha avuto rapporti sessuali o con quelle che hanno avuto rapporti sessuali con le stesse persone con le quali ne ha avuti lei.

C'è una componente masochista nella costituzione sessuale di molte persone, che deriva dalla trasformazione nel suo contrario della componente aggressiva, sadica. Quelli che provano piacere, non nel dolore fisico inflitto loro, ma nell'umiliazione e tortura mentale, si possono chiamare "masochisti mentali". Si comprende subito che

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

questo tipo di persone può fare sogni contrari a desideri e sogni spiacevoli, che tuttavia sono realizzazioni di desideri perché soddisfano le loro tendenze masochiste.

Tutti abbiamo dei desideri che preferiremmo non svelare ad altre persone e desideri che non ammettiamo nemmeno di fronte a noi stessi.

I sogni di angoscia sono sogni di contenuto sessuale, in cui la libido è stata trasformata in angoscia.

I sogni possono scegliere il loro materiale da qualunque parte della vita del sognatore, purché ci sia un'associazione di pensieri che leghi l'esperienza del giorno del sogno (le impressioni "recenti") con quelle più lontane.

I nostri pensieri nei sogni sono dominati dallo stesso materiale che ci tiene impegnati durante il giorno, e ci preoccupiamo di sognare solo quelle cose che ci hanno dato ragione di riflettere durante il giorno.

Il regno del motto di spirito non conosce frontiere.

Se nel corso di un solo giorno abbiamo due o più esperienze adatte a provocare un sogno, questo farà riferimento ad un tutto unico; *esso è costretto a farne un'unità*.

Non ci sono sogni "innocenti". Queste sono le mie opinioni nel senso più rigoroso e più assoluto, se lasciamo da parte i sogni dei bambini e forse le brevi reazioni oniriche a sensazioni provate durante la notte. A parte questo, ciò che sogniamo o si riconosce in modo manifesto come psichicamente significativo, o è deformato e non può essere giustificato finché il sogno non è stato interpretato, dopo di che ancora una volta risulta essere significativo.

I sogni non riguardano mai delle sciocchezze; non permettiamo infatti che il nostro sonno venga turbato da inezie.

I sogni apparentemente innocenti si rivelano essere l'opposto quando si prende la cura di interpretarli. Si potrebbe dire che sono lupi in veste d'agnelli.

Ogni sogno è legato alle esperienze recenti nel suo contenuto manifesto, mentre si ricollega alle esperienze più lontane nel suo contenuto latente.

I sogni spesso sembrano avere più di un significato. Essi, come hanno mostrato i nostri esempi, includono parecchie soddisfazioni di desideri, l'una accanto all'altra; inoltre, una successione di significati o di soddisfazioni di desideri può essere sovrapposta ad un'altra, dove quella più profonda è la soddisfazione di un desiderio della prima infanzia. E qui ci si dovrebbe chiedere di nuovo se non sia più esatto

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

asserire ciò che avviene “sempre”, piuttosto che “spesso”.

Il fatto che i significati dei sogni siano disposti in strati sovrapposti costituisce uno dei più delicati ma anche dei più interessanti problemi dell'interpretazione dei sogni. Chiunque dimentichi questa possibilità andrà facilmente fuori strada e arriverà a fare delle affermazioni insostenibili sulla natura dei sogni.

In genere non siamo in grado di interpretare i sogni di un'altra persona, a meno che essa non sia preparata a comunicare i pensieri inconsci che si celano dietro al suo contenuto.

In genere ogni persona ha la facoltà di costruire il suo mondo onirico secondo le proprie caratteristiche individuali, rendendolo così incomprensibile agli altri. Appare evidente, comunque, che in contraddizione con questo, ci sono certi sogni simili per tutti e che si presume abbiano lo stesso significato per tutti. Un interesse particolare è collegato a questi sogni tipici, poiché essi presumibilmente sorgono dalle stesse fonti in ogni caso e quindi sembrano particolarmente qualificati a chiarire le fonti del sogno.

Solo nell'infanzia ci facciamo vedere seminudi da membri della famiglia e da estranei, governanti, cameriere, ospiti, e solo allora non ci vergogniamo della nostra nudità. Possiamo ora osservare che lo spogliarsi ha un effetto quasi inebriante su molti bambini, anche quando sono più grandi, invece di far loro provare vergogna. Ridono e saltano da tutte le parti e si colpiscono, mentre la madre o chiunque sia presente li rimprovera, dicendo: “Vergognati, questo non si fa!”. I bambini spesso manifestano il desiderio di esibirsi.

Il paradiso stesso non è altro che una fantasia collettiva dell'infanzia dell'individuo. Ecco perché l'umanità era nuda in paradiso e non c'era vergogna, finché arrivò il momento in cui si risvegliò la vergogna e l'angoscia, seguì la cacciata e cominciò la vita sessuale e il compito della civiltà. Ma noi possiamo riconquistare questo paradiso ogni notte nei nostri sogni.

Nella psicoanalisi si impara ad interpretare la contiguità temporale come connessione oggettiva. Due pensieri che si susseguono immediatamente senza un nesso apparente, compongono in realtà un'unità che deve essere scoperta; allo stesso modo, se scrivo una “a” e una “b” di seguito, devono essere pronunciate come un'unica sillaba “ab”. Lo stesso vale per i sogni.

I desideri che il sogno soddisfa non sono sempre desideri attuali. Possono anche essere desideri del passato che sono stati abbandonati, ricoperti da altri, rimossi, e ai quali dobbiamo attribuire una specie di continuazione di esistenza solo a causa del loro rivivere in un sogno. Essi sono morti nel senso che diamo noi alla parola, ma

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

solo nel senso delle ombre dell'Odissea, che si risvegliavano ad una certa forma di vita appena bevevano del sangue.

Se qualcuno sogna, con tutte le espressioni di dolore, che il padre o la madre o un fratello o una sorella muoiono, non impiegherei mai il sogno come prova che egli desidera la morte di quella persona *in quel momento*. La teoria dei sogni non richiede tanto; le basta la deduzione che questa morte è stata desiderata una volta o l'altra durante l'infanzia del sognatore.

Molte persone [...] che amano i fratelli e le sorelle e che si sentirebbero desolate per la loro morte, nutrono contro di essi desideri cattivi nell'inconscio da moltissimo tempo; e questi desideri possono essere realizzati dai sogni.

I sentimenti ostili tra fratelli e sorelle devono essere molto più frequenti nell'infanzia di quanto possa osservare l'occhio cieco dell'adulto.

I sogni di morte dei genitori si applicano con maggiore frequenza al genitore dello stesso sesso del sognatore: cioè, gli uomini sognano soprattutto la morte del padre, le donne quella della madre. Non posso pretendere che ciò sia universalmente vero, ma lo è nella maggioranza dei casi, in modo così evidente da richiedere una spiegazione basata su un elemento che abbia validità generale. Grosso modo, è come se si provasse nei primi anni una preferenza sessuale: come se i ragazzi considerassero i padri e le ragazze le madri dei rivali in amore, la cui eliminazione non potrebbe non avvantaggiarli.

Il medico ha spesso occasione di notare che il dolore del figlio per la perdita del padre non riesce a soffocare la soddisfazione per aver infine conseguito la sua libertà.

Le occasioni di conflitto tra la figlia e la madre sorgono quando la figlia comincia a crescere e a desiderare la libertà sessuale, mentre si trova sotto la tutela della madre; e per la madre, d'altra parte, la crescita della figlia è l'avvertimento che è venuta per lei l'ora di abbandonare le sue pretese di soddisfazioni sessuali.

Il desiderio della morte dei genitori risale alla primissima infanzia. Nel caso di psiconevrotici soggetti all'analisi, questa supposizione trova conferma con certezza assoluta.

I genitori dimostrano in genere una parzialità sessuale: una predilezione naturale fa in genere in modo che l'uomo tenda a viziare le figliette, mentre la madre prende la parte dei maschietti; ciò anche se entrambi, quando il loro giudizio non è turbato dalla magia del sesso controllano severamente l'educazione dei loro figli. Il bambino è ben consapevole di questa parzialità e si ribella contro quello dei genitori che ad

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

essa si oppone. L'essere amato da un adulto non solo porta al bambino la soddisfazione di una particolare esigenza ma anche la certezza che si cederà alla sua volontà in tutto il resto. Così egli seguirà il suo istinto sessuale e nello stesso tempo rafforzerà la preferenza mostrata dai genitori, se la sua scelta coincide con la loro.

I genitori hanno la parte più importante nella vita psichica di tutti i bambini che diventeranno psiconevrotici. L'amore per un genitore e l'odio per l'altro sono le componenti essenziali del gruppo di impulsi psichici che si forma in quel periodo e che è tanto importante per la determinazione dei sintomi della successiva nevrosi.

I sogni sono brevi, miseri e laconici in confronto all'estensione e abbondanza dei pensieri del sogno. Un sogno scritto riempirà forse mezza pagina, l'analisi che ricerca i pensieri latenti può prendere uno spazio sei, otto o dieci volte maggiore. Questo rapporto varia a seconda dei sogni, ma la mia esperienza mi fa credere che la direzione non cambia mai.

La formazione dei sogni [è] basata su un processo di condensazione.

I sogni prendono in considerazione in generale la connessione che indubbiamente esiste tra tutte le parti dei pensieri del sogno, fondendo tutto il materiale in un'unica situazione o fatto. Essi riproducono la *connessione logica* mediante *la simultaneità del tempo*. E qui agiscono come il pittore che in un quadro della Scuola di Atene o del Parnaso rappresenta in un unico gruppo tutti i filosofi o tutti i poeti. È vero che in realtà non si sono mai riuniti tutti in un'unica sala o su una cima di montagna, ma certamente formano un gruppo concettualmente.

L'alternativa "o-o" non può essere espressa nei sogni in alcun modo. [...] Se, nel raccontare un sogno, il narratore si sente portato a servirsi di un "o-o", - per esempio, "era un giardino o un salotto" -, nei pensieri del sogno non c'era un'alternativa ma un "e", una semplice aggiunta. Un "o-o" si usa soprattutto per descrivere un elemento del sogno che abbia un carattere vago, che comunque può essere risolto. In questi casi la regola per l'interpretazione è: considera di uguale valore le due apparenti alternative e collegale con un "e".

So per esperienza, alla quale non ho trovato eccezioni, che ogni sogno tratta del sognatore stesso. I sogni sono completamente egoistici. Ogni volta che il mio Io non appare nel contenuto del sogno, ma c'è solo qualche sconosciuto, posso ritenere con sicurezza che il mio Io si cela mediante l'identificazione con questa persona; posso inserire il mio Io nel contesto. Altre volte, quando il mio Io appare nel sogno, la circostanza in cui appare può farmi capire che c'è qualche altra persona nascosta dietro di me per identificazione. In tal caso il sogno dovrebbe ammonirmi di trasferire su me stesso, durante l'interpretazione, l'elemento comune nascosto, che si riferisce a quella persona. Ci sono dei sogni in cui il mio Io appare insieme ad altre



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

persone, che, quando si risolve l'identificazione, risultano essere di nuovo il mio Io. Grazie a queste identificazioni dovrei quindi essere in grado di portare il mio Io a contatto con determinate idee la cui accettazione è stata proibita dalla censura. Quindi il mio Io può essere rappresentato in un sogno parecchie volte, ora direttamente, ora mediante la identificazione con persone estranee.

Molto spesso l'inversione viene impiegata proprio nei sogni che sorgono da impulsi omosessuali repressi.

I commenti su un sogno, o le osservazioni apparentemente ingenue, spesso servono a mascherare una parte di quanto si è sognato nella maniera più sottile; ma in realtà la tradiscono.

In qualsiasi lingua i termini concreti, a causa della storia del loro sviluppo, sono più ricchi di associazione dei termini concettuali.

Le parole, poiché sono i centri di collegamento di numerose idee, possono considerarsi come predestinate all'ambiguità; e le nevrosi (per esempio, le ossessioni e le fobie), non meno dei sogni, si servono spudoratamente dei vantaggi offerti dalle parole a scopo di condensazione e mascheramento.

Nell'interpretazione di qualsiasi elemento del sogno in genere è dubbio: *a.* se esso vada preso in senso positivo o negativo (come relazione antitetica); *b.* se debba essere interpretato storicamente (come un ricordo); *c.* o simbolicamente, o *d.* se la sua interpretazione debba dipendere dall'espressione verbale.

La presenza dei simboli nei sogni non solo per alcuni versi facilita la loro interpretazione, ma la rende per altri versi più difficile.

Nessun altro istinto è stato soggetto fin dall'infanzia a tanta repressione, quanto l'istinto sessuale con le sue numerose componenti. [...] Nessun altro istinto lascia tanti desideri inconsci e così forti, pronti a produrre sogni nello stato di sonno. Nell'interpretare i sogni non dovremmo mai dimenticare l'importanza dei complessi sessuali, evitando naturalmente l'esagerazione di attribuire ad essi importanza esclusiva.

Possiamo affermare che molti sogni, se attentamente interpretati, sono bisessuali, in quanto ammettono senza dubbio una sovrainterpretazione in cui si realizzano gli impulsi omosessuali del sognatore, gli impulsi, cioè, che sono contrari alle sue normali attività sessuali. Tuttavia sostenere, come fanno Stekel e Adler, che tutti i sogni devono essere interpretati bisessualmente mi sembra una generalizzazione nello stesso tempo indimostrabile e poco probabile che non mi sento di appoggiare. In particolare poi non posso ignorare il fatto evidente che ci sono numerosi sogni che

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

soddisfano esigenze diverse da quelle erotiche, nel senso più ampio della parola: sogni di fame e di sete, sogni di comodità, ecc.

Quando io insisto con i miei pazienti sulla frequenza dei sogni edipici, in cui il sognatore ha un rapporto sessuale con la propria madre, essi rispondono spesso: “Non ricordo di aver mai fatto un sogno simile”. Subito dopo, tuttavia, verrà fuori un ricordo di qualche altro sogno poco chiaro e indifferente, che il paziente ha fatto ripetutamente. L'analisi mostra allora che questo è effettivamente un sogno con lo stesso contenuto, ancora una volta un sogno edipico. Posso affermare con certezza che i sogni mascherati di rapporti sessuali con la madre del sognatore sono molto più frequenti di quelli manifesti.

L'evoluzione del linguaggio ha facilitato molto le cose ai sogni. La lingua ha infatti a sua disposizione moltissime parole che in origine avevano un significato figurato e concreto, ma oggi sono usate in senso sbiadito e astratto. Tutto quanto i sogni devono fare è dare a queste parole il loro pieno significato primitivo o retrocedere ad una fase precedente del loro sviluppo.

Le impressioni del secondo anno di vita, e a volte anche del primo, lasciano un'impronta durevole sulla vita emotiva di coloro che in seguito si ammaleranno, e [...] queste impressioni, anche se deformate e in molti modi esagerate dalla memoria, possono costituire la prima e la più profonda base dei sintomi isterici. I pazienti, cui spiego queste cose al momento giusto, usano parodiare questa conoscenza appena acquisita dichiarando di essere pronti a cercare ricordi che risalgono al tempo *in cui non erano ancora in vita*.

Il distacco degli affetti dal materiale rappresentativo che li ha generati è la cosa più sorprendente che possa loro accadere durante la formazione dei sogni; ma non è né l'unica né la più essenziale alterazione che essi subiscono nel loro cammino dai pensieri del sogno al sogno manifesto. Se confrontiamo gli affetti dei pensieri del sogno con quelli del sogno, una cosa diventa subito evidente. Ogni volta che c'è un affetto in un sogno, esso si trova anche nei pensieri del sogno. Ma non viceversa. Un sogno è generalmente più povero di affetto del materiale psichico dalla cui elaborazione proviene. Quando ho ricostruito i pensieri del sogno, generalmente scopro che in essi i più intensi impulsi psichici lottano per farsi sentire e lottano in genere contro altri che sono in acuto contrasto con essi. Se poi ritorno al sogno esso appare spesso sbiadito e privo di tonalità emotiva di notevole intensità. Il lavoro onirico ha ridotto a un livello di indifferenza non solo il contenuto ma spesso anche il tono emotivo dei miei pensieri. Si potrebbe dire che il lavoro onirico determina una *repressione di affetti*.

L'inibizione di affetto [...] deve essere considerata la seconda conseguenza della censura dei sogni, come la deformazione del sogno ne è la conseguenza prima.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Come le rappresentazioni di cose possono apparire nei sogni trasformate nei loro opposti, così anche gli affetti collegati ai pensieri del sogno; e sembra probabile che questa inversione di affetti sia prodotta in genere dalla censura del sogno. Nella vita sociale, ci serviamo ugualmente della repressione e dell'inversione degli affetti, principalmente a scopo di dissimulazione.

Solo i rimproveri in cui c'è qualcosa di vero feriscono; solo quelli ci turbano.

La mia vita emotiva ha sempre richiesto un amico intimo e un nemico odiato. Sono sempre riuscito a procurarmene di nuovi ed è anzi successo spesso che la situazione ideale dell'infanzia si sia riprodotta così completamente da riunire nella stessa persona l'amico e il nemico, naturalmente non nello stesso momento o con continue oscillazioni, come deve essere successo nella mia prima infanzia.

Non si può negare che interpretare e raccontare i propri sogni richieda un alto grado di autodisciplina. Si è costretti ad emergere come l'unico mascalzone tra una folla di persone nobili con le quali si divide la vita.

Ci siamo trovati di fronte all'interrogativo, se la mente impieghi tutte le sue facoltà senza riserve per la formazione dei sogni o solo una parte di esse funzionalmente limitata. Le nostre indagini ci inducono a rifiutare interamente la forma in cui è stata posta questa domanda, poiché date le circostanze essa risulta inadeguata. Ma se dovessimo rispondere alla domanda nei termini in cui è stata posta, saremmo costretti a rispondere in senso affermativo ad entrambe le alternative, anche se apparentemente si escludono a vicenda.

