

Riguardo a sogni che hanno realmente avuto luogo – oggi vi do solo esempi di sogni veri – eccone uno: Uno studente sogna di trovarsi davanti alla porta di un'aula. È urtato da un altro e ne nasce uno scambio di parole che porta a un duello. Nel sogno lo studente vede tutti i preparativi: una lunga storia! Il duello avviene, finalmente, nel luogo stabilito. Ci sono tutti, ci sono i padrini, parte il primo colpo... lo studente si sveglia. Ha fatto cadere una sedia che si trovava vicino al letto. Ha udito cadere la sedia, ma non come è avvenuto nella realtà, e tutto l'avvenimento si è trasformato in una vicenda drammatica con estrema rapidità. Questa è la coscienza di sogno, una coscienza simbolizzante la cui attività potrebbe essere illustrata da una quantità di esempi.

Ci chiediamo a questo punto: come si comporta la normale coscienza quotidiana rispetto a ciò che avviene nell'anima di chi dorme? La nostra normale coscienza non partecipa direttamente a queste vicende del sogno, perché quando la coscienza compare in sogno compare anche una specie di Io diverso, un Io di sogno. Il sognatore infatti può vedere se stesso, può mettersi di fronte a sé nel sogno. Consideriamo la possibilità di una frattura tra l'Io di sogno e l'Io vero, ovvero la persona che sogna, tra le varie percezioni, può anche osservare se stessa obiettivamente. Le situazioni in cui avviene il sogno sono tutte inserite nello svolgimento di quella trama simbolico-drammatica.

Abbiamo un grado più elevato, direi, di coscienza di sogno, quando sperimentiamo simbolicamente in noi condizioni della vita interiore del corpo. Vi do altri esempi reali: un tale sogna di trovarsi in una cantina buia, con tele di ragno sul soffitto e animali ributtanti che strisciano intorno. Si sveglia col mal di testa. Il mal di testa si è manifestato simbolicamente in forma di cantina. Altro esempio: una persona sogna di trovarsi in una stanza surriscaldata e vede una stufa rovente. Si sveglia con un forte batticuore. Questi sogni sono stati effettivamente sognati. Determinati nostri organi interni, sensazioni interne nostre, si simbolizzano in sogno come determinati eventi. Possiamo dire che un individuo in grado di fare osservazioni in questo campo sa che per lui ogni organo corrisponde sempre alla stessa immagine stereotipa. Chi soffre di tachicardia avrà sempre lo stesso sogno quando gli si presentano le palpitazioni: come nell'esempio che abbiamo fatto, egli vedrà sempre la stufa rovente o qualcosa di simile. Quindi il sogno non solo esprime fatti ed eventi del mondo esterno, ma anche fatti del corpo umano.

Questo è un altro grado di quelle manifestazioni particolari in cui chi sogna – ma questo si manifesta solo presso determinate persone che hanno affinità con i sonnambuli – chi sogna vede la malattia da cui è colpito, o addirittura le malattie che lo colpiranno dopo qualche giorno, espresse simbolicamente in una determinata forma. Queste persone percepiscono durante il sogno le loro condizioni di salute. Da queste ad altre manifestazioni è solo un passo: quella specie di tipico istinto porta i sonnambuli a riconoscere le medicine o gli altri rimedi per le malattie. Il sogno quindi può fare per loro da medico, indicando la malattia e contemporaneamente il rimedio. Questo accade solo in certe persone che hanno una qualche disposizione al sonnambulismo.

Vedete che vi è tutta una serie di condizioni: dal sogno confuso fino a quello regolato, fino a percezioni che hanno luogo secondo leggi determinate. Quanto vi ho descritto finora riguarda le percezioni di sogno. Da queste, un altro passo ci porta alle azioni di sogno.

La più comune è parlare nel sogno. Sappiamo che è una manifestazione frequente. A volte i dormienti rispondono ragionevolmente alle domande, o rispondono in modo da cui si capisce che non hanno ben compreso che cosa è stato detto, oppure – e questo si nota se si sanno fare osservazioni sistematiche – la risposta mostra che la domanda è stata più o meno simbolicamente trasformata.