L'affermazione fatta in questi termini perentori ("Tutto ciò che interrompe il progresso del lavoro onirico è una resistenza") è facilmente aperta ai malintesi. Naturalmente si deve prendere solo come una regola tecnica, come un avvertimento agli analisti. Non si può confutare che nel corso dell'analisi si possono verificare diversi eventi non imputabili alle intenzioni del paziente. Il padre può morire senza che egli lo abbia assassinato, o può scoppiare una guerra che interrompe l'analisi. Ma al di là dell'evidente esagerazione, l'affermazione sostiene qualcosa di nuovo e di vero. Anche se l'evento che causa l'interazione è reale e indipendente dal paziente, dipende spesso da lui l'entità dell'interazione che provoca; e la resistenza si rivela inequivocabilmente nella prontezza con la quale accetta un fatto di questo genere e nell'abuso che ne fa.

È indubbio che dimentichiamo sempre di più i sogni con il passare del tempo, dopo il risveglio; spesso li dimentichiamo nonostante i più faticosi sforzi per ricordarli. Ma sono dell'opinione che l'entità di questo oblio sia in genere sopravvalutata; e c'è anche una sopravvalutazione della limitazione della nostra conoscenza del sogno a

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

causa delle lacune. Spesso è possibile mediante l'analisi ritrovare tutto quanto è stato perso dimenticando il contenuto del sogno; o almeno, in numerosi casi si può ricostruire da un frammento non il sogno, che in ogni caso non è importante, ma l'insieme dei pensieri del sogno. Ciò richiede una certa attenzione e autodisciplina nel compiere l'analisi; questo è tutto, ma dimostra che non manca un fine ostile (di resistenza) attivo nel dimenticare i sogni.

L'oblio dei sogni dipende molto di più dalla resistenza che dalla concezione, messa in rilievo dagli altri autori, che lo stato della veglia e quello del sonno siano estranei l'uno all'altro.

Nessuno si deve aspettare che l'interpretazione dei suoi sogni gli cada in grembo come la manna dal cielo. [...] Deve ricordarsi del consiglio di Claude Bernard ai ricercatori di un laboratorio fisiologico: “travailler comme une bete”, lavorare, cioè, con l'ostinazione di una bestia e con noncuranza per il risultato. Seguendo questo consiglio, il compito non sarà più così difficile.

Alla domanda se tutti i sogni possano essere interpretati, bisogna rispondere negativamente. Non si deve dimenticare che nell'interpretazione del sogno siamo ostacolati dalle forze psichiche responsabili della sua deformazione. È quindi questione di forza relativa, se, nell'interpretazione del sogno, il nostro interesse intellettuale, la nostra capacità di autodisciplina, le nostre conoscenze psicologiche e la nostra pratica riescono a dominare le resistenze interne. E' sempre possibile arrivare fino a un certo punto: in ogni caso fino a convincerci che il sogno è una struttura con un significato, e in genere anche fino ad avere un'idea sul suo significato.

Spesso c'è una parte anche nel sogno interpretato più a fondo che dev'essere lasciata oscura; ciò avviene perché ci rendiamo conto durante il lavoro di interpretazione che a quel punto c'è un nodo di pensieri del sogno che non può essere districato e che inoltre non aggiunge nulla alla nostra conoscenza del contenuto del sogno. Questo è l'ombelico del sogno, il punto dove si immerge nell'ignoto. I pensieri del sogno, ai quali ci conduce l'interpretazione, non possono, per la natura delle cose, avere dei punti d'arrivo determinati; sono costretti a ramificarsi in tutte le direzioni nell'intricata rete del mondo del pensiero. E il desiderio del sogno emerge in qualche punto in cui questa rete è particolarmente fitta, come un fungo dal suo micelio.

I deliri sono il prodotto della censura che non si preoccupa più di celare la sua attività: invece di collaborare nel produrre una nuova versione che sia ineccepibile, distrugge apertamente ciò che disapprova, così che ciò che rimane diventa piuttosto incoerente. Questa censura agisce esattamente come la censura dei giornali alla frontiera russa, che lascia andare tra le mani dei suoi lettori, che deve proteggere, i giornali stranieri, solo dopo aver cancellato i passaggi pericolosi.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

I desideri inconsci sono sempre attivi. Ma, nonostante questo, sembra che non siano abbastanza forti da rendersi percettibili durante il giorno.

Posso dire che è di esperienza quotidiana il fatto che il rapporto sessuale tra adulti sembri spaventoso ai bambini che lo osservano e che provochi angoscia in essi. Ho spiegato questa angoscia deducendo che stiamo trattando di una eccitazione sessuale che la loro intelligenza non è in grado di affrontare, e che inoltre essi indubbiamente rifiutano poiché implica i loro genitori; e quindi si trasforma in angoscia.

La nostra teoria dei sogni considera i desideri che risalgono all'infanzia come la forza motrice indispensabile per la formazione dei sogni.

Il punto non è che i sogni creano la fantasia, ma piuttosto che l'attività inconscia della fantasia contribuisce notevolmente alla formazione dei pensieri del sogno.

Le elaborazioni di pensiero più complicate sono possibili senza la partecipazione della coscienza.

Il sogno non è un fenomeno patologico; non presuppone un disturbo dell'equilibrio psichico; non lascia dietro di sé una perdita di efficienza.

L'interpretazione dei sogni è la strada maestra verso la conoscenza delle attività inconscie della mente.

I sogni non sono gli unici fenomeni che ci permettano di trovare nella psicologia una base per la psicopatologia.

Il medico e il filosofo si incontrano solo se entrambi riconoscono che l'espressione "processi psichici inconsci" è "l'espressione giusta e adatta di un fatto assodato con certezza". Il medico può solo scrollare le spalle, se si sente dire che "la coscienza è la caratteristica indispensabile di ciò che è psichico", e forse, se nutre ancora abbastanza rispetto per le espressioni dei filosofi, penserà che non si sono occupati della stessa cosa e non hanno lavorato per la stessa scienza. Poiché anche una sola osservazione comprensiva della vita psichica di un nevrotico o un'unica analisi di un sogno devono lasciargli l'irremovibile convinzione che i più complicati e razionali processi del pensiero, cui certamente non si può negare il nome di processi psichici, possono manifestarsi senza eccitare la coscienza del soggetto.

È necessario abbandonare la sopravvalutazione della qualità di essere coscienti per potersi formare una visione esatta dell'origine di ciò che è psichico.

Si deve ritenere che l'inconscio sia la base generale della vita psichica. L'inconscio è

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

la sfera più larga, che comprende all'interno la più piccola del conscio. Qualsiasi cosa cosciente ha uno stadio preliminare inconscio; mentre ciò che è inconscio può restare a quello stadio e tuttavia reclamare il valore pieno di processo psichico. L'inconscio è la vera realtà psichica; nella sua intima essenza ci è sconosciuto quanto la realtà del mondo esterno, e la coscienza ce lo presenta in modo così incompleto come i nostri organi sensori ci comunicano il mondo esterno.

Siamo probabilmente portati a sopravvalutare notevolmente il carattere cosciente della produzione intellettuale e artistica. I racconti fatti da alcuni degli uomini più produttivi, quali Goethe e Helmholtz, ci mostrano piuttosto che ciò che è essenziale e nuovo nelle loro creazioni è venuto loro senza premeditazione e quasi come un insieme già pronto. Non c'è nulla di strano se in altri casi, dove si richiedeva una concentrazione di tutte le facoltà intellettuali, anche l'attività cosciente abbia dato il suo contributo. Ma l'attività cosciente abusa troppo del suo privilegio per cui, ogni volta che ha un ruolo, nasconde ai nostri occhi tutte le altre attività.

I molteplici problemi della coscienza si possono afferrare solo mediante un'analisi dei processi di pensiero nell'isteria.

Credo che l'imperatore romano che fece uccidere uno dei suoi uomini perché aveva sognato di assassinare l'imperatore, avesse torto. Avrebbe dovuto cominciare con il cercare di scoprire il significato del sogno; molto probabilmente il suo significato era diverso da quello che sembrava. E anche se un sogno con un contenuto diverso contenesse un atto di lesa maestà come significato, non sarebbe forse giusto ricordare il detto di Platone, che l'uomo virtuoso si accontenta di sognare ciò che un uomo malvagio fa realmente? Credo che la cosa migliore sia lasciar liberi i sogni.

Nell'epoca che possiamo chiamare prescientifica gli uomini non avevano difficoltà nel trovare una spiegazione ai sogni. Quando al risveglio ricordavano un sogno, lo consideravano una manifestazione favorevole od ostile di potenze superiori, demoniache e divine. Allorché cominciarono a diffondersi le dottrine naturalistiche, tutta questa ingegnosa mitologia si mutò in psicologia, ed oggi solo un'esigua minoranza delle persone istruite dubita che i sogni siano un prodotto della mente del sognatore.

Un giorno ho scoperto con grande stupore che la concezione dei sogni più vicina alla verità non era quella medica, bensì quella popolare, per quanto fosse ancora per metà implicata nella superstizione.

Le fobie e le ossessioni sono estranee alla coscienza normale come lo sono i sogni per la coscienza vigile, e la loro origine è ignota alla coscienza come quella dei sogni.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Abbiamo tutte le ragioni per aspettarci che una spiegazione dei processi psichici dei bambini, nei quali essi, forse, sono notevolmente semplificati, risulti una premessa indispensabile per le ricerche sulla psicologia dell'adulto.

Nel caso degli adulti, chiunque abbia esperienza nell'analizzarne i sogni scoprirà con stupore che anche quelli che all'apparenza sono di una chiarezza trasparente, raramente sono semplici come nei bambini e che al di là della realizzazione di desiderio può essere celato qualche altro significato.

Solo raramente ricorrono nei sogni delle riproduzioni fedeli e dirette di scene reali.

Numerosi fenomeni della vita quotidiana di persone sane, come dimenticanze, lapsus, movimenti goffi ed una particolare classe di errori, sono determinati da un meccanismo psichico analogo a quello dei sogni e degli altri anelli della serie.

Il futuro che ci mostra il sogno non è quello che accadrà, ma quello che vorremmo accadesse. La mente popolare si comporta qui come fa generalmente: crede in ciò che desidera.

I sogni ricadono in tre categorie, a seconda del loro atteggiamento nei confronti dell'appagamento di desiderio. La prima categoria è costituita da quei sogni che rappresentano apertamente un desiderio non rimosso: si tratta dei sogni di tipo infantile che diventano sempre più rari tra gli adulti. In secondo luogo ci sono i sogni che esprimono un desiderio rimosso con un travestimento: questi indubbiamente costituiscono la stragrande maggioranza dei nostri sogni e possono essere compresi solo con l'analisi. Infine ci sono i sogni che rappresentano un desiderio rimosso, senza mascherarlo o con una maschera insufficiente. Questi ultimi sogni sono sempre accomunati dall'angoscia, che li interrompe. In tal caso l'angoscia sostituisce la deformazione onirica, e nei casi della seconda categoria l'angoscia si evita solo grazie al lavoro onirico. Non è difficile dimostrare che il contenuto rappresentativo che produce l'angoscia era una volta un desiderio, che poi è stato rimosso.

La nostra ipotesi è che nell'apparato psichico ci siano due agenti di creazione del pensiero, di cui il secondo gode il privilegio di fare accedere liberamente alla coscienza i suoi prodotti, mentre l'attività del primo è in sé inconscia e può raggiungere la coscienza solo attraverso il secondo.

Qualunque desiderio o bisogno ha l'effetto di inibire il sonno.

È indiscutibile che i bambini credano alle immagini oniriche, poiché queste sono rivestite dell'apparenza psichica di percezioni, ed essi non hanno ancora acquisito la facoltà di distinguere le allucinazioni o le fantasie dalla realtà.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Dopo avere studiato la sessualità infantile, che è spesso così riservata nelle sue manifestazioni ed è sempre trascurata e incompresa, possiamo dire che quasi tutti gli individui civilizzati conservano sotto qualche aspetto le forme infantili di vita sessuale. Possiamo quindi comprendere perché i desideri sessuali infantili rimossi costituiscano impulsi più frequenti e potenti per la formazione dei sogni.

La maggior parte dei simboli del sogno serve a rappresentare persone, parti del corpo e attività di interesse erotico; in particolare, i genitali sono rappresentati da numerosi simboli spesso sorprendenti, e la più grande varietà di oggetti serve ad indicarli simbolicamente. Armi appuntite, oggetti lunghi e rigidi, come tronchi e bastoni, rappresentano l'organo genitale maschile; mentre armadi, scatole, carrozze e forni rappresentano l'utero.

In linea generale, possiamo distinguere due tipi fondamentali di dimenticanze di nomi: un nome può essere dimenticato sia perché direttamente collegato a qualcosa di sgradevole, sia per il suo nesso con altre parole le quali, a loro volta, richiamino qualcosa di sgradevole. Dunque, i nomi possono essere perturbati nella riproduzione sia per motivi loro, sia per relazioni associative più o meno prossime.

Tutti noi sogniamo prevalentemente in immagini visive. Nei ricordi d'infanzia ritroviamo, in un certo senso, questa stessa regressione: essi si presentano sempre in caratteri plasticamente visivi, e ciò anche nei soggetti i cui ricordi successivi non hanno questa caratteristica. Così, i ricordi visivi si accostano al tipo dei ricordi infantili.

I lapsus si verificano spesso in periodo di guerra, fenomeno, del resto, facilmente spiegabile.

L'affinità tra un lapsus ed un gioco di parole può essere molto forte.

Dobbiamo osservare che spessissimo gli aristocratici deformano i nomi dei loro medici, dal che si può dedurre che, in fondo, nonostante la cortesia che ostentano nei loro riguardi, in qualche modo li disprezzano.

Il lapsus non ha alcun bisogno di essere facilitato dalla rassomiglianza fonetica e [...] può essere provocato da rapporti inconsci di natura esclusivamente psichica.

La sostituzione di ciò che si vorrebbe dire con il suo contrario è determinata dalla autocritica, da un'intima opposizione contro le parole che ci si propone di pronunciare. Ci si accorge allora con meraviglia che il tenore di un'affermazione, di una assicurazione, di una protesta, contraddice nettamente all'intenzione verbale e che il lapsus mette a nudo l'assenza di una sincerità profonda.



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

L'ilarità e lo scherno che i *lapsus linguae* provocano in circostanze importanti sono una conferma contro l'opinione generalmente ammessa per cui questi lapsus sarebbero errori puri e semplici, senza altro significato psicologico.

La perturbazione del linguaggio sta ad indicare un conflitto interiore. Io escludo che qualcuno possa commettere un lapsus nel corso di una udienza davanti a Sua Maestà, durante un'ardente dichiarazione d'amore o davanti ai giurati, mentre si è impegnati a difendere il proprio onore, il proprio nome, insomma in tutti quei casi in cui si partecipa totalmente a ciò che si dice.

Un modo di scrivere chiaro e piano dimostra che l'autore è d'accordo con se stesso, mentre frasi contorte ed artificiose ci si presentano, senza tema di errore, come espressione di idee complicate, poco chiare, esposte senza convinzione, come appesantite dall'autocritica dell'autore.

Dimenticare di apporre la propria firma è un caso intermedio tra il *lapsus calami* e la dimenticanza. Un assegno non firmato equivale ad un assegno dimenticato.

A chi tendesse a sopravvalutare lo stato attuale delle nostre conoscenze della vita psichica basterebbe ricordare la funzione della memoria per costringerlo alla modestia.

Nessuna teoria psicologica è stata ancora in grado di fornire una spiegazione generale del fenomeno fondamentale della memoria e della dimenticanza; e perfino l'analisi completa dei dati dell'osservazione è appena iniziata.

L'abilità inconscia con la quale motivi reconditi, ma importanti, ci fanno perdere degli oggetti, è paragonabile soltanto alla "sicurezza sonnambolica".

Esaminando attentamente i casi di impossibilità a ritrovare oggetti smarriti, si è costretti ad ammettere che non può esservi altra causa che un'intenzione inconscia.

La tendenza a dimenticare ciò che è penoso o riprovevole mi sembra generale, anche se la facoltà di dimenticare è più o meno sviluppata secondo gli individui. Nella pratica medica ci imbattiamo in più di un caso in cui i sintomi sono negati e probabilmente non sono altro che *dimenticanze*.

Il principio architettonico dell'apparato psichico è la sovrapposizione, la stratificazione di più istanze differenti.

Riguardo alle tradizioni e alle leggende di un popolo si ammette generalmente che, per capirle a fondo, bisogna tener conto [...] del desiderio di far sparire dal ricordo del popolo ogni fatto che possa ferire il suo sentimento nazionale. Forse, in seguito,

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

uno studio più approfondito permetterà di stabilire una perfetta analogia fra il modo in cui si formano le tradizioni popolari, da una parte, ed i ricordi infantili del singolo individuo, dall'altra.

Nell'autobiografia di Darwin, si trova il seguente passo, che rispecchia sia la sua precisione scientifica sia la sua perspicacia psicologica: “Per molti anni ho seguito una regola aurea: ogni volta che mi capitava di leggere o comunque di venire a conoscenza di un fatto o di un'osservazione o di una nuova idea, contraria ai risultati generali ottenuti da me li annotavo fedelmente ed immediatamente, perché so per esperienza che idee e fatti del genere si scordano più facilmente di quelli che ci sono favorevoli”.

Nessuno dimentica di eseguire azioni che reputa importanti, senza esporsi al sospetto di disturbo mentale.

Le donne, che hanno un'intuizione più profonda dei processi psichici inconsci, sono generalmente portate a ritenersi offese se non le si riconosce per la strada, cioè se non le si saluta. Non pensano mai per prima cosa che la colpa possa essere della miopia o della disattenzione della persona incontrata. Sostengono che non sarebbe avvenuto se vi fosse stato dell'interesse.

Anche negli uomini considerati onestissimi, si scoprono facilmente i segni di un dubbio comportamento nei riguardi del denaro e della proprietà. L'avidità primitiva del lattante che cerca d'impadronirsi di tutti gli oggetti (per metterseli in bocca) non scompare del tutto, in linea generale, sotto l'influenza della cultura e dell'educazione.

In materia di soldi la memoria degli uomini è particolarmente tendenziosa. Ho potuto constatarlo su me stesso: dimenticare frequentemente di non aver ancora pagato quel che si deve è un genere di errore molto tenace. Nei casi in cui non ci sono in ballo interessi considerevoli, per esempio il gioco delle carte, l'amore per il guadagno può mostrarsi liberamente. Allora anche gli uomini più onesti commettono facilmente errori di calcolo, errori di memoria, e senza neppure rendersene conto, sono coinvolti in piccole truffe. In questa libertà si rivela il carattere psichicamente tonificante del gioco. È esatta l'affermazione del proverbio il quale dice che il carattere degli uomini si rivela nel gioco, purché non s'intenda il carattere manifesto. Anche gli errori di calcolo di camerieri di bar o di ristoranti possono spiegarsi alla stessa maniera. Tra i commercianti si può notare un certo ritardo nel pagare i conti: non è una prova di cattiva volontà, poiché questo ritardo non gioverà al guadagno, ma solo l'espressione della resistenza psicologica a staccarsi dal denaro. Brill osserva a questo proposito con perspicacia: “Dimentichiamo più facilmente lettere che contengono fatture che non quelle che contengono assegni”. Il fatto che le donne abbiano una particolare avversione a pagare il medico, è dovuto a motivi molto profondi e non ancora chiariti. Di solito lasciano a casa il portamonete, per cui non possono pagare subito la

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

visita, tornate a casa dimenticano di spedire la somma dovuta (ciò avviene meno di frequente) come se volessero ottenere gratis ciò che hanno ricevuto “per i loro begli occhi”; esse, per così dire, pagano lasciandosi guardare.

Ciò che costituisce il carattere essenziale del lavoro scientifico non è la natura dei fatti trattati, ma il rigore metodico che presiede alla constatazione di quei fatti e la ricerca d'una sintesi più vasta possibile.

Un proverbio dimostra che il buon senso popolare sa bene che nelle dimenticanze di propositi non c'è nulla di accidentale. “Ciò che uno ha dimenticato di fare una volta, lo dimenticherà molte altre volte.”

Quante volte ho sentito dire: “Non mi assumo questo incarico, perché me ne dimenticherei certamente”. Questa predizione non contiene assolutamente niente di mistico. Chi parlava in questo modo intuiva solo vagamente che non voleva assumersi l'incarico, ma non voleva confessarlo.

Più che in qualsiasi altro settore, quello dell'attività sessuale ci fornisce prove sicure del carattere intenzionale dei nostri atti casuali. Ciò perché, in questo campo, il limite che negli atti può ancora esistere fra intenzionalità e accidentalità è nullo.

Succede spesso per strada che due persone che camminano in senso inverso nel tentativo di evitarsi e di cedere la strada, perdono qualche secondo a spostarsi di qualche passo a destra o a sinistra, ma entrambi nello stesso senso fino a fermarsi l'uno di fronte all'altro. Si crea una situazione spiacevole ed imbarazzante, in cui generalmente si vede l'effetto di una goffaggine accidentale. Invece è possibile provare che in molti casi questa goffaggine nasconde intenzioni sessuali e riproduce un atteggiamento maleducato e provocatorio dell'età giovanile.

Ho potuto capire, dalle analisi dei nevrotici, che la cosiddetta spontaneità dei giovani e dei ragazzi è una maschera che essi usano per esprimere o fare senza vergogna parecchie cose sconvenienti.

Qualsiasi cambiamento del modo abituale di vestirsi, qualsiasi negligenza, per esempio un bottone abbottonato male, una parte del corpo lasciata distrattamente scoperta, significa sempre qualcosa che il proprietario degli abiti non vuol dire direttamente e di cui il più delle volte non ha alcun sospetto.

Gli atti sintomatici, di una incredibile varietà sia negli individui sani che nei nevrotici, meritano il nostro interessamento per più di un motivo. Essi forniscono al medico delle preziose indicazioni che gli permettono d'orientarsi nel cumulo di circostanze nuove o ancora poco note e rivelano all'osservatore profano tutto ciò che desidera sapere e qualche volta anche di più di quel che vorrebbe. Chi sa servirsi di

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

queste indicazioni deve, all'occorrenza, procedere come faceva il re Salomone che, secondo la leggenda, comprendeva il linguaggio degli animali.

Non ci si procura sempre degli amici fra coloro ai quali si rivela il significato dei loro atti sintomatici.

Osservando la gente mentre è a tavola si ha occasione di notare chiari atti sintomatici interessanti ed istruttivi.

Nella maggior parte dei casi, la perdita di un oggetto è un atto sintomatico, cioè nasconde un'intenzione inconscia da parte di colui che ha subito la perdita. Spesso la perdita di un oggetto sta a dimostrare il poco valore che gli si attribuisce, l'avversione per esso o per la persona dalla quale proviene; o, ancora, la tendenza a perdere un oggetto è determinata da una associazione di idee simboliche che riversano l'avversione per un oggetto su di un altro. La perdita di oggetti preziosi esprime i più vari sentimenti; può costituire la rappresentazione simbolica di una idea rifiutata, perciò un avvertimento che si preferirebbe non sentire e quindi (in primo luogo) deve essere considerata come un sacrificio ad oscure potenze che presiedono al nostro destino ed il cui culto esiste tuttora fra noi.

Chi dimentica dal medico un oggetto che aveva con sé, come occhiali, guanti, borsetta ecc., significa che non riesce a star lontano e che vuol tornare al più presto. Infatti Jones osserva: "Si può all'incirca misurare il successo con cui un medico pratica la psicoterapia, ad esempio, da quanti ombrelli, fazzoletti, borsette e così via colleziona in un mese".

Anche le determinazioni più sottili del modo di esprimersi parlando o scrivendo meriterebbero più particolare attenzione. In genere si crede di avere la libera scelta delle parole da cui i pensieri sono rivestiti o dalle immagini che li mascherano. Una più attenta osservazione rivela che su questa scelta convergono altre considerazioni e che dalla forma del pensiero traspare un più profondo significato spesso non voluto. Immagini ed espressioni usate con preferenza da una persona non sono per lo più irrilevanti agli effetti di un giudizio su di essa; altre risultano allusioni a un tema momentaneamente messo da parte, ma che ha colpito profondamente chi parla.

Si è meravigliati nel constatare che negli uomini il desiderio di verità è molto più forte di quanto non si creda. Può essere una conseguenza delle mie ricerche psicoanalitiche il fatto che io sono diventato pressoché incapace di mentire.

Uno dei tratti salienti e più noti del comportamento dei paranoici è che essi attribuiscono un'importanza enorme ai particolari più insignificanti del comportamento altrui, quelli che generalmente sfuggono alle persone normali. Essi interpretano a modo loro questi dettagli e ne traggono le conclusioni più impensate.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Mentre l'uomo normale ammette l'esistenza di una categoria di atti accidentali che non hanno bisogno di motivazione, categoria nella quale egli inserisce una parte delle proprie manifestazioni psichiche ed atti mancati, il paranoico esclude ogni elemento casuale nelle manifestazioni psichiche altrui. Tutto ciò che egli osserva negli altri è perciò suscettibile di interpretazione.

Aveva [...] relativamente ragione l'antico Romano, che rinunciava ad un progetto importante perché il volo degli uccelli era sfavorevole; agiva in modo conforme alle sue premesse. E se rinunciava al suo progetto perché aveva inciampato sulla soglia della sua porta, si dimostrava superiore a noi increduli, si rivelava miglior psicologo di noi. Il fatto d'inciampare denotava l'esistenza di un dubbio, di un'opposizione interiore a questo progetto, la cui forza poteva annullare quella della sua intenzione al momento della sua realizzazione. In effetti si può essere sicuri del successo completo solo quando tutte le energie psichiche tendono al fine desiderato.

Devo confessare di appartenere a quella categoria di persone indegne davanti alle quali gli spiriti sospendono la loro attività ed alle quali sfugge il soprasensibile, e non mi è mai capitato nulla che potesse far nascere in me la fede nei miracoli. Come tutti gli uomini, ho avuto dei presentimenti e mi sono successe delle disgrazie, ma non c'è mai stata coincidenza, cioè i presentimenti non sono stati seguiti dalle disgrazie né le disgrazie sono state precedute da presentimenti.

C'è molta gente che crede ai sogni profetici, perché a volte il futuro si realizza come il desiderio lo ha costruito nel sogno. In questo non c'è nulla di strano, tanto più che la credulità del sognatore trascura volentieri le considerevoli differenze che esistono tra il sogno e la sua realizzazione.

Un sogno che il giorno immediatamente successivo sembra refrattario all'analisi, rivela il suo contenuto misterioso una settimana o un mese dopo, quando un cambiamento reale, avvenuto nel frattempo, ha attenuato la forza dei fatti psichici in lotta fra loro.

A mio parere, studiando i disturbi più gravi potremo illuminare anche ciò che rimane oscuro nella spiegazione dei disturbi più leggeri.

Più la motivazione di un atto mancato è innocente, meno l'idea espressa con questo atto è scandalosa e inaccessibile alla coscienza, tanto più sarà facile risolvere il fenomeno prestandogli la sufficiente attenzione; i lapsus più insignificanti sono avvertiti immediatamente e corretti spontaneamente. Nel caso in cui gli atti mancati siano propriamente determinati da tendenze rimosse, è necessaria un'analisi approfondita, che a volte incontra grandi difficoltà ed in certi casi può anche fallire.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Talune malattie, le psiconevrosi in particolare, sono di gran lunga più accessibili all'influsso psichico che a qualsiasi altra forma di terapia. Non è una affermazione moderna bensì un vecchio detto dei medici, che queste malattie non sono curate dal farmaco, ma dal medico, cioè a dire dalla personalità del medico, in quanto questi esercita un influsso psichico per mezzo di essa.

Il metodo analitico in psicoterapia è un metodo che penetra più a fondo e porta più lontano, l'unico mediante il quale si possano realizzare nei pazienti le trasformazioni più ampie. Lasciando per un momento da parte le considerazioni terapeutiche, posso anche dire che questo metodo è il più interessante, l'unico tra tutti che ci informi sull'origine e sui rapporti reciproci dei fenomeni patologici. Soltanto esso, grazie alla possibilità che ci offre di penetrare nella malattia mentale, sarebbe in grado di condurci oltre i suoi stessi limiti e di indicarci la via verso altre forme di influenza terapeutica.

Non è tanto facile suonare lo strumento della mente.

Vi sono diverse caratteristiche del metodo analitico che non gli consentono di essere una forma ideale di terapia. *Tuto cito, iucunde*: ricerche ed esperimenti non depongono per la rapidità dei risultati.

Il trattamento psicoanalitico è molto esigente sia col malato che col medico. Dal paziente esige sincerità assoluta, già un sacrificio in sé; richiede molto tempo, per cui è anche costoso; porta via molto tempo anche al medico e la tecnica che questi deve apprendere e praticare è assai difficoltosa.

Il trattamento psicoanalitico in linea generale può essere concepito come una *rieducazione a superare le resistenze interne*.

Un certo grado di feticismo è abitualmente presente nell'amore normale, specialmente in quei suoi periodi nei quali lo scopo sessuale normale non sembra raggiungibile o la sua realizzazione non sembra vicina.

Il piacere di guardare (scopofilia) diventa una perversione: *a.* se è esclusivamente limitato agli organi genitali; *b.* se oltrepassa il senso di disgusto (come nel caso dei *voyeurs*, coloro che stanno ad osservare le funzioni di defecazione); *c.* se, invece di costituire una funzione *preparatoria* del normale scopo sessuale, lo sostituisce.

La sessualità di molti esseri umani di sesso maschile contiene un elemento di *aggressività* - un desiderio di dominare, che la biologia sembra mettere in relazione con la necessità di superare la resistenza dell'oggetto sessuale con mezzi differenti dalla seduzione. Così il sadismo non sarebbe altro che una componente aggressiva dell'istinto sessuale divenuta indipendente ed esasperata e che, spostandosi, ha

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

usurato la posizione di guida.

Il masochismo, come forma di perversione, sembra essere più lontano dallo scopo sessuale normale di quanto non lo sia il suo contrario. Ci si può chiedere se esso rappresenti un fenomeno primario o se, al contrario, non risulti ogni volta da una trasformazione del sadismo.

Si può notare spesso che il masochismo non è altro che un prolungamento del sadismo rivolto sul soggetto stesso, il quale, in questo modo, prende il posto dell'oggetto sessuale.

Il sadismo ed il masochismo occupano una posizione speciale tra le perversioni, perché il contrasto tra attività e passività che li caratterizza è tra gli elementi fondamentali della vita sessuale.

La storia della civiltà umana mostra, al di fuori d'ogni dubbio, che esiste un intimo rapporto tra la crudeltà e l'istinto sessuale.

Un sadico è sempre al tempo stesso un masochista, per quanto l'aspetto attivo o quello passivo della perversione possa essere in lui più decisamente sviluppato, al punto da rappresentare la sua attività sessuale predominante.

Si può dire che non ci sia nessun individuo sano che non aggiunga al normale scopo sessuale qualche elemento che si possa chiamare perverso; e la universalità di questo fatto basta per sé sola a farci comprendere quanto sia inappropriato l'uso della parola perversione come termine riprovativo.

Nella sfera della vita sessuale noi abbiamo visto ergersi una caratteristica e, in verità, insolubile difficoltà non appena si cerchi di tracciare una linea netta di distinzione tra le pure variazioni che rientrano nei limiti della fisiologia ed i sintomi patologici.

Se una perversione, invece di manifestarsi puramente *a lato* dello scopo e dell'oggetto sessuali normali, e solo quando le circostanze sono loro sfavorevoli e sono favorevoli per essa, tende a sostituirli completamente e prende il loro posto in *tutte* le circostanze - se, in breve, una perversione ha le caratteristiche della *esclusività* e della *fissazione* - allora, in generale, noi siamo giustificati a considerarla come un sintomo patologico.

Ciò che vi è di più alto e di più basso nella sfera della sessualità sono sempre intimamente legati fra loro: “dal cielo attraverso la terra, fino all'inferno”.

L'istinto sessuale deve lottare contro alcune forze psichiche che si comportano come resistenze, e fra le quali le più importanti sono il pudore ed il disgusto. Possiamo dunque supporre che queste forze servono a contenere l'istinto nei limiti che si

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

considerano normali; e se esse si sviluppano nell'individuo prima che l'istinto sessuale abbia raggiunto la sua massima potenza, non c'è dubbio che esse determineranno il corso del suo sviluppo.

Le nevrosi sono, per così dire, il negativo delle perversioni.

Una inconscia tendenza alla inversione non è mai assente, ed è di particolare interesse per chiarire i casi di isterismo nell'uomo.

Si deve considerare non solo che i nevrotici in sé costituiscono una classe numerosissima, ma anche che una catena ininterrotta corre tra le nevrosi in tutte le loro manifestazioni e la normalità. Dopo tutto, direbbe a ragione Moebius, siamo un po' tutti degli isterici.

Il nostro studio del succhiamento del pollice o suzione sensuale, ci ha già fatto conoscere tre caratteristiche essenziali di una manifestazione sessuale infantile. All'origine esso si appoggia ad una delle funzioni somatiche vitali, non ha ancora alcun oggetto sessuale ed è pertanto autoerotico; e il suo scopo sessuale è dominato da una zona erogena. Si deve anticipare che queste caratteristiche si troveranno egualmente valide per la maggior parte delle altre attività degli istinti sessuali infantili.

La psicologia è ancora tanto al buio sul problema del piacere e del dispiacere che va raccomandata la massima cautela nel formulare ipotesi. Non è da escludere che più tardi si possano scoprire delle ragioni a sostegno dell'idea che la sensazione piacevole possiede in realtà una qualità specifica.

Il ritenere che tutti gli esseri umani abbiano lo stesso genere (maschile) di genitali è la prima delle numerose, sorprendenti e importanti teorie sessuali dei bambini. Serve ben poco al bambino che la scienza della biologia giustifichi il suo pregiudizio e sia costretta a riconoscere nella clitoride femminile l'autentico sostituto del pene.

Una delle radici dell'istinto sadico sembrerebbe affondare nell'incoraggiamento all'eccitazione sessuale da parte dell'attività muscolare. In molte persone la connessione infantile tra il gioco violento e l'eccitazione sessuale rappresenta uno dei determinanti della successiva direzione assunta dall'istinto sessuale.

È un fatto inequivocabile che la concentrazione dell'attenzione su un compito intellettuale e lo sforzo intellettuale producono in generale una eccitazione sessuale concomitante in molti giovani ed anche negli adulti. Indubbiamente questa è la sola base che giustifica ciò che per altri aspetti è assai discutibile: attribuire i disturbi nervosi all'“affaticamento” intellettuale.



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Come è noto, l'educazione moderna impegna molto i bambini nei giochi al fine di distoglierli dall'attività sessuale. Sarebbe più corretto dire che in questi giovani essa sostituisce il godimento sessuale col piacere del movimento, facendo regredire l'attività sessuale a uno dei suoi componenti autoerotici.