Dal parlare nel sogno un altro passo ancora ci porta ad altre azioni di sogno, come già accennato. La persona che sogna – se ha disposizioni per il sonnambulismo – compie determinate azioni: si alza dal letto e, se è studente, diciamo che si siede allo scrittoio e apre i libri. Può però anche accadere che gente con disposizione ancora più marcata continui a scrivere quello che aveva iniziato di giorno, o almeno copi qualcosa, o altro. Per queste azioni vediamo che è avvenuto un passaggio dalla semplice percezione all'azione, dal semplice sentire al volere. Esistono persone che, pure se sono in stato di forte sonnambulismo, arrivano solo fino alla percezione, e altre che fanno pochi progressi riguardo alla percezione ma compiono azioni spericolate, come ho già detto.



Ora, queste azioni di sogno sono eseguite con una necessarietà che ha qualcosa di automatico. Ricordiamo che anche nello stato di veglia compiamo azioni automatiche, come quando una luce improvvisa ci fa chiudere gli occhi. La nostra vita abituale ci offre esempi di una quantità di azioni del genere, alle quali non dedichiamo pensieri speciali. In fondo, tutto ciò che si compie all'interno del nostro corpo detto vegetativo – la digestione, la respirazione, i battiti cardiaci – sono tutte azioni che eseguiamo senza averne coscienza. In modo analogo, in stato di sonnambulismo si compiono azioni razionali e a determinati stimoli corrispondono necessariamente tali azioni.

Dobbiamo ora chiederci: come possiamo intendere queste manifestazioni? Sapete forse che secondo moltissime persone in queste azioni possiamo ascoltare l'anima separata dal corpo e possiamo avere la prova che l'anima può percepire, indipendentemente dai suoi organi corporei di occhi e orecchi, e agire a prescindere da riflessioni coscienti. Molti inoltre credono che in questo modo si abbia l'impressione molto più immediata dell'anima che si è sciolta dal corpo e agisce e percepisce direttamente dallo Spirito.

Vogliamo ora vedere come dobbiamo intendere queste manifestazioni alla luce dell'Antroposofia. La Scienza dello Spirito ci mostra che l'uomo non è l'essere unico, isolato, che appare abitualmente, ma che, tale come ci appare, è legato con fili innumerevoli all'intero Tutto. L'antroposofia ci mostra prima di tutto che l'uomo ha molte cose in comune con il resto della natura, con altri mondi che non sono percepiti dai nostri sensi. Comprenderemo quindi meglio le azioni di cui abbiamo parlato se osserveremo l'essenza dell'uomo alla luce della Scienza dello Spirito. Permettete dunque che vi tratteggi brevemente l'integramento dell'Antroposofia sull'uomo. Il corpo fisico, con tutti i suoi organi, compresi il sistema nervoso, il cervello e tutti gli organi di senso, è considerato dall'Antroposofia, per le sue osservazioni, come uno degli organi che compongono l'uomo intero, completo. Questo corpo fisico contiene sostanze e forze che l'uomo ha in comune con il resto del mondo fisico. Tutti i processi fisici e chimici che si svolgono in noi non sono altro che quello che si svolge nel mondo fisico al di fuori del nostro corpo fisico. Dobbiamo però chiederci: perché questi processi chimici e fisici si svolgono nell'interno del nostro corpo in modo da essere riuniti in un organismo fisico? Nessuna scienza fisica può darcene risposta. La scienza può insegnarci solo quanto avviene in noi in fatto di processi chimici e fisici. Non sarebbe però giusto che lo scienziato definisse l'uomo un cadavere ambulante, perché, in quanto anatomico, non può scoprirvi che fenomeni fisici. Deve esserci qualcosa che colleghi i processi fisici e chimici raggruppandoli nella forma in cui si svolgono nel corpo umano. Quest'altro arto dell'entità umana è chiamato corpo eterico dall'Antroposofia. Il corpo eterico si trova in tutti noi; chi sviluppa una certa chiaroveggenza arriva a vedere questo corpo eterico: è quello che il chiaroveggenza vede con maggiore facilità. Se siete chiaroveggenti e vi trovate un uomo davanti, siete in grado di abolire dalla visione il comune corpo fisico. Come nella vita quotidiana potete distogliere l'attenzione dalle cose che sono davanti a voi, così, in quanto chiaroveggenti, siete in grado di distogliere l'attenzione dal corpo fisico. Ma nello spazio occupato dal corpo fisico rimane ancora tutta la forma del corpo nell'aspetto esterno analoga al corpo fisico, di un bel colore luminoso, circa il colore del fiore di pesco. Questo corpo eterico è ciò che mantiene insieme i processi fisici. Al momento della morte il corpo eterico abbandona il corpo fisico insieme agli altri arti superiori di cui parleremo, e così il corpo fisico è consegnato alla terra e compie solo processi fisici. È proprio il corpo eterico a impedire che ciò accada anche durante la vita.