Il rapporto con chiunque si prende cura di lui offre al bambino un inesauribile fonte di eccitazione e di soddisfazione sessuale che scaturisce dalle zone erogene. Ciò è particolarmente vero giacché la persona a cui è affidato, che peraltro è generalmente la madre, lo considera con sentimenti derivati dalla propria vita sessuale: lo carezza, lo bacia, lo culla e lo tratta insomma come surrogato di un oggetto sessuale completo. Probabilmente una madre sarebbe inorridita se si rendesse conto che tutte le sue manifestazioni d'affetto destano l'istinto sessuale del bambino preparandone la successiva intensità.

L'eccessivo affetto dei genitori è nocivo, perché causa una precoce maturità sessuale ed anche perché, viziandolo, si rende il bambino incapace in futuro di fare temporaneamente a meno dell'amore o di accontentarsi di averne in misura minore.

Una delle indicazioni più chiare che il bambino diventerà in seguito nevrotico è data dalla sua insaziabile domanda di affetto da parte dei genitori.

Gli stessi bambini sin da tenera età si comportano come se la loro dipendenza dalle persone che si curano di loro contenesse qualcosa di sessuale. Da principio nei bambini l'angoscia non è altro che un'espressione del fatto che stanno sentendo la mancanza della persona amata. E per tale ragione hanno paura di ogni estraneo. Hanno paura del buio perché nel buio non possono vedere la persona che amano; e la loro paura si attenua se nel buio possono tenere la mano di tale persona.

La società si deve difendere contro il pericolo che gli interessi di cui ha bisogno per stabilire le unità sociali superiori possano essere inghiottiti dalla famiglia; e per questo motivo, nel caso di ogni individuo, e in particolare negli adolescenti maschi, cerca con ogni mezzo possibile di allentare i legami con la famiglia, legame che nell'infanzia è l'unico che conti.

La gelosia nell'innamorato non è mai priva di una radice infantile, o almeno di un rafforzamento infantile.

Se tra i genitori avvengono liti o se il matrimonio è infelice, per i bambini sarà preparato il terreno per la più grave predisposizione ai disturbi dello sviluppo sessuale o alle malattie nevrotiche.

La frequenza dell'inversione tra l'aristocrazia di oggi è meglio spiegata se si pensa all'impiego dei servitori, come pure al fatto che le madri si prendono minor cura

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

personale dei figli.

Tutti i fattori che danneggiano lo sviluppo sessuale presentano i loro effetti determinando una regressione, ossia un ritorno a fasi anteriori dello sviluppo.

Spesso la precocità sessuale corre parallela allo sviluppo intellettuale precoce.

Il corso preso dalla vita sessuale di un bambino ha poca importanza per la vita futura dove il livello sociale o culturale è relativamente basso, ma ne ha molta dove questo livello è relativamente alto.

Una buona parte delle deviazioni dalla vita sessuale normale, che più tardi si potranno osservare tanto nei nevrotici quanto nei perversi, viene pertanto fissata sin dall'inizio dalle impressioni dell'infanzia, periodo questo considerato privo di sessualità. Le cause vanno divise tra una costituzione arrendevole, la precocità, la caratteristica dell'aumentata persistenza delle prime impressioni e lo stimolo accidentale dell'istinto sessuale da parte di influenze estranee.

Si sa troppo poco dei processi biologici che costituiscono il fondamento della sessualità per poter costruire, con le nostre informazioni frammentarie, una teoria atta a capire sia le condizioni patologiche che quelle normali.

Esiste un'intima connessione tra tutte le manifestazioni del pensiero, la quale garantisce che una nuova cognizione psicologica, anche se acquisita in un campo molto remoto, potrà avere un imprevedibile valore anche in altri campi.

Fra la gente di campagna o nelle osterie di infima specie, si può notare che l'oscenità non nasce prima dell'entrata della cameriera o della moglie dell'oste. Soltanto in livelli sociali più alti avviene il contrario, e la presenza di una donna fa cessare il discorso osceno.

L'attività repressiva della civiltà fa sì che le possibilità di godimento primarie, che ora sono state ripudiate dalla censura che è in noi, vadano perdute.

Il motto di spirito rappresenta una ribellione all'autorità, una liberazione dalla sua pressione. Il fascino della caricatura deriva dallo stesso fattore: si ride di essa anche se non è ben riuscita semplicemente perché consideriamo un merito la ribellione contro le autorità.

L'uomo è "un instancabile ricercatore di piacere" - non so dove ho incontrato questa felice espressione - e gli pesa ogni rinuncia ad un piacere che ha conosciuto precedentemente.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Un cambiamento nello stato d'animo è la cosa più preziosa che l'alcool procuri alla razza umana, e proprio in ragione di ciò questo “veleno” non è ugualmente indispensabile a ciascuno. Uno stato d'animo allegro, sia prodotto per via endogena sia con l'ausilio d'un tossico, riduce le forze inibitorie, fra queste la critica, e rende ancora una volta accessibili le fonti del piacere che erano gravate dal peso della repressione. È estremamente istruttivo osservare come il livello delle arguzie sprofondi man mano che l'alcool cresce. Per cui gli alcoolici sostituiscono i motti di spirito, proprio come i motti di spirito debbono cercare di sostituire gli alcoolici.

Sotto l'effetto dell'alcool l'adulto ritorna un bambino, che prova il piacere di pensare liberamente come vuole senza dover fare attenzione alla costrizione della logica.

Come ha detto Dugas, noi ridiamo, per così dire, *par ricochet* [di rimbalzo]. Il riso è fra le espressioni più contagiose degli stati psichici. Quando faccio ridere un'altra persona raccontandole un mio motto di spirito, in definitiva sto facendo uso di lei per suscitare il riso in me stesso; e si può infatti osservare che una persona che ha iniziato a raccontare un motto di spirito con la faccia seria dopo si associa al riso dell'altra persona con un riso moderato.

L'inconscio è qualcosa che noi realmente non conosciamo, ma di cui siamo obbligati a prendere atto perché spinti da deduzioni irrefutabili.

Nessuno vuole conoscere il suo inconscio e [...] il sistema più comodo è quello di negare del tutto la possibilità della sua esistenza.

Un motto di spirito ha la principale caratteristica di essere un'idea che ci si presenta “involontariamente”: un momento prima non sappiamo ancora quale motto di spirito stiamo per creare, e tutto ciò di cui esso ha bisogno è di essere rivestito di parole. Piuttosto, abbiamo un'indefinibile sensazione che può essere paragonata più che altro ad una “assenza”, un improvviso rilassamento della tensione intellettuale, e poi all'improvviso ecco il motto di spirito - di regola bell'e pronto in parole.

L'elemento infantile è la fonte dell'inconscio, ed i processi del pensiero inconscio non sono null'altro che quelli - e soltanto quelli - prodotti nella prima fanciullezza.

Un sogno è un prodotto psichico completamente asociale; non ha nulla da comunicare a qualcun altro, nasce all'interno del soggetto come un compromesso tra le forze psichiche che lottano in lui, resta inintelligibile per il soggetto stesso ed è, per questa ragione, completamente privo di interesse per gli altri. Non soltanto non ha bisogno di tenere in gran conto la chiarezza, ma deve realmente evitare di essere capito, poiché altrimenti sarebbe distrutto; può esistere soltanto in forma simulata. Perciò può far uso liberamente del meccanismo che domina i processi mentali dell'inconscio fino al limite di una distorsione che non può essere mantenuta in piedi

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

più a lungo. Un motto di spirito, d'altro canto, è la più sociale di tutte le funzioni psichiche che mirano a un certo piacere.

Il genere umano non si è accontentato di godere della comicità quando l'ha incontrata nel corso della propria esperienza; ha anche cercato di provocarla intenzionalmente, e possiamo apprendere di più sulla natura della comicità se studiamo i mezzi che servono per rendere comiche le cose.

I bambini non hanno il senso del comico.

Se è vero che le cause dei disturbi isterici sono da ricercare nell'intimo della vita psicosessuale dei pazienti e che i sintomi isterici sono l'espressione dei loro desideri più segreti e rimossi, allora la completa chiarificazione di un caso di isteria implica la rivelazione di questo materiale intimo, il tradimento di questi segreti.

Di fronte alla incompletezza dei risultati delle mie analisi, non ho avuto scelta: ho dovuto seguire l'esempio di quei ricercatori la cui massima soddisfazione consiste nel riportare alla luce del sole le inestimabili - anche se ormai mutili - vestigia delle antiche civiltà: così ogni volta ho cercato di recuperare ciò che era stato seppellito, servendomi dei modelli più convincenti che ho potuto ricavare dalle altre analisi, e, da buon archeologo, non ho mai trascurato di indicare con precisione in ogni singolo caso in che punto dell'opera le strutture non sono più quelle originali, e cominciano invece i miei restauri.

Se un paziente, nel corso della narrazione della propria vita, mostra delle incertezze, una regola empirica ci insegna a non considerarle interamente espressione del suo giudizio: se infatti egli oscilla tra due versioni, dovremo propendere a considerare la prima corretta, e la seconda, invece, prodotto del processo di rimozione.

L'aforisma degli antichi padri cristiani: *inter urinas et faeces nascimur* si riallaccia alla vita sessuale e non può esserne distaccato a dispetto di ogni tentativo di dargli un significato idealizzato.

I motivi della malattia spesso cominciano ad agire fin dall'infanzia: una bambina desiderosa d'amore non si accontenta di dividere l'affetto dei genitori con le sorelle e i fratelli, e ha scoperto di essere il solo oggetto del loro affetto quando stimola la loro preoccupazione per la sua salute. Con la malattia, scopre un metodo per adescare e sollecitare l'amore dei suoi genitori, e se ne servirà ogni volta che avrà a propria disposizione materiale psichico sufficiente alla simulazione di un disturbo. Quando una bambina come questa sarà divenuta donna, potrà trovare tutte le esigenze già appartenenti alla sua infanzia contrariate, mettiamo, da un matrimonio sbagliato, con un uomo che la voglia tenere soggiogata, che sfrutti senza pietà le sue capacità lavorative e non le dia né affetto né denaro. In un caso come questo, la malattia sarà

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

per lei un ottimo sistema per mantenere le sue posizioni: le procurerà le attenzioni di cui ha bisogno; costringerà il marito a fare dei sacrifici economici per lei e a mostrarsi interessato

alle sue condizioni, cosa che non aveva mai fatto quando stava bene; lo costringerà perfino a trattarla bene quando sarà guarita, pena ricaduta.

La vita sessuale di ciascuno di noi giunge ad un livello assai limitato - in una direzione o in un'altra - al di là degli angusti confini imposti dallo standard della normalità; le perversioni non sono né bestiali, né degenerate nel senso immediato del termine: sono uno sviluppo particolare dei germi contenuti nella indifferenziata disposizione sessuale del bambino che, o perché rimossi, o perché incanalati verso mete più elevate, non-sessuali - attraverso un processo di sublimazione - sono destinati a fornire energia psichica per un gran numero di successi della nostra vita intellettuale; quando perciò uno di questi germi è *diventato* una perversione oscena e inconfondibile, sarebbe più corretto dire che è *rimasto* tale, in quanto presenta un certo grado di sviluppo inibito.

Un corso d'acqua che ad un certo punto incontra un ostacolo che gli sbarra il percorso abituale rifluisce in vecchi canali che sembravano destinati a restare asciutti: e così le forze motivazionali che guidano la formazione del sintomo isterico attingono la loro energia non solo dalla sessualità normale rimossa, ma anche dall'attività pervertita dell'inconscio.

Le meno repellenti delle cosiddette perversioni sessuali sono molto diffuse a livello di massa, come sanno tutti, eccetto i medici che scrivono sull'argomento (e forse dovrei dire che lo sanno anche loro, ma al momento di prendere la penna in mano mettono la massima attenzione nel dimenticarsene).

Il “no” di un paziente, dopo che per la prima volta si è presentato alla sua percezione cosciente il contenuto di un pensiero rimosso, non è altro che una conferma dell'esistenza della rimozione e della sua saldezza; agisce, insomma, come una spia della forza che la rimozione esercita. Se questo “no”, invece di essere considerato come l'espressione di un giudizio imparziale (del quale, tra l'altro, il paziente è incapace), viene ignorato e il lavoro continua, appare presto chiaro che il “no” iniziale significa in realtà l'atteso “sì”.

Un sogno con un'origine normale sta, per così dire, su due gambe, una delle quali poggia sulla causa principale, quella che lo suscita al presente, e l'altra su certi eventi particolarmente significativi dell'infanzia.

Chi ha occhi ed orecchie può facilmente convincersi che nessun mortale può tenere un segreto: se le sue labbra tacciono, egli chiacchiera con la punta delle dita; il tradimento dei suoi segreti defluisce da tutti i suoi pori. Ecco perché lo si può rendere complice dello scopo di rendere consci i più occulti recessi della sua mente.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

La soddisfazione sessuale è senza dubbio il miglior soporifico, e quasi sempre l'insonnia è dovuta alla mancanza di soddisfazione.

A dispetto di ogni interesse teoretico e di ogni sforzo di assistenza come medico, sono convinto che ci devono essere dei limiti al campo entro il quale ci si può servire dell'influenza psicologica, e considero di questi limiti la volontà e la comprensione stessa del paziente.

Mi sono accostato allo studio dei fenomeni rivelati dall'osservazione delle psiconevrosi senza essere impegnato con alcun particolare sistema psicologico, e [...] ho continuamente modificato le mie opinioni finché non mi sono sembrate adeguate a rendermi conto dell'insieme dei fatti che avevo osservato. Non mi vanto di avere evitato la speculazione: il materiale per le mie ipotesi è stato raccolto attraverso la più ampia e rigorosa serie di osservazioni. La risolutezza del mio atteggiamento sul problema dell'inconscio è forse ciò che potrebbe urtare maggiormente, perché io considero idee inconse, pensieri inconsci, impulsi inconsci come dati psicologici non meno validi e incontestabili dei loro equivalenti consci: ma quanto a questo sono certo che chiunque si dedichi all'indagine dello stesso tipo di fenomeni applicando i miei stessi metodi, si troverà costretto ad assumere la stessa posizione, per quante rimostranze possano fare i filosofi.

La sessualità non si limita ad intervenire, come un *deus ex machina*, in una singola occasione, o ad un certo punto del processo che caratterizza l'isteria, ma [...] procura invece l'energia motrice di ogni sintomo distinto, di ogni distinta manifestazione del sintomo: i sintomi del disturbo non sono altro che *l'attività sessuale del paziente*. Un caso solo non basta a provare la validità generale di un teorema: ma io posso soltanto ripetere ancora - e lo faccio perché non mi è mai capitato di riscontrare diversamente - che la sessualità è la chiave del problema delle psiconevrosi e delle nevrosi in generale: chi disprezza la chiave, non aprirà mai la porta. Aspetto ancora nuovi risultati dalle ricerche, che possano contraddire questo teorema, o anche soltanto limitarne il campo di applicazione; ciò che ho udito fino ad oggi contro di esso è sempre stato espressione di disaccordi o antipatie personali, alle quali è sufficiente rispondere con le parole di Charcot: “*Ça n'empêche pas d'exister*”.

Delineerò un'analogia tra il criminale e l'isterico. In entrambi i casi ci troviamo di fronte a un segreto, a un qualcosa di nascosto. Ma perché ciò non appaia paradossale, devo immediatamente indicarne la differenza. Nel caso del criminale, abbiamo un segreto che egli conosce e nasconde a voi, mentre nel caso dell'isterico abbiamo un segreto che non conosce neppure lui, che è nascosto, cioè, anche a lui stesso. Come è possibile ciò? Orbene noi sappiamo da laboriose ricerche, che tutte queste malattie sono la conseguenza del fatto che il paziente è riuscito a rimuovere certe idee e certi ricordi molto carichi di affetto, insieme con i desideri che sorgono da quelli, in modo

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

che non giocano alcun ruolo nel suo pensare - ossia non entrano nella coscienza - e quindi gli restano sconosciuti. Ma da questo materiale psichico rimosso (questi "complessi") sono generati i sintomi somatici e psichici che tormentano il paziente proprio come quando si ha la coscienza sporca. Sotto questo aspetto soltanto, quindi, la differenza tra il criminale e l'isterico è fondamentale.

Il compito del terapeuta, comunque, è identico a quello del magistrato inquirente. Noi dobbiamo scoprire il materiale psichico nascosto; e per farlo abbiamo inventato un certo numero di congegni di investigazione.

Nella psicoanalisi il paziente aiuta con i suoi sforzi consci a combattere la propria resistenza, perché spera di guadagnare qualcosa dall'indagine, ossia la guarigione.

Avviene, talora, che un bambino accusato di aver commesso una mancanza, respinga decisamente l'addebito, ma nello stesso tempo pianga come un peccatore colto in fallo. Penserete forse che il bambino mente quando proclama la propria innocenza; ma ciò non è necessario. Può darsi infatti che egli non abbia commesso il crimine particolare di cui lo si accusa, ma che ne abbia commesso uno di cui non si sa nulla, e di cui non lo si sta accusando. Egli quindi è assolutamente sincero quando nega di essere colpevole dell'un misfatto, mentre nello stesso tempo tradisce il senso di colpa che prova per l'altro. Sotto questo aspetto - come pure sotto molti altri - l'adulto nevrotico si comporta esattamente come il bambino.

Quando uno scrittore crea i caratteri secondo il suo sogno di fantasia, egli segue l'esperienza quotidiana per cui i pensieri ed i sentimenti della gente continuano nel sogno, e non ha altro scopo che quello di raffigurare gli stati d'animo dei suoi eroi attraverso i loro sogni. I poeti sono dei preziosi alleati e la loro testimonianza deve essere altamente stimata, poiché essi sono in grado di conoscere una gran quantità di cose tra il cielo e la terra, di cui la nostra scienza neppure sospetta. Nella loro conoscenza della mente sono molto più avanti di noi gente comune, poiché attingono da fonti che non sono ancora state aperte alla scienza.

C'è molto meno libertà ed arbitrarietà nella vita psichica di quanto siamo propensi a credere, forse non ce n'è affatto. Ciò che chiamiamo caso nel mondo esterno può, come è noto, risolversi in leggi; così anche ciò che chiamiamo arbitrarietà nella mente si basa su leggi che solo ora cominciamo oscuramente a sospettare.

La matematica gode della massima reputazione come distrazione dalla sessualità. Questo fu proprio il consiglio che Jean-Jacques Rousseau dovette sentire da una signora che non era soddisfatta di lui: "Lascia le donne e studia la matematica!".

Tutto ciò che è rimosso è inconscio, ma non possiamo sostenere che tutto ciò che è inconscio sia rimosso.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

La caratteristica di qualcosa che è rimosso consiste proprio nel fatto che nonostante la sua intensità non riesce ad entrare nella coscienza.

Nessuna forza psichica è importante se non possiede la caratteristica di destare sentimenti.

C'è un granello di verità che si nasconde in ogni delirio.

Ogni trattamento psicoanalitico è un tentativo di liberare l'amore rimosso che ha trovato un misero sfogo nel compromesso di un sintomo.

Il dottore è stato uno sconosciuto e deve cercare di tornare ad essere uno sconosciuto dopo la guarigione; egli si trova spesso in imbarazzo quando deve consigliare i pazienti che ha guarito sul modo di usare nella vita reale la riacquistata capacità di amare.

Il senso di colpa dei nevrotici ossessivi trova una corrispondenza nelle proteste delle persone devote che si sentono nel loro intimo miserabili peccatori, e le pie pratiche (preghiere, invocazioni, ecc.) che tali persone fanno precedere ad ogni azione quotidiana, e più ancora ogni impresa fuori dell'usato, e che sembrano possedere il valore di provvedimenti difensivi o protettivi.

La formazione di una religione sembra poggiare sulla repressione e sulla rinuncia a certi impulsi istintuali. Questi, però, non sono soltanto componenti della pulsione sessuale, come nelle nevrosi: si tratta di pulsioni egoistiche, socialmente dannose, che pure, di solito, non sono esenti da elementi sessuali. In fin dei conti, un senso di colpa conseguente a una continua tentazione, e un'aspettativa angosciata sotto la forma di timore della punizione divina ci erano noti nel campo religioso ben prima che in quello delle nevrosi.

Se la curiosità del bambino troverà adeguata soddisfazione a ciascun livello di apprendimento, non diventerà mai eccessiva. Dunque, il fanciullo dovrebbe ricevere una istruzione sui fatti specifici della sessualità umana, con un cenno al suo significato sociale, al termine delle scuole elementari, prima di cominciare le medie, vale a dire prima del compimento del decimo anno di età. Il periodo più adatto per l'istruzione del fanciullo sugli obblighi morali connessi alla soddisfazione materiale dell'istinto, è il tempo della cresima, quando ormai egli ha raggiunto una piena comprensione di tutti i fatti fisici. Secondo il mio modo di vedere, l'unico metodo che tiene conto dello sviluppo del fanciullo, e quindi riesce a evitare eventuali pericoli, è rappresentato da un'istruzione sulla vita sessuale condotta secondo queste direttive, cioè che proceda gradualmente senza alcuna vera interruzione, e la cui iniziativa sia presa dalla scuola.



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Il gioco è l'occupazione più intensa e prediletta del bambino. Non possiamo dire che ogni bambino giocando si comporta come un poeta, nel momento in cui si crea un mondo proprio, o piuttosto mentre riordina in un nuovo modo di suo gradimento le cose del suo mondo?

L'opposto del gioco non è ciò che è serio, ma ciò che è reale.

Il poeta si comporta come il bambino che gioca. Egli crea un mondo di fantasia che prende molto sul serio - in cui, cioè, investe una grande carica emotiva - e lo separa nettamente dalla realtà.

Crescendo gli uomini smettono [...] di giocare e sembra che rinuncino al piacere che ottenevano dal gioco. Ma chi conosce la psiche umana sa che nulla è più difficile per un uomo della rinuncia ad un piacere già provato una volta. In realtà, non possiamo mai rinunciare a qualcosa, possiamo solo sostituire una cosa ad un'altra.

È più difficile osservare le fantasie degli adulti che i giochi dei bambini. È vero che il bambino gioca da solo o forma un sistema psichico chiuso con gli altri bambini ai fini del gioco; ma anche se non gioca di fronte agli adulti tuttavia non nasconde loro il suo gioco. L'adulto invece si vergogna delle sue fantasie e le nasconde alle altre persone.

Il gioco del bambino è determinato dai desideri, anzi da un unico desiderio (che contribuisce alla sua educazione), il desiderio di essere grande e adulto.

Le persone felici non fantasticano mai; lo fanno solo gli insoddisfatti. Le forze motrici delle fantasie sono desideri insoddisfatti, ed ogni singola fantasia è la realizzazione di un desiderio, una correzione della realtà insoddisfacente. Questi desideri provocatori variano a seconda del sesso, del carattere e delle circostanze della persona che crea la fantasia, ma ricadono naturalmente in due gruppi principali: o sono desideri ambiziosi, che servono ad elevare la personalità del soggetto, o sono desideri erotici. Nelle giovani donne predominano quasi esclusivamente i desideri erotici, poiché la loro ambizione è in genere assorbita dalle correnti erotiche. Negli uomini giovani affiorano abbastanza chiaramente desideri egoistici ed ambiziosi parallelamente a quelli erotici.

Le fantasie sono gli immediati predecessori psichici dei sintomi penosi lamentati dai nostri pazienti.

Le connessioni fra il complesso di interesse per il denaro e quello della defecazione, che sembrano completamente dissimili, appaiono essere le più estese di tutte.

L'influenza nociva della civiltà si riduce principalmente alla dannosa repressione

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

della vita sessuale degli individui o di classi civili attraverso la moralità sessuale “civile” prevalente.

Si possono distinguere tre stadi di civiltà se si pone mente a questa evoluzione della pulsione sessuale; il primo in cui la pulsione sessuale può essere esercitata liberamente senza considerare gli scopi della riproduzione; il secondo, in cui tutta la pulsione sessuale è repressa ad eccezione di quella che serve agli scopi della riproduzione; e il terzo in cui soltanto la riproduzione *legittima* è concessa come scopo sessuale. Questo terzo stadio è riflesso nella moralità sessuale “civile” d'oggi.

La costituzione delle persone invertite - gli omosessuali - è, in verità, spesso distinta da una particolare attitudine della loro pulsione sessuale alla sublimazione culturale.

Tutti quelli che desiderano avere una mente più elevata di quanto a loro costituzione permetta cadono vittime della nevrosi; sarebbero stati più sani se fosse stato loro possibile essere meno buoni.

Il numero delle nature forti, che apertamente si oppongono alle richieste della civiltà crescerà enormemente, e così pure il numero dei più deboli, i quali di fronte al conflitto tra la pressione degli influssi civili e la resistenza della loro costituzione, precipiteranno nelle malattie nervose.

Il compito di dominare una pulsione così potente come quella sessuale con mezzi diversi da quello della soddisfazione è cosa che può richiedere tutte le forze dell'uomo. Dominarlo con la sublimazione, sviando le forze sessuali istintive dal loro scopo sessuale per indirizzarle verso mete civili più elevate, è possibile solo a una minoranza di individui ed anche allora solo in modo intermittente, e meno facilmente durante il periodo della giovinezza ardente e vigorosa. La maggior parte invece diventa nevrotica o danneggiata in un modo o nell'altro.

Più una persona è disposta alla nevrosi, meno può tollerare l'astinenza.

Chiunque sia in grado di penetrare le cause determinanti delle malattie nervose si convincerà presto che il loro aumento nella nostra società deriva dall'intensificazione delle restrizioni sessuali.

Soddisfacenti rapporti sessuali nella vita matrimoniale possono aversi soltanto per pochi anni; e da questo periodo dobbiamo sottrarre naturalmente gli intervalli di astensione resi necessari dalla salute della moglie. Dopo questi tre, quattro, cinque anni, il matrimonio può considerarsi un fallimento per quel che riguarda la soddisfazione dei bisogni sessuali. Perché tutti gli espedienti fin qui inventati per

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

impedire la concezione diminuiscono il godimento sessuale, feriscono la suscettibilità di ambedue i partners e possono perfino causare delle malattie. La paura delle conseguenze del rapporto sessuale porta anzitutto alla fine l'affetto fisico della coppia sposata; e inoltre, come risultato più remoto, pone termine anche di solito alla comprensione spirituale che legava i due, e che avrebbe dovuto sostituire l'amore appassionato dell'inizio quando questo si fosse esaurito. La disillusione spirituale e la privazione corporale a cui la maggior parte dei matrimoni sono così destinati, riporta entrambi i partners allo stato in cui erano prima del matrimonio, solo che adesso sono più poveri, avendo perduto un'illusione, e devono ancora una volta far ricorso alla loro forza per dominare e volgere ad altro la pulsione sessuale.

Le donne quando hanno subito le disillusioni del matrimonio, si ammalano di gravi nevrosi le quali oscurano permanentemente la loro vita. Nelle condizioni di civiltà odierne, il matrimonio ha da tempo cessato di essere una panacea per i disturbi nervosi delle donne, e se noi medici consigliamo ancora il matrimonio in tali casi, noi siamo tuttavia consapevoli che, al contrario, una ragazza deve godere di ottima salute se dovrà sopportarlo, e consigliamo vivamente i pazienti di non sposare una ragazza che abbia avuto disturbi prima del matrimonio. La cura delle malattie nervose che sorgono dal matrimonio sarebbe piuttosto l'infedeltà coniugale. Ma più rigidamente una donna è stata educata e più austeramente si è sottomessa alle richieste della civiltà, più ha paura di imboccare questa via di uscita; e nel conflitto tra i suoi desideri e il suo senso del dovere, cerca ancora una volta rifugio nella nevrosi. Niente protegge la sua virtù meglio di una malattia. Così lo stato matrimoniale, offerto come consolazione in gioventù alla pulsione sessuale della persona civile, si dimostra inadeguato persino alle richieste del periodo coperto da esso.

Il ritardo dello sviluppo dell'attività sessuale a cui la nostra educazione e la nostra civiltà tendono, al principio non è certamente dannoso. Si è visto che è una necessità quando si consideri l'età tarda in cui i giovani delle classi istruite raggiungono l'indipendenza e sono capaci di guadagnarsi la vita. (Questo mi ricorda, incidentalmente, l'intima interconnessione che corre tra tutte le istituzioni della nostra civiltà e la difficoltà di alterarne una qualsiasi parte senza considerare il tutto.) Ma non si possono non muovere obiezioni all'astinenza di un giovane prolungata parecchio dopo i vent'anni; ed essa arreca altri danni anche quando non porta alla nevrosi.

Difficilmente si può concepire un artista astinente; ma non è certo una rarità un giovane *savant* astinente. Quest'ultimo, col dominio di sé può liberare le forze per i suoi studi; mentre il primo probabilmente trova le sue realizzazioni artistiche potentemente stimulate dall'esperienza sessuale.

In generale non ho avuto l'impressione che l'astinenza sessuale aiuti a creare uomini

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

d'azione energici e fiduciosi in sé, o pensatori originali o emancipatori e riformatori audaci. Molto più spesso produce dei deboli ben educati che in seguito si perdono nella gran massa delle persone che tende a seguire, malvolentieri, gli indirizzi dati dagli individui forti.

L'astinenza completa nel giovane spesso non è la migliore preparazione al matrimonio. Le donne sentono questo, e tra i loro corteggiatori preferiscono coloro che hanno già dato prova della loro virilità con altre donne.

Le donne che concepiscono senza piacere mostrano in seguito poca volontà di affrontare i dolori dei parti frequenti. In questo modo la preparazione al matrimonio frustra gli scopi del matrimonio stesso. Quando poi il ritardo nello sviluppo della moglie è superato e la sua capacità di amare si sveglia al culmine della sua vita di donna, i rapporti col marito sono stati già da gran tempo compromessi, e, come ricompensa per la sua precedente docilità, a lei resta la scelta tra il desiderio inappagato, l'infedeltà o la nevrosi.

Il comportamento sessuale di un essere umano spesso *imposta il modello* per tutti gli altri modi di affrontare la vita. Se un uomo mostra energia nel conquistare l'oggetto del suo amore, siamo fiduciosi che egli perseguirà gli altri scopi con energia altrettanto ferma; ma se, per una qualsiasi ragione, egli si trattiene dal soddisfare le sue forti pulsioni sessuali, allora il suo comportamento sarà conciliante e rassegnato più che vigoroso anche negli altri campi della vita.

Non credo che la "deficienza mentale fisiologica" delle donne si possa spiegare con la contrapposizione biologica tra lavoro intellettuale e attività sessuale, come asserisce Moebius in un'opera su cui si è ampiamente disputato. Penso che l'indubbia inferiorità intellettuale di tante donne possa piuttosto farsi risalire all'inibizione di pensare resa necessaria dalla repressione sessuale.

Molte persone che si vantano di riuscire a vivere nell'astinenza, in verità vi sono riuscite soltanto con l'aiuto della masturbazione e con soddisfazioni similari legate alle attività sessuali autoerotiche della prima infanzia.

Ogni uomo la cui libido, come risultato di pratiche sessuali masturbatorie o perverse, si sia abituata alle situazioni e alle condizioni di soddisfazione anormali, sviluppa nel matrimonio minore potenza.

Anche le donne che sono riuscite a preservare la verginità con l'aiuto di misure analoghe, si mostrano nel matrimonio meno sensibili al rapporto normale. Un matrimonio cominciato con una ridotta capacità di amare da entrambe le parti soccombe al processo di dissoluzione anche più rapidamente degli altri. A causa della minore potenza dell'uomo, la donna non è soddisfatta e resta insensibile anche nei casi in cui la disposizione alla frigidità derivata dall'educazione avrebbe potuto

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

essere superata con un'esperienza sessuale soddisfacente.

Una moglie nevrotica insoddisfatta del marito, è, come madre, tenerissima e preoccupatissima verso il suo bambino sul quale trasferisce il suo bisogno d'amore; e sveglia in lui la precocità sessuale.

In una comunità una restrizione all'attività sessuale è accompagnata abbastanza generalmente da un aumento della preoccupazione per la vita e della paura della morte che interferiscono con la capacità di godere dell'individuo, ed eliminano la sua prontezza ad affrontare la morte per un qualsiasi fine.

La sopravvalutazione da parte del bambino dei propri genitori sopravvive anche nei sogni degli adulti normali.

Una nevrosi, come del resto un sogno, non dice mai assurdità.

Quando non riusciamo a capire una cosa, cerchiamo sempre una soluzione di comodo, magnifico sistema per rendere più facile un'impresa.

Ogni processo di conoscenza è come un mosaico e ciascun gradino successivo lascia sempre dietro di sé qualcosa di irrisolto.

Non condivido l'opinione, attualmente diffusa, che le affermazioni dei bambini siano sempre cervellotiche e inattendibili. Nella vita psichica non c'è posto per l'arbitrarietà. L'inattendibilità delle dichiarazioni dei bambini è dovuta al predominio dell'immaginazione, così come quella degli adulti dipende dal pregiudizio. Del resto, neppure i bambini mentono senza ragione e, in linea di massima, il loro amore per la verità è maggiore che negli adulti.

Nel corso dell'analisi il medico dà al malato (ora in maggiore, ora in minor grado) delle rappresentazioni coscienti anticipate, grazie alle quali egli riuscirà ad affermare e comprendere il significato dei materiali inconsci. Taluni pazienti hanno maggior bisogno di questa assistenza, altri meno; nessuno, però, può farne del tutto senza. Può anche essere che disturbi nervosi di grado leggero siano superati dal paziente senza aiuti esterni, ma questo non potrà mai accadere con una nevrosi, elemento estraneo all'Io che si impone ad esso con la violenza. Per vincerla si rende necessario l'intervento di un'altra persona, così che una nevrosi è curabile entro i limiti in cui tale intervento è possibile.

Nei soggetti che, più tardi, diverranno omosessuali, osserviamo, durante l'infanzia, quella stessa preponderanza della regione genitale (e del pene in particolar modo) che si osserva anche nei normali.

Anzi il destino dell'omosessuale è proprio segnato dall'elevato apprezzamento che ha

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

per l'organo maschile. Nella fanciullezza egli sceglie le donne quale oggetto sessuale, in quanto presume che anch'esse possiedano quella che, per lui, è una parte indispensabile del corpo. Allorché si convince che le donne lo hanno ingannato sotto questo aspetto, non può più accettarle come oggetto sessuale. Chiunque lo attragga al rapporto sessuale non può essere sprovvisto di pene, per cui, se le circostanze sono favorevoli, fisserà la sua libido sulla “donna col pene”, vale a dire su un giovane uomo dall'aspetto femminile.

La vita emotiva di un uomo si compone di coppie di opposti. Infatti, se così non fosse, forse le rimozioni e le nevrosi non esisterebbero. Nell'adulto i contrasti affettivi non sono mai coscienti contemporaneamente, tranne che nell'impeto della passione.

Abitualmente gli opposti continuano a reprimersi a vicenda alternativamente, finché uno dei due non riesce a nascondere definitivamente l'altro. Invece nei bambini possono coesistere pacificamente l'uno a fianco dell'altro per molto tempo.