All'interno del corpo eterico, ma più grande, così che sopravanza tutt'intorno, si trova quello che chiamiamo corpo astrale, il terzo arto dell'essere umano. Questo corpo astrale è come l'immagine dei nostri impulsi, passioni, sentimenti, desideri. L'uomo vive dentro il proprio corpo astrale come dentro una nuvola, chiaramente visibile al veggente che ha l'occhio aperto per queste cose, nuvola luminosa in cui si trovano il corpo eterico e il corpo fisico. Il corpo astrale, nell'uomo che segue sempre i suoi impulsi animali, le attrazioni dei sensi, presenta colorazioni e formazioni di nuvole diverse da quelle dell'uomo che ha sempre vissuto una vita spirituale, formazioni e colorazioni diverse nell'uomo che si abbandona all'egoismo rispetto a quello che si dedica con amore altruistico ai suoi simili. Insomma, la vita dell'anima si esprime in questo corpo astrale. Esso è anche l'intermediario delle percezioni sensorie vere e proprie: non potrete infatti mai trovare le percezioni sensorie negli organi di senso. Che cosa accade quando la luce di una fiamma colpisce il mio occhio? Quella luce si trova nello spazio. Le cosiddette onde dell'etere si muovono dalla fonte di luce verso il mio occhio, penetrano nell'occhio e provocano determinati effetti chimici nella retina: trasformano la porpora retinica, quindi i processi chimici continuano nel mio cervello. Il mio cervello percepisce la fiamma, riceve l'impulso della luce. Se una persona potesse vedere i processi che hanno luogo nel mio cervello, che cosa vedrebbe? Vedrebbe solo processi fisici, vedrebbe qualcosa che si svolge nello spazio e nel tempo, ma non potrebbe, attraverso quei processi fisici, percepire la mia sensazione di luce nel cervello. La sensazione della

luce è qualcosa di diverso dall'impressione fisica che è alla base di quei processi. L'impressione di luce, cioè l'immagine che devo crearmi per poter percepire la fiamma, è un processo che si svolge all'interno del mio corpo astrale. Chi ha l'organo per vedere i processi astrali riconosce chiaramente all'interno del cervello la manifestazione fisica di ciò che poi nel corpo astrale viene trasformato nell'immagine percepita della fiamma.

All'interno dei corpi di cui vi ho parlato – all'interno quindi del corpo fisico, del corpo eterico e del corpo astrale – si trova il nostro Io vero e proprio, quello che ci fa essere noi stessi, del quale siamo consci quando diciamo che *siamo noi*. Questo Io, a sua volta, ha arti più elevati, dei quali oggi non intendo però parlare. L'Io utilizza come suoi strumenti gli arti dell'entità umana che ho in precedenza descritti.