Il medico si trova un passo avanti al malato. I due si inseguono lungo il medesimo sentiero, finché non si incontreranno alla meta prefissata.

L'analista si trova nella condizione, strana per un medico, di dover venire in aiuto della malattia richiamando su di essa l'attenzione che le è dovuta. Però solo chi travisa interamente la natura dell'analisi potrà ritenere che essa possa, per una simile ragione, risultare nociva. Costoro si soffermano troppo su questa fase, trascurando il fatto che non si può impiccare il ladro se prima non lo si è catturato, mentre occorre una certa fatica per afferrare saldamente le strutture patologiche il cui annientamento costituisce appunto lo scopo della terapia.

Quando l'analisi è ancora in via di sviluppo non è possibile farsi un'idea precisa della struttura e dell'andamento della nevrosi.

Nell'educazione dei figli il nostro scopo principale è quello di essere lasciati in pace e di non dover combattere con difficoltà. In poche parole, vogliamo tirar su un bambino modello e ci curiamo ben poco di vedere se questo genere di sviluppo sia anche giovevole al fanciullo.

Vi sono sempre molti individui che passano dalla classe delle persone sane a quella dei nevrotici, mentre molto meno numerosi sono coloro che compiono il percorso in senso inverso.

Fino ad oggi l'educazione ha avuto il compito esclusivo di controllare o, sarebbe meglio dire, di rimuovere gli istinti. I risultati non sono stati affatto remunerativi e nei casi in cui il procedimento abbia avuto successo si è ottenuto un vantaggio solo per quei pochissimi individui ai quali non era stato richiesto di rimuovere gli istinti.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Nessuno, poi, si è dato la pena di vedere con che mezzi e a qual prezzo è stata realizzata la rimozione degli istinti sconvenienti. Supponiamo ora di modificare i nostri compiti e di cercare di mettere in grado i bambini di diventare membri produttivi e civili in seno alla società, ma esercitando il minimo di coercizione ai danni della loro attività. In tal caso, le conoscenze acquisite tramite la psicoanalisi sull'origine dei complessi patogeni e sull'essenza delle malattie nervose, potranno a buon diritto pretendere di essere riconosciute dagli educatori quali validissime guide al modo di trattare i fanciulli.

La genuina tecnica della psicoanalisi impone che il medico soffochi la propria curiosità e lasci al paziente assoluta libertà di scegliere l'ordine secondo il quale gli argomenti si dovranno succedere durante la cura.

Tutto ciò che è cosciente va soggetto a un processo di erosione, mentre ciò che è inconscio è relativamente immutabile.

È ben noto che le idee ossessive sono in apparenza, come i sogni, prive di motivo e di significato. Il primo problema è come dar loro un senso e una collocazione nella vita mentale del soggetto, sì da renderle comprensibili e addirittura naturali.

Nella nevrosi ossessiva vi sono due tipi di conoscenza per cui è ragionevole sostenere sia che il paziente “conosce” i suoi traumi, sia che *non* li “conosce”. Infatti, li conosce perché non li ha dimenticati e non li conosce perché non è consapevole del loro significato. Lo stesso avviene molte volte anche nella vita ordinaria. I camerieri, che servivano Schopenhauer nel suo solito ristorante, in un certo senso lo “conoscevano” in un periodo in cui egli, salvo che per questo fatto, non era noto né a Francoforte né fuori. Essi però non lo “conoscevano” nel senso in cui si intenderebbe oggi dicendo di “conoscere” Schopenhauer.

Durante i progressi dell'analisi non solo il paziente si fa coraggio, ma anche la sua malattia, la quale diventa abbastanza ardiva da parlare più chiara di prima. Uscendo di metafora, succede che il paziente, che fino ad ora torceva terrorizzato lo sguardo dalle proprie produzioni patologiche, comincia ad osservarle e ottiene una rappresentazione di esse più chiara e ricca di particolari.

Sarebbe una cosa quanto mai auspicabile che filosofi e psicologi, che architettano brillanti teorie sull'Inconscio basate su una conoscenza per sentito dire o sulle proprie opinioni personali, accettassero prima le convincenti impressioni che possono ottenersi da uno studio diretto dei fenomeni del pensiero ossessivo. Potremmo quasi arrivare *a pretenderlo* se l'impresa non fosse tanto più faticosa dei metodi di lavoro cui sono abituati.

La predilezione dei nevrotici ossessivi per l'incertezza e il dubbio li porta a rivolgere

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

i propri pensieri di preferenza verso quegli argomenti sui quali tutta l'umanità è incerta e sui quali la nostra conoscenza e i nostri giudizi lasciano di necessità scoperto il fianco al dubbio. Gli argomenti principali di questo tipo sono la paternità, la durata della vita, dopo la morte, e la memoria, nella quale ultima siamo tutti abituati a credere, pur non avendo la più piccola garanzia della sua attendibilità.

Secondo quanto dice Lichtenberg “un astronomo sa se la luna è o no abitata, con la stessa certezza con cui sa chi era suo padre, ma non con la stessa certezza con cui sa chi era sua madre”. Un gran passo in avanti nella civiltà è stato fatto quando gli uomini decisero di porre le illusioni allo stesso livello della testimonianza dei loro sensi passando dal matriarcato al patriarcato. Le figurazioni preistoriche che presentano un essere umano più piccolo seduto sulla testa di uno più grande sono rappresentazioni della discendenza patrilineare.

Un uomo che dubita del proprio amore, può, anzi deve, dubitare di ogni più piccola cosa.

Non è sempre facile dire la verità, specialmente quando si deve essere brevi.

Avere pregiudizi spesso si dimostra cosa molto utile.

L'interpretazione dei sogni è la “via regia” per l'interpretazione dell'inconscio, il terreno più solido della psicoanalisi e un campo in cui ogni operatore deve raggiungere certe convinzioni e formarsi una preparazione. E se mi si chiedesse come si fa a diventare psicoanalisti, risponderei: con lo studio dei propri sogni.

Non è difficile ravvisare nei nostri avversari lo stesso affievolimento del giudizio, prodotto dall'emotività, che possiamo quotidianamente osservare nei nostri pazienti.

Generalmente gli uomini non sono sinceri quando si tratta di argomenti sessuali. Essi non rivelano volentieri la loro sessualità, ma indossano un pesante cappotto (vera fabbrica di menzogne) per nasconderla, come se nel mondo del sesso facesse sempre brutto tempo.

L'individuo si ammala allorché, a causa di ostacoli esterni o per mancanza interiore di adattamento, gli viene negato il soddisfacimento dei bisogni erotici nel mondo reale.

Vediamo che egli si rifugia allora nella malattia, in modo da trovarsi un soddisfacimento sostitutivo di quanto gli è stato negato.

L'uomo energico, l'uomo di successo, è colui che riesce, a forza di lavoro, a trasformare in realtà le sue fantasie di desiderio.



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

La nevrosi è oggi dunque quel che era in altri tempi il convento, in cui solevano trovare rifugio tutti i delusi della vita e tutti coloro che si sentivano troppo deboli per affrontarla.

I nevrotici si ammalano degli stessi complessi contro cui lottiamo noi sani.

La psicoanalisi [...] può avanzare le stesse pretese della chirurgia; solo l'aumento della sofferenza che si verifica nel paziente in corso di trattamento è di gran lunga migliore di quello che gli infligge il chirurgo, e particolarmente trascurabile di fronte ai dolori di una malattia grave.

Chi da bambino desidera la madre, non può non volersi mettere al posto del padre, non può non identificarsi con lui nella sua fantasia e più tardi non può non farsi uno scopo nella vita di riuscire a superarlo.

L'adulto ricorda la propria infanzia come un periodo felice, in cui godeva del presente e guardava al futuro senza desideri. Per questo motivo egli invidia i bambini. Ma se i bambini fossero in grado di darci delle informazioni ci racconterebbero probabilmente una storia diversa. Sembra che l'infanzia non sia il beato idillio in cui la deformiamo retrospettivamente, e che anzi i bambini siano tormentati attraverso gli anni dell'infanzia dal desiderio di diventare grandi e di fare quello che fanno gli adulti. Questo desiderio è il motore di tutti i loro giochi.

Inevitabilmente tutti i grandi uomini conservano qualcosa di infantile.

Quanto un artista crea costituisce nello stesso tempo uno sfogo per il desiderio sessuale.

Due sono le finalità della tecnica psicoanalitica: risparmiare fatica al medico e permettere al malato l'accesso più illimitato al proprio inconscio.

Chi non riesce ad ottenere risultati nell'autoanalisi può lasciar subito perdere qualsiasi idea di curare i pazienti mediante l'analisi.

Sono pochissime le persone civili capaci di vivere senza far conto sugli altri o anche soltanto capaci di formarsi delle opinioni indipendenti. Non ci sono termini per descrivere quanto grande sia nella gente la mancanza interiore di risolutezza e il bisogno di un'autorità. La misura di questo ci è data dallo straordinario aumento delle nevrosi dopo che il potere delle religioni si è dissolto. Una delle cause di questo stato di cose può essere l'impovertimento dell'Io dovuto al forte dispendio di energie per la rimozione imposta dalla civiltà a ciascun individuo.

Le verità più dure sono ascoltate e riconosciute, alla fine, dopo che reazione degli

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

interessi lesi e le emozioni che hanno scatenato, hanno esaurito la loro furia. È sempre stato così e le verità malaccette, che noi psicoanalisti dobbiamo dire al mondo, avranno lo stesso fato. Solo non sarà tanto presto: dobbiamo saper aspettare.

Il nostro atteggiamento verso la vita non dovrebbe essere quello di fanatico dell'igiene o della terapia.

La lingua serve non solo ad esprimere i propri pensieri ma soprattutto a comunicarli agli altri.

Gli psicoanalisti non dimenticano mai che lo psichico si fonda sull'organico, sebbene il loro lavoro li possa portare sino a questo fondamento e non oltre.

Lunghi anni di esperienza mi hanno insegnato - come dovrebbero avere insegnato a chiunque altro - a non prendere per buono direttamente quel che i malati, e soprattutto quelli nevrotici, riferiscono sui loro medici. Lo specialista di malattie nervose non solamente diventa l'oggetto di molti sentimenti ostili dei suoi pazienti, qualunque sia il metodo terapeutico adottato, ma talora deve rassegnarsi ad accettare, per via di una specie di proiezione, i desideri rimossi e nascosti dei suoi pazienti nevrotici. È un fatto ben triste, ma significativo, che tali accuse non trovino mai credito più immediato quanto presso gli altri medici.

La caratteristica di sopravvalutare la donna amata e di considerarla unica ed insostituibile, appare come una cosa naturale nel contesto dell'esperienza del bambino, perché nessuno può avere più di una madre, e il rapporto con lei si fonda su un evento che non presenta dubbi nella sua irripetibilità.

Solo in una minoranza di persone colte le due correnti dell'affetto e della sensualità si sono perfettamente fuse.

[Le] infedeli al marito, sono capaci di essere fedeli all'amante.

Gli istinti erotici sono difficili da educare. La loro educazione a volte dà troppo, a volte troppo poco. Il modo in cui la civiltà cerca di trasformarli ha come prezzo una sensibile perdita di piacere, la persistenza degli impulsi inutilizzati può essere individuata nell'attività sessuale sotto forma di non appagamento.

Potremmo, quindi, essere costretti a riconciliarci con l'idea che è assolutamente impossibile adeguare le esigenze dell'istinto sessuale a quelle della civiltà e che, in conseguenza del suo sviluppo, la razza umana non può evitare la rinuncia e la sofferenza nonché il pericolo di estinguersi in un lontanissimo futuro.

La scienza non ha come fine quello di spaventare o di consolare.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Una certa schiavitù sessuale è [...] indispensabile per difendere il matrimonio civilizzato e per frenare le tendenze alla poligamia che lo minacciano, e nelle nostre comunità sociali questo diventa un fattore di primaria importanza.

L'educazione può essere considerata più propriamente come un incitamento al superamento del principio del piacere sostituendolo col principio della realtà; infatti essa cerca di aiutare i processi evolutivi che favoriscono l'Io. A tal fine essa si avvale di una offerta di amore quale ricompensa da parte degli educatori e quindi fallisce se un bambino viziato crede di possedere questo amore in ogni caso e di non poterlo perdere qualunque cosa accada.

L'alcool sopprime le inibizioni e annulla le sublimazioni.

Non è raro che un uomo sia portato a bere in seguito a una delusione provocatagli da una donna, ma, di solito, ciò significa anche che egli ricerca i locali pubblici e la compagnia di altri uomini, che gli offrono quella soddisfazione emotiva che non è riuscito a ottenere a casa da sua moglie. A questo punto, se gli uomini diventano l'obiettivo inconscio di un'intensa carica libidica, egli si schermirà con il terzo tipo di contraddizione: "Non sono *io*, è *lei* che ama l'uomo". Perciò sospetterà la donna di avere rapporti con tutti gli uomini che egli stesso è tentato di amare.

La donna gelosa sospetta il marito di essere in rapporti con tutte le donne, dalle quali si sente attratta in ragione della sua omosessualità o della predisposizione creata dal suo esagerato narcisismo. L'influenza del periodo della vita, in cui si è attuata la fissazione, è rivelata chiaramente dalla scelta degli oggetti d'amore, che ella attribuisce al marito, oggetti che, spesso, sono anziani e del tutto inadatti a una vera relazione amorosa, trattandosi di reincarnazioni delle governanti, delle domestiche e delle ragazze, che furono sue amiche nell'infanzia, o di sorelle, che furono effettivamente sue rivali.

La soppressione della megalomania non mai è tanto brusca, quanto nel caso in cui l'individuo è sopraffatto da un amore irresistibile.

La formazione di idee deliranti, che noi consideriamo un prodotto patologico, in realtà è uno sforzo verso la guarigione, un processo di ricostruzione.

Si dà spesso il caso che il modo migliore di completare l'interpretazione di un sogno consiste nel sospenderla, rivolgendo l'attenzione a nuovo sogno, il quale forse contiene lo stesso materiale in forma più accessibile.

Quanto più il paziente viene ad imparare qualcosa circa la pratica dell'interpretazione dei sogni, tanto più, di solito, i suoi sogni successivi diventano oscuri. Tutta la conoscenza da lui acquisita sui sogni serve solo a mettere sull'avviso il processo di

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

costruzione onirico.

Non insisterò mai troppo consigliando i miei colleghi di conformarsi, nel trattamento psicoanalitico, all'atteggiamento del chirurgo, che si svincola da ogni sentimento, persino dalla simpatia umana, per concentrare tutte le sue energie psichiche sull'unico scopo di eseguire l'intervento con la maggior perizia possibile.

Il sentimento più pericoloso per uno psicoanalista è l'ambizione terapeutica di conseguire, grazie a questo nuovo metodo assai discusso, dei risultati tali da esercitare un'opera di convincimento sugli altri. Ciò non soltanto lo metterà in uno stato psichico sfavorevole al suo lavoro, ma lo renderà impotente di fronte a talune resistenze del paziente la cui guarigione, come è noto, dipende innanzi tutto dall'interazione delle forze operanti in lui.

Un chirurgo dei tempi andati aveva preso questo motto: “*Je le pensai, Dieu le guèrit*”. [“Io ci feci un pensiero, Dio lo guarì.”] L'analista dovrebbe sentirsi pago di qualcosa di simile.

Il medico deve essere impenetrabile per il malato e, come uno specchio, non deve rivelare al paziente altro che la sua stessa immagine. È vero però che, in pratica, non abbiamo nulla da ridire su uno psicoterapeuta che combini un certo quantitativo di analisi con una certa influenza suggestiva al fine di conseguire un risultato palpabile in un tempo più breve, come è necessario, per esempio, nelle case di cura. Ma in tal caso si ha il diritto di affermarsi pienamente consapevoli di ciò che si sta facendo e si deve sapere che questo metodo non è conforme alla vera psicoanalisi.

Dal punto di vista della civiltà, una certa diminuzione della potenza virile e della brutale aggressività in essa racchiusa è anzi positiva. Facilita agli uomini civilizzati la pratica delle virtù della moderazione e della fedeltà sessuali a cui sono tenuti. È assai difficile essere virtuosi quando si dispone di una prepotente virilità.

Noi [...] abbiamo l'abitudine di formarci le nostre opinioni delle disposizioni individuali *ex post facto*: attribuiamo questa o quella disposizione solo dopo il fatto, quando cioè le persone si sono già ammalate. Non abbiamo alcun metodo per scoprirle in anticipo. Ci comportiamo, in effetti, come il re scozzese di un romanzo di Victor Hugo, il quale si vantava di possedere un metodo infallibile per riconoscere la stregoneria. Egli metteva a bollire la donna accusata e quindi assaggiava il brodo. Poi secondo il gusto diceva: “Sì, era una strega”, oppure: “No, non lo era”.

In un certo senso il tabù vive ancora ed opera presso di noi. Per quanto venga inteso negativamente e si rivolga ad un altro contenuto, esso in fondo non differisce, nella sua cultura psicologica, dall'imperativo categorico di Kant, che opera in forma coattiva, escludendo ogni motivazione cosciente.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Il progresso sociale e tecnico dell'umanità ha intaccato il tabù molto meno di quanto non sia avvenuto per il totem.

La partecipazione sentimentale della madre alle vicende della figlia può portare a tali fenomeni d'identificazione che essa si innamora dell'uomo da quella amato. Questo fatto, in alcuni casi, può generare una violenta reazione psichica e portare la madre a forme gravi di malattia nervosa.

Quell'irritabilità e quel senso di avversione che notiamo in tutto il comportamento affettivo del genero ci fa supporre che per lui la suocera rappresenti veramente una tentazione all'incesto. Non è isolato il caso in cui un genero si innamori apertamente della suocera prima di rivolgere la propria attenzione alla figlia.

La psicoanalisi ci ha dimostrato che la prima scelta sessuale del fanciullo è incestuosa, poiché si riferisce ad un oggetto interdetto (alla madre od alla sorella) e ci ha mostrato attraverso quali vie l'adulto si libera dalla seduzione che su di lui l'incesto opera. Il nevrotico, al contrario, ci mostra con regolarità un aspetto dell'infantilismo psichico, dal momento che, o non ha saputo liberarsi dai legami che legavano la sua psicosessualità all'infanzia (arresto dello sviluppo), oppure è ad essi ritornato (regressione).

Chi si avvicini al problema del tabù dal punto di vista psicoanalitico, cioè dall'esame dell'inconscio nella vita psichica individuale, arriverà ben presto alla conclusione che fenomeni di questo genere non gli sono affatto estranei. Egli ha incontrato individui i quali si sono creati da se stessi i divieti del tabù, e che li seguono con la stessa scrupolosità con la quale i selvaggi seguono quelli della loro tribù. Se non esistesse già una terminologia abituale secondo la quale queste persone sono degli "ossessivi", esse potrebbero ben essere chiamate "ammalati di tabù".

Sotto ponendo all'esame psicoanalitico nevrotici che soffrono, o che abbiano sofferto nell'infanzia, di paura degli spiriti, spesso e senza troppa difficoltà si scopre che questi spiriti tanto temuti non sono altro che i genitori.

Nell'inconscio i processi psichici non sono affatto identici a quelli noti nella vita psichica conscia, ma godono di certe libertà che a questi ultimi sono negate.

Da un lato le nevrosi presentano chiare e profonde concordanze con le grandi istituzioni sociali inerenti l'arte, la religione e la filosofia; dall'altro ci appaiono come deformazioni delle istituzioni stesse. Potremmo quasi dire che l'isterismo è una deformazione di un'opera d'arte, la nevrosi ossessiva una deformazione della religione, il delirio paranoico una deformazione di un sistema filosofico. In definitiva questa diversità si spiega col fatto che le nevrosi sono formazioni asociali, che si

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

sforzano di creare con mezzi privati ciò che la società ha creato col lavoro collettivo.

La natura asociale della nevrosi dipende dalla sua originaria tendenza a fuggire da una realtà insoddisfacente in un mondo immaginario pieno di attraenti promesse. Nel mondo reale, da cui il nevrotico rifugge, domina la società umana con le istituzioni create col lavoro collettivo; volgendo le spalle alla realtà il nevrotico si ritira dalla comunità umana.

Tutti i malati ossessivi sono superstiziosi e in genere contro la loro stessa convinzione.

I nevrotici vivono in un particolare mondo, in cui, come ho già detto, ha corso solo la “valuta nevrotica”; per loro solo ciò che è pensato intensamente, rappresentato con passione, ha un effetto, ed ha scarsa importanza la concordanza con la realtà esteriore. Durante i suoi attacchi, l'isterico riproduce e fissa per mezzo di sintomi avvenimenti che si sono verificati solo nella sua fantasia; benché sia vero che, in definitiva, essi si collegano a fatti reali o su questi furono edificati.

Tra i popoli primitivi il pensiero è ancora fortemente sessualizzato, e [...] da ciò scaturisce la convinzione dell'onnipotenza del pensiero, la salda fiducia nella possibilità di governare il mondo e l'inaccessibilità alle facili esperienze da cui essi potrebbero dedurre la reale posizione dell'uomo nell'universo.

L'arte, che non è di certo iniziata come “arte per l'arte”, si trovava in origine al servizio di tendenze che in gran parte sono oggi venute meno. Si può a ragione affermare che tra queste siano parecchie intenzioni magiche.

L'atteggiamento del bambino presenta numerose analogie con quello del primitivo nei confronti degli animali. Il bambino non prova ancora l'orgoglio proprio all'adulto civilizzato che traccia una netta linea di demarcazione tra sé e tutti gli altri rappresentanti del regno animale. Egli considera senz'altro l'animale un suo uguale; per la franca e sincera ammissione dei suoi bisogni, egli si sente più vicino all'animale che all'uomo adulto, il quale gli appare senza dubbio più enigmatico.

Senza la premessa di un'anima collettiva, di una continuità nella vita psichica dell'uomo, che consente di non tener conto delle interruzioni degli atti psichici per la scomparsa dei singoli individui, la psicologia collettiva, la psicologia dei popoli, non potrebbe esistere. Se i processi psichici non si trasmettessero da una generazione all'altra, se ogni generazione fosse obbligata ad acquisire *ex novo* il proprio atteggiamento di fronte alla vita, si escluderebbe ogni progresso e ogni evoluzione.

Noi dobbiamo guardarci dall'applicare al mondo del primitivo e del nevrotico, ricco solo di eventi interiori, il disprezzo che il nostro mondo prosaico, pieno di valori

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

materiali, prova per ciò che è solo pensato o desiderato.

La pratica della psicoanalisi esige molto meno preparazione medica che addestramento psicologico e libero senso di umanità.

L'unica garanzia di un'innocua applicazione del procedimento analitico non potrà che dipendere dalla personalità dell'analista.

Ci è facile capire perché i bambini mentono quando, così facendo, imitano le bugie dette dagli adulti. Ma vi sono moltissime bugie, dette da bambini ben educati, che hanno un significato tutto particolare, per cui dovrebbero rappresentare argomento di meditazione anziché essere causa di ira. Si tratta di bugie dette sotto l'impulso di sentimenti d'amore troppo acuti. Esse acquistano importanza nel caso che generino malintesi tra il bambino e la persona amata.

I casi di malattia che giungono all'osservazione dello psicoanalista non hanno tutti la stessa importanza ai fini dell'ampliamento delle sue conoscenze. Ve ne sono alcuni ai quali deve applicare tutto quello che sa e dai quali non impara nulla e ve ne sono altri che gli mostrano quel ch'egli già sa, ma in modo particolarmente chiaro e isolati in una posizione eccezionalmente rivelatrice, per cui a questi va debitore non solo di una conferma, ma persino d'un allargamento della sua conoscenza.

Gli errori scientifici sono davvero tenaci ed anche quando sono stati confutati, sono pronti a reinserirsi furtivamente sotto nuove maschere.

Non ci sorprende scoprire che la psicoanalisi dà conferma dell'importante ruolo acquistato dalle favole popolari nella vita psichica dei nostri bambini. Per alcune persone il ricordo delle fiabe preferite prende il posto dei ricordi dell'infanzia. Essi hanno fatto delle fiabe dei ricordi di copertura.

Da un lato la psicoanalisi ha ristretto il modo di pensare fisiologico e dall'altro ha conquistato alla psicologia una buona parte della patologia.

Una buona metà del compito psichiatrico, al fine di una soluzione, viene attribuita dalla psicoanalisi alla psicologia. Sarebbe tuttavia grave errore voler presumere che l'analisi ricerchi o appoggi una concezione esclusivamente psicologica dei disturbi psichici. Essa non può negare che l'altra metà ha come oggetto l'innuenza di fattori organici (meccanici, tossici, infettivi) sull'apparato psichico.

Le interpretazioni della psicoanalisi sono in primo luogo traduzioni da un modo di espressione che ci è sconosciuto in quello consueto per il nostro pensiero. Quando interpretiamo un sogno, ci limitiamo a tradurre un certo contenuto ideativo (i pensieri onirici latenti) "dal linguaggio del sogno" a quello della nostra vita da svegli. Si

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

vengono in tal modo a conoscere le particolarità di questo linguaggio onirico e si trae la sensazione che esso faccia parte di un sistema espressivo molto antico.

Le dottrine ed i sistemi filosofici sono frutto di un numero di persone di netta impronta individuale; in nessuna altra scienza compete anche alla personalità dello scienziato una parte così di rilievo come appunto nella filosofia.

Alla psicoanalisi non capitò, come ad altre nuove scienze, di essere accolta con impaziente simpatia da coloro che si interessano del progresso del sapere. Per molto tempo non le si dette ascolto, e quando infine non si poté più ignorarla, diventò, per ragioni affettive, oggetto di violenta avversità da parte di quanti non si erano addossati la fatica di conoscerla. Essa deve questa accoglienza ostile alla circostanza che ben presto, nel corso delle sue ricerche, dovette scoprire che le malattie nervose sono la manifestazione di un disturbo della *funzione sessuale* ed ebbe pertanto ragione di occuparsi della osservazione, per troppo tempo trascurata, della funzione sessuale.

Le nevrosi corrispondono a una sopraffazione più o meno parziale dell'Io ad opera della sessualità, dopo che l'Io ha fallito il tentativo di reprimerla.

Non ad ogni analisi di fenomeni psicologici competerà il termine psicoanalisi. Questa ultima vuol dire più che decomposizione in fenomeni più semplici di fenomeni composti; essa consiste nel riferire una formazione psichica ad altre che la precedono nel tempo e dalle quali si è svolta.

La psicoanalisi ha dovuto far discendere la vita psichica dell'adulto da quella del bambino, prendere sul serio il detto: il bambino è il padre dell'uomo.

La maggior parte di noi mostra una lacuna mnemonica riguardo ai primi anni di infanzia, dalla quale affiorano solo singoli brani di ricordi. Si può sostenere che la psicoanalisi ha ormai riempito tale lacuna e ha eliminato questa amnesia infantile degli uomini.

*On revient toujours à ses premiers amours* [Si torna sempre ai primi amori] è una verità oggettiva. I vari punti oscuri della vita amorosa negli adulti si chiariscono solo rilevando i momenti infantili dell'amore.

La comprensione delle malattie nevrotiche dei singoli ha agevolato considerevolmente la comprensione delle grandi istituzioni sociali, in quanto le nevrosi stesse si sono dimostrate tentativi di trovare soluzioni a livello individuale ai problemi della compensazione di desiderio che a livello sociale devono essere risolti dalle istituzioni.



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Le forze motrici dell'arte sono gli stessi conflitti che portano altri individui alla nevrosi e che hanno indotto la società ad edificare le sue istituzioni.

Le nostre virtù migliori si sono originate come formazioni reattive e sublimazioni sul terreno delle nostre peggiori tendenze.

Chi spera di imparare dai libri il nobile gioco degli scacchi presto scoprirà che soltanto le aperture e i finali si prestano a un'esauriente trattazione sistematica e che l'infinita varietà di mosse possibili dopo l'apertura sfida ogni descrizione. Questa lacuna nelle istruzioni potrà essere colmata soltanto con lo studio diligente delle partite giocate dai maestri. A limitazioni consimili sono soggette le regole che possono essere date sulla tecnica del trattamento psicoanalitico.

Bisogna diffidare di tutti gli aspiranti pazienti che chiedono di rimandare di qualche tempo l'inizio della cura. L'esperienza insegna che, quando arriva il giorno fissato per l'appuntamento, non si presentano anche se il motivo del rinvio, che è quanto dire la razionalizzazione della loro intenzione, sembra, ai non iniziati, al di sopra di ogni sospetto.

La nevrosi ha le sue radici in strati psichici ai quali una conoscenza intellettuale dell'analisi non è ancora pervenuta.

Una domanda poco gradita che il malato pone al medico al principio è: “Quanto durerà la cura? Quanto tempo le occorrerà per liberarmi dei miei disturbi?”. Se il medico si è deciso per un trattamento di prova di qualche settimana, può evitare di rispondere direttamente alla domanda, promettendo di fornire un parere più motivato alla fine del periodo di prova. La nostra risposta è simile a quella data dal filosofo al viandante nella favola di Esopo. Quando il viandante gli chiese quanto tempo avrebbe dovuto ancora camminare, il filosofo gli disse semplicemente: “Cammina!” e poi gli rese ragione di questa risposta, apparentemente priva di senso, dicendo che gli occorreva conoscere la lunghezza del passo del viandante prima di potergli specificare quanto sarebbe durato il viaggio. Questo è un espediente che aiuta a superare le prime difficoltà, ma il paragone non è valido perché il nevrotico può facilmente variare la lunghezza del passo e compiere a volte solo progressi molto lenti. In realtà è pressoché impossibile rispondere alla domanda sulla probabile durata di una cura.

Un mio amico e collega al quale ascrivo il grande merito di essersi convertito alla psicoanalisi dopo svariati decenni di lavoro scientifico condotto secondo altri principi, mi scrisse una volta: “Quel che occorre è un trattamento delle nevrosi ossessive rapido, pratico e ambulatoriale”. Non potendo accontentarlo rimasi un po' imbarazzato, e cercai di scusarmi osservando che anche gli specialisti in malattie interne sarebbero ben felici di disporre di una cura della tubercolosi o del cancro che

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

riunisse questi vantaggi.

Io non impegno i malati a proseguire il trattamento per un determinato periodo; lascio ciascuno libero di interromperlo quando lo voglia, ma non gli nascondo che se la cura viene interrotta solo dopo che si sia compiuto poco lavoro, non ne risulterà beneficio alcuno, ed è facile anzi, similmente a un intervento chirurgico non terminato, che lo lasci in condizioni sfavorevoli.

Il potere dell'analista sui sintomi può essere comparato alla potenza sessuale maschile. Un uomo può sì, concepire un bambino tutto intero, ma neppure il più forte degli uomini può creare nell'organismo femminile una testa, o un braccio o una gamba soltanto; non può nemmeno stabilire il sesso dell'infante. Anch'egli mette in moto un processo complicatissimo, determinato da eventi risalenti a un remoto passato, che ha termine con la separazione del bambino dalla madre. Una nevrosi ha caratteri simili a un organismo. Le manifestazioni che la compongono non sono indipendenti le une dalle altre; si condizionano e si sostengono a vicenda.

Le questioni di danaro sono trattate dai popoli civili come le questioni sessuali, con la stessa incongruenza, gli stessi falsi pudori e ipocrisia.

Lo psicoanalista si deve mettere nella posizione di un chirurgo, che è franco e costoso perché dispone di metodi di cura efficaci.

Fissando il suo onorario, l'analista deve rendersi pure conto che, per quanto possa lavorare sodo non potrà mai guadagnare quanto gli altri specialisti.

Quelli che sono costretti dalle necessità a una vita di dura fatica sono meno facilmente colpiti dalla nevrosi, ma dall'altra parte l'esperienza insegna, senza dubbio, che quando un povero è colpito da una nevrosi ben difficilmente se ne lascia liberare. Essa gli rende un servizio troppo utile nella lotta per l'esistenza: il guadagno secondario derivatogli dalla malattia è troppo importante per lui. Ora, col diritto datogli dalla nevrosi, reclama quella compassione che il mondo rifiutava alle sue ristrettezze materiali, e può prosciogliere se stesso dall'obbligo di combattere la povertà col lavoro.

Nella vita non c'è nulla di più costoso della malattia... e della stupidità.

Vi sono dei malati che fin dalle primissime ore di cura preparano minuziosamente quello che dovranno comunicare, evidentemente per assicurarsi di fare il miglior uso del tempo dedicato al trattamento. È la resistenza che, in questo modo, si camuffa da zelo. Qualsiasi preparazione del genere è da sconsigliarsi perché serve solo a impedire l'affiorare di pensieri non graditi.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Le persone che più facilmente tendono a nascondere le idee che vengono loro in mente in apertura di analisi, sono donne che, in seguito ad eventi passati della loro vita, sono pronte a difendersi da attacchi sessuali, e uomini con una fortissima omosessualità rimossa.

Si deve stare attenti a non dare al paziente la soluzione di un sintomo o l'interpretazione di un desiderio finché egli non sia tanto vicino ad essa che con un solo passo in più arriverebbe alla spiegazione da solo.

La principale forza motrice della terapia è la sofferenza del paziente con il desiderio, che ne scaturisce, di guarire.

Gli individui giovani e a carattere infantile tendono a trasformare l'imperativo, imposto dal trattamento, di concentrare l'attenzione sulla malattia, in un gradito pretesto per gozzovigliare con i propri sintomi.

Il miglior modo di proteggere il paziente dai danni che potrebbero derivargli dall'assecondare uno dei suoi impulsi, sta nel fargli promettere di non prendere alcuna decisione importante che possa influire sulla sua vita (come, per esempio, scegliere una professione o un oggetto d'amore definitivo), mentre la cura è in atto, rimandando invece ogni decisione a dopo la guarigione.

Un individuo impara il buon senso solo attraverso le esperienze personali e le conseguenti disavventure.

Come è noto, i discorsi sublimi hanno ben scarsa influenza sulle passioni.

Il trattamento psicoanalitico poggia sulla sincerità. In essa risiede gran parte dell'effetto educativo e del valore etico della psicoanalisi, ed è pericoloso allontanarsi da questo fondamento.

La tecnica analitica impone al medico di negare alla paziente, smaniosa di amore, la soddisfazione che chiede. La cura va proseguita nell'astinenza.

Per l'analisi è altrettanto deleterio se la brama di amore della paziente è soddisfatta o se è repressa. L'operato dell'analista non deve perseguire né l'uno né l'altro fine; nella vita reale non si dà nulla di simile. Egli deve stare attento a non sottrarsi all'amore da *transfert*, a non respingerlo e a non renderlo penoso per la paziente; però deve anche evitare, con pari risolutezza, qualsiasi corresponsione.