Se comprendiamo la composizione dell'essere umano, potremo anche comprendere le manifestazioni che troviamo nei sonnambuli. Cosa accade quando ci troviamo nella nostra solita coscienza di veglia? Ho già detto che l'impressione di luce è prodotta dalle onde dell'etere che giungono al mio occhio e che il corpo astrale trasforma in immagine luminosa, facendo percepire la luce come rappresentazione: divento allora cosciente di quella immagine di luce. Ammettiamo ora che il mio Io sia disinserito, dato che sappiamo che nel sonno abituale accade tale distacco dell'Io. Non parleremo oggi di dove debba essere ricercato quell'Io durante il sonno. Quando però ci troviamo davanti ad un uomo addormentato, che cosa vediamo? Ne può parlare solo chi ha l'occhio spirituale aperto, chi può percepire chiaramente come l'Io e il corpo astrale siano usciti dal corpo fisico e dal corpo eterico. Chiunque però può averne la prova: tutti sanno che durante il sonno l'Io di veglia, il vero Io della realtà, è staccato, e che in certo modo il corpo fisico e il corpo eterico – che lo mantiene vitale – sono lasciati a se stessi. Durante la nostra vita diurna abituale il nostro Io e la nostra coscienza sono sempre presenti mentre riceviamo le impressioni del mondo esterno. Non viviamo nel mondo esterno senza che l'Io di veglia controlli le impressioni del mondo esterno. Se però l'Io è abolito, percepiamo comunque le manifestazioni del mondo esterno. Credete forse che se un campanello suona accanto a voi mentre dormite non entrino nei vostri orecchi le vibrazioni sonore? Pensate forse che il vostro orecchio sia costruito diversamente di giorno e di notte? Non è così. Tutto ciò che accade nel corpo fisico sveglio accade anche nel corpo fisico addormentato. Ma che cosa manca?



Manca la coscienza dell'Io che compenetri la persona, ecco che cosa manca. Possiamo constatare sperimentalmente e in modo naturale quali siano i rapporti dei vari arti dell'uomo di cui vi ho parlato. Vi descrivo un semplice esperimento che si può fare con ogni sonnambulo: un sonnambulo si alza di notte, si siede al suo scrittoio, accende una candela e cerca di scrivere. Fate ora questo: illuminate la stanza, magari con dieci lampade – l'esperimento è stato fatto – e la persona in questione continua a scrivere. Spegnete ora la piccola fiamma della candela che ha accanto a sé, e lui non scriverà più, si sentirà al buio. Prenderà un fiammifero, riaccenderà la candela, percepirà la luce e riprenderà a scrivere. Tutta l'altra illuminazione non esiste per lui, esiste solo la fiamma

che ha accolto nella sua coscienza di sogno: il mare di luce intorno a lui non esiste. Vedete, è necessario che l'uomo penetri all'interno delle proprie percezioni in un determinato modo, che se ne impadronisca, perché possano presentarsi le percezioni esteriori sensorie. Non solo è necessario avere occhi ed orecchi, ma è anche necessario vivificare dentro di noi quanto ci insegnano occhi e orecchi, contribuire dall'interno a qualcosa che trasformi le immagini in rappresentazioni, così che queste esistano per noi.

Ora, nella nostra vita quotidiana è il nostro Io, la nostra chiara coscienza di veglia che, partendo dall'interno, prende dal mondo esterno quanto ci serve perché ne rileviamo le impressioni e le trasformiamo in percezioni coscienti. Immaginate ora che la coscienza sia abolita. Che cosa è rimasto ancora in attività? Sono ancora attivi il corpo astrale, l'eterico e il fisico. Il corpo astrale può sempre ricevere immagini dall'esterno, però non le trasforma in rappresentazioni, non essendo presente la chiara coscienza di veglia. Questo è dunque ciò che accade: il corpo astrale trasforma le immagini in impressioni confuse e disordinate, o in rappresentazioni ordinate nel caso sia l'Io a presiedere al processo.

Rudolf Steiner (2. continua)

R. Steiner, *Psicologia spirituale dell'anima e meditazioni sul mondo*, O.O. N. 52 – Conferenza tenuta il 7 marzo 1904 presso l'Architektenhaus di Berlino.

Traduzione di Giovanna Scotto.