Quanto al medico, motivi etici e motivi tecnici concorrono a impedirgli di concedere il suo amore alla paziente. Egli deve tener presente che il suo scopo sta nel dare a

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

questa donna, la cui capacità di amare è ostacolata da fissazioni infantili, il pieno possesso di una funzione di inestimabile importanza, non perché la disperda così nel trattamento, ma per mantenerla intatta per il momento in cui, finita la cura, cominceranno a farsi sentire le esigenze della vita reale. Il medico non deve rinnovare la scena di quella corsa di cani il cui premio doveva essere una filza di salsicce, ma che qualche bello spirito mandò a monte gettando una sola salsiccia in mezzo alla pista, dato che l'ovvio risultato fu che i cani si gettarono su quella dimenticando la gara e la filza di salsicce che li spronava da lontano alla vittoria.

L'amore sessuale è una delle cose principali della vita, e uno dei punti culminanti di questa unione della soddisfazione psichica a quella del corpo nel godimento dell'amore. Tolto qualche anormale fanatico, tutto il mondo lo sa e vive in conformità a questo principio.

Lo psicoterapeuta analitico deve ingaggiare un triplice combattimento: nel suo intimo, contro le forze che tentano di trarlo in basso, sotto al livello analitico; al di fuori dell'analisi, contro gli avversari che mettono in discussione l'importanza che egli attribuisce alle forze pulsionali sessuali, e che gli rendono difficile il compito di avvalersene nella tecnica scientifica; nell'ambito dell'analisi, contro le pazienti, le quali, prima si comportano da avversarie, ma poi scoprono quell'ipervalutazione della vita sessuale che le domina e cercano di invischiarlo nelle loro passioni ribelli a ogni controllo sociale.

Lo psicoanalista sa di lavorare con forze altamente esplosive e che deve procedere con la stessa cautela e la stessa coscienziosità di un chimico. Ma quando mai è stato proibito ai chimici, a causa del pericolo, di maneggiare sostanze esplosive, che gli sono indispensabili, a causa dei loro effetti? È degno di nota che lo psicoanalista deve conquistarsi di bel nuovo tutte quelle libertà che da gran tempo sono state accordate alle altre attività mediche.

La storia della psicoanalisi vera e propria inizia solo con la innovazione tecnica dell'abbandono dell'ipnosi.

Durante questi anni almeno una dozzina di volte mi è stato riferito da relazioni sui lavori di determinati congressi e di sedute di associazioni scientifiche, o in resoconti su certe pubblicazioni, che la psicoanalisi ormai era morta, decisamente superata e finita. La risposta sarebbe dovuta assomigliare al telegramma che Mark Twain mandò al giornale che per sbaglio ne aveva annunciato la morte: "Notizia del mio decesso fortemente esagerata". Dopo ogni dichiarazione di morte la psicoanalisi ha acquistato nuovi aderenti e collaboratori, o si è creata nuovi organi. Comunque dichiararla morta costituisce un progresso nei confronti della congiura del silenzio.

La psicoanalisi mette in evidenza solo l'aspetto peggiore di ogni singolo uomo.

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

L'esperienza insegna che a rarissime persone è concesso di restare educate, e meno ancora oggettive, nella discussione scientifica, ed io ho sempre odiato le liti scientifiche.

Le cose possono andare con gli psicoanalisti come con i malati durante l'analisi.

La relatività della nostra conoscenza è un'obiezione che si può opporre tanto alla psicoanalisi quanto ad ogni altra scienza.

Jung, con la sua “innovazione” della psicoanalisi, ha dato un esempio del famoso “coltello di Lichtenberg”. Ha cambiato il manico e vi ha introdotto una nuova lama; essendovi incisa la stessa marca, dovremmo prendere questo oggetto per quello di prima.

Gli uomini sono forti fino a quando difendono una idea forte; divengono impotenti non appena le si oppongono.

È bene ricordarci che tutte le nostre provvisorie concezioni psicologiche troveranno un giorno il loro fondamento in qualche infrastruttura organica.

Certo che una bella dose di egoismo è una sorta di protezione contro la malattia, ma, in ultima analisi, per non rischiare di ammalarci noi dobbiamo cominciare ad amare, e siamo proprio destinati ad ammalarci se a causa di qualche frustrazione non ci è possibile amare.

Le donne, specialmente se vengono su carine, manifestano una sorta di autoappagamento, che serve da compensazione alle restrizioni sociali cui debbono sottostare nella scelta dell'oggetto. A rigor di termini, dovremmo dire che queste donne amano solo se stesse, e con una intensità paragonabile solo a quella con cui l'uomo le ama.

Il narcisismo dell'altro esercita una forte attrazione su colui che ha rinunciato a una parte del proprio e va in cerca di un oggetto d'amore.

Il fascino del bambino risiede in gran parte proprio in quel suo narcisismo, che è auto-soddisfacimento, che è inaccessibilità; è il fascino che ci è dato di vedere in certi animali, come il gatto o le grandi belve da preda, che sembrano non curarsi affatto della nostra presenza. E, ancora, perfino i grandi criminali e i grandi umoristi, almeno come sono descritti nella letteratura, catturano il nostro interesse per quello spessore narcisistico con cui si adoperano ad allontanare dal loro Io qualsiasi cosa lo possa rimpicciolire.

Il costituirsi della coscienza è, in fondo, l'incorporazione delle critiche dei genitori in

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

un primo momento, e di quelle della società poi.

Il fatto di dipendere dall'oggetto amato fa calare l'autostima: chi ama è umile. Chi ama ha, per così dire, rinunciato a una parte del suo narcisismo, e tale parte può essere rimpiazzata solo dal venire ricambiato in amore.

La maggioranza delle donne isteriche si annoverano tra le rappresentanti più attraenti e perfino più belle del sesso femminile; mentre, d'altro canto, l'essere brutte, l'avere difetti organici e altre infermità, come si riscontra frequentemente nelle donne delle classi più basse della società, non fa aumentare l'incidenza delle malattie nevrotiche.

Abbiamo spesso sentito sostenere che le scienze dovrebbero essere fondate su concetti basilari chiari e nettamente definiti. In verità, nessuna scienza, neanche la più esatta, comincia con tali definizioni. Il vero inizio dell'attività scientifica consiste piuttosto nel descrivere i fenomeni e quindi nel raggrupparli, classificarli e correlarli. Già allo stadio di descrizione non è possibile evitare di applicare certe idee astratte al materiale in questione, idee queste che derivano da qualche parte, ma che certamente non sono basate unicamente sulle nuove osservazioni.

L'amore e l'odio, i quali ci si presentano, quanto al contenuto, come perfetti opposti, non stanno dopo tutto in una relazione così semplice tra di loro.

Udire qualcosa e sperimentare qualcosa sono dal punto di vista psicologico due cose affatto diverse, anche se il contenuto è lo stesso.

Lo scrivere si presenta come un processo relativamente semplice e, al contrario del leggere, difficilmente influenzato dalle distrazioni.

Senza essere un apostolo della pietà e pur riconoscendo la necessità biologica e psicologica della sofferenza nell'economia della vita umana, tuttavia non si può fare a meno di condannare la guerra nei suoi fini e nei suoi mezzi e di aspirare alla cessazione delle guerre.

I popoli sono rappresentati dagli Stati che essi formano; gli Stati, dai governi che li dirigono. Nel corso di questa guerra, ogni membro di una nazione può constatare ciò di cui aveva già una vaga intuizione in tempo di pace, cioè che, se lo Stato vieta all'individuo la pratica dell'offesa, ciò non avviene perché esso voglia eliminarla, ma perché vuole monopolizzarla, così come monopolizza il sale ed il tabacco.

Lo Stato in guerra si permette tutte le ingiustizie, tutte le violenze, la più piccola delle quali basterebbe a disonorare l'individuo. Esso ha fatto ricorso, nei confronti del nemico, non solo a quel tanto di astuzia permessa, ma anche alla menzogna cosciente e voluta, e questo in una misura che va al di là di tutto ciò che si era visto

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

nelle guerre precedenti. Lo Stato impone ai cittadini il massimo di obbedienza e di sacrificio, ma li tratta da sottomessi, nascondendo loro la verità e sottomettendo tutte le comunicazioni e tutti i modi di espressione delle opinioni ad una censura che rende la gente, già intellettualmente depressa, incapace di resistere ad una situazione sfavorevole o ad una cattiva notizia. Si distacca da tutti i trattati e da tutte le convenzioni che lo legano agli altri Stati, ammette senza timore la propria capacità e la propria sete di potenza, che l'individuo è costretto ad approvare ed a sanzionare per patriottismo.

Di rado l'uomo è del tutto buono o del tutto cattivo; nella maggior parte dei casi egli è buono per certi aspetti, cattivo per altri; buono in certe condizioni esteriori, decisamente cattivo in altre. L'esperienza ci ha dimostrato questo fatto interessante: che la preesistenza, nell'infanzia, di tendenze molto "cattive" costituisce in molti casi una delle condizioni per l'orientamento verso il bene, quando l'individuo ha raggiunto l'età adulta. I bambini più egoisti possono diventare cittadini estremamente caritatevoli e capaci dei massimi sacrifici; la maggior parte degli apostoli della pietà, dei filantropi, dei protettori di animali, hanno dimostrato, nell'infanzia, tendenze sadiche e crudeltà nei confronti degli animali.

Essere amati è un vantaggio al quale se ne possono e se ne devono sacrificare molti altri.

La civilizzazione ha potuto sorgere e svilupparsi solo grazie alla rinuncia alla soddisfazione di determinati bisogni ed esige che tutti coloro i quali, nel susseguirsi delle generazioni, vogliono godere dei vantaggi che la vita civile comporta, rinuncino a loro volta alla soddisfazione di certi istinti.

Gli uomini che nascono nella nostra epoca portano con sé al mondo una certa disposizione a trasformare le tendenze egoistiche in tendenze sociali, disposizione che fa parte dell'organizzazione che hanno ereditato e che opera questa trasformazione sotto lo stimolo di impulsi spesso molto lievi. Ma altre tendenze subiscono la trasformazione non più per una disposizione ereditaria, ma sotto la pressione di fattori esteriori. In tal modo ogni individuo subisce non solo l'influenza del suo attuale ambiente civilizzato, ma anche quella degli ambienti in cui vissero i suoi antenati.

Le evoluzioni psichiche presentano una caratteristica che non si ritrova in nessun altro processo evolutivo o di sviluppo. Quando un villaggio si trasforma in città o il bambino diviene uomo, il villaggio ed il bambino sono totalmente assorbiti, fino a scomparire, nella città e nell'uomo. Solo con uno sforzo della memoria si può ritrovare, nella nuova formazione, l'antica fisionomia; la realtà è che l'antico materiale e le antiche forme sono scomparsi, per far posto ad un nuovo materiale ed a nuove forme. Nell'evoluzione della vita psichica le cose vanno in modo

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

assolutamente diverso. In questo caso c'è una situazione diversa da ogni altra e che si può descrivere solo dicendo che ogni precedente fase di sviluppo sussiste e si conserva a fianco di quella che ne è derivata.

Basta che un gran numero, che milioni di uomini si trovino riuniti, perché tutte le acquisizioni morali dei singoli individui svaniscano rapidamente, ed al loro posto restino solo gli atteggiamenti psichici più primitivi, più brutali. Risultato molto doloroso che si attenuerà forse man mano che l'evoluzione continuerà il suo cammino in avanti. Tuttavia noi crediamo che un po' più di franchezza e di sincerità nei rapporti tra gli uomini ed in quelli tra gli uomini ed i loro governanti, potrebbe aprire la strada a questa evoluzione.

Per noi è assolutamente impossibile raffigurarci la nostra morte, ed ogni volta che tentiamo di farlo, ci rendiamo conto di assistervi da spettatori. È per questo che la scuola psicoanalitica si è ritenuta in diritto di affermare che, in fondo, nessuno crede alla propria morte, o, il che è lo stesso, che ciascuno è inconsciamente convinto della propria immortalità.

Per quanto riguarda la morte degli altri, l'uomo civile evita accuratamente di parlare di questa eventualità in presenza della persona la cui morte sembra vicina. Solo i bambini non hanno questa discrezione e rivolgono minacce implicanti la possibilità della morte ed arrivano persino a dare per scontata la morte di una persona cara, dicendole, come fosse la cosa più naturale del mondo: “Cara mamma, quando tu sarai morta io farò questo o quello”. Da parte sua, l'uomo civile adulto non si sofferma sul pensiero della morte delle persone che gli sono vicine, perché ciò vorrebbe dire dar prova d'insensibilità o di cattiveria, tranne che nei casi, come quello del medico, dell'avvocato, ecc., in cui si è portati a pensarvi per preoccupazioni professionali.

È troppo triste rendersi conto che la vita assomiglia al gioco degli scacchi, in cui basta una mossa falsa a farci perdere la partita, con l'aggravante che, nella vita, non possiamo nemmeno contare su di una possibilità di rivincita.

I filosofi pretendono che l'enigma intellettuale rappresentato per l'uomo primitivo dalla morte si sia imposto alla sua riflessione e debba essere considerato come il punto di partenza per ogni speculazione. Mi sembra che, su questo punto, i filosofi ragionino troppo... da filosofi e non tengano conto dell'azione dei movimenti primitivi. Perciò io penso di dover attenuare la portata di questa proposizione e di correggerla dicendo che l'uomo primitivo trionfa sul cadavere del nemico ucciso senza doversi spezzare la testa sugli enigmi della vita e della morte. L'uomo primitivo non fu spinto a riflettere né dall'enigma intellettuale né dalla morte in generale, ma dal conflitto affettivo che, per la prima volta, sorse nella sua anima alla vista della morte di una persona amata e, tuttavia, estranea ed odiata. La psicologia è nata da questo conflitto.



## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

Non c'è bisogno di proibire ciò che nessuno desidera. Proprio il modo in cui è formulata la proibizione *non uccidere* può darci la certezza che noi discendiamo da una serie infinitamente lunga di generazioni di assassini che, come forse anche noi oggi, avevano nel sangue la passione per l'omicidio. Le tendenze morali dell'umanità, la cui forza ed importanza sarebbe assurdo contestare, sono un'acquisizione nella storia umana e costituiscono, ad un livello disgraziatamente molto variabile, il patrimonio ereditario degli uomini dei nostri giorni.

Scherzando, si può dire di tutto, anche la verità.

Rendere la vita sopportabile è il primo dovere dell'essere vivente.

Ricordiamo il vecchio adagio: *si vis pacem, para bellum*: se vuoi il mantenimento della pace sii sempre disposto alla guerra.

Sarebbe ora di modificare questo adagio e di dire: *si vis vitam, para mortem*: se vuoi sopportare la vita, impara ad accettare la morte.

Nel tempo il valore della transitorietà è il valore della rarità. La limitazione nella possibilità di un godimento aumenta il valore del godimento.

La bellezza del corpo e del viso umani svanisce per sempre nel corso della nostra vita, ma la loro evanescenza dà loro solo un nuovo fascino.

Fianco a fianco con le esigenze della vita, l'amore è il grande educatore.

Dal punto di vista somatico, il sonno è una riattivazione dell'esistenza intrauterina perché realizza le condizioni di riposo, calore ed esclusione degli stimoli; nel sonno, infatti, molte persone assumono la posizione fetale.

Nei sogni, la malattia fisica incipiente è spesso scoperta prima e più chiaramente che non nella vita vigile, e tutte le correnti sensazioni fisiche assumono proporzioni gigantesche. Questo ingrandimento è di carattere ipocondriaco, ed è condizionato dal ritiro sull'Io di tutte le cariche psichiche sottratte al mondo esterno, rendendo pertanto possibile una precoce conoscenza delle alterazioni corporali che nella vita vigile resterebbero ancora a lungo inosservate.

L'Io non è padrone in casa sua.

Ciascuna delle tre qualità, avarizia, pedanteria e ostinatezza, discende da fonti erotiche anali o per esprimerla più cautamente e più completamente - ricava forti contributi da quelle fonti.

La psicoanalisi è più adatta di qualsiasi altro sistema a far apprendere la psicologia

## Aforismi e pensieri - Sigmund Freud

allo studente di medicina.

Il lavoro della psicoanalisi richiama alla mente la similitudine con l'analisi chimica, ma ricorda altrettanto bene l'intervento del chirurgo, le manovre dell'ortopedico o l'influenza dell'educatore.

In generale, l'impresa di convertire un omosessuale totale in un eterosessuale non presenta maggiori possibilità di riuscita del procedimento inverso, solo che questo non si tenta mai per buone ragioni pratiche.

Non spetta alla psicoanalisi risolvere il problema dell'omosessualità. Essa deve accontentarsi di rivelare i meccanismi psichici responsabili della scelta oggettuale e di individuare i sentieri che da essi vanno alle disposizioni istintuali.

Solo i credenti, che pretendono che la scienza diventi il surrogato del catechismo a cui hanno rinunciato, possono biasimare il ricercatore che perfeziona o addirittura modifica le sue concezioni.

La contrapposizione tra la psicologia individuale e quella sociale o collettiva si rivela, quando la si consideri più attentamente, ben meno profonda di quanto non appaia a prima vista.

Tra lo stato amoroso e l'ipnosi non c'è una gran distanza. I punti di rassomiglianza sono evidenti. Nei confronti dell'ipnotizzatore si dimostra la stessa umiltà nella sottomissione, lo stesso abbandono, la stessa mancanza di senso critico che nei confronti della persona amata. Si osserva la stessa rinuncia ad ogni iniziativa personale; indubbiamente l'ipnotizzatore ha preso il posto dell'ideale dell'Io. Solo, nell'ipnosi tutte queste caratteristiche si presentano con più chiarezza ed un maggiore rilievo, di modo che sembrerebbe più opportuno spiegare lo stato amoroso con l'ipnosi che viceversa.

L'amore sensuale è destinato a spegnersi, una volta soddisfatto; per poter durare, esso deve essere associato, fin dagli inizi, ad elementi di pura tenerezza, deviati dallo scopo sessuale, o subire ad un certo punto una trasposizione di questo genere.