

# The Dream Factory

La Fabbrica dei Sogni



Un dinosauro seduto comodamente in cucina conversa con il micio di casa mentre entrambi, zampe accavallate, sorseggiano un the. Improvvisamente la cucina si trasforma in un bunker post-atomico dove i viveri scarseggiano. Fuori, il deserto. Poco dopo, in una sontuosa sala da pranzo, camerieri in livrea servono Aristide il micio (nome cambiato) su di un vassoio d'argento contornato da ciuffi di insalata e patate al forno. La protagonista e gli altri commensali (dinosauro compreso), gustano il prelibato pranzetto. Vi lascio immaginare lo sconcerto della sognatrice al momento del risveglio, quando ancora incredula di fronte all'orrendo crimine, deve prendere atto di

*A dinosaur sits comfortably in the kitchen chatting to the house cat while both of them, legs crossed, sip tea. Suddenly the kitchen turns into a post-atomic bunker where provisions are scarce. Outside there is just desert. A little later, in a sumptuous dining room, waiters in livery serve up Aristide the cat (name changed) on a silver platter surrounded by pieces of salad and roast potatoes. The leading player and the other diners (dinosaur included), eagerly devour the tasty dinner. I'm sure you can imagine the disconcerted state of the poor dreamer as she wakes, with the image of such a horrendous crime fresh in her mind having to come to grips with so much unexpected sava-*

tanta insospettabile ferocia. Di certo questo cortometraggio onirico non sarà l'unica proiezione della serata: sogniamo infatti migliaia di volte per notte e - volendo sfatare un mito - non solo nella fase REM. Nel 1962 Foulkes compie infatti una delle maggiori scoperte scientifiche dopo l'individuazione dei movimenti oculari rapidi: esiste una forma di attività mentale anche al di fuori della fase REM (fase dei movimenti oculari rapidi) e tale forma di attività mentale non si discosta troppo dalle manifestazioni oniriche tipiche della fase paradosale, se non per il fatto che la percentuale di ricordo dei sogni da parte dei soggetti è minore: 80-100% in fase REM; 50-70% in fase Non-REM. Da allora molta strada è stata fatta nel tentativo ambizioso di studiare scientificamente il "sognare", pure tra i mille ostacoli rappresentati da concezioni ormai logore e infruttuose che vedono nei sogni realizzazioni di desideri più o meno leciti. Dalle ceneri psicoanalitiche si fa strada un paradigma, quello cognitivista, che nella metafora della mente come elaboratore di informazioni riconsegna dignità e speranza ad un campo di studi fondamentale per la comprensione della psiche quale è quello dell'attività onirica. Quello che cercherò di fare

gery. *This will obviously not be the only short film being shown in the dream cinema tonight: we do in fact dream many times per night and - to debunk a widely held theory - not only in the REM stage. In 1962 Foulkes in fact made one of the most important scientific discoveries since the identification of rapid eye movement: there is a form of mental activity outside the REM phase and this form of mental activity does not differ that much from the dream manifestations typically produced during the paradoxical stage, other than the fact that the percentage of dreams remembered is lower: 80-100% in the REM stage but 50-70% in the Non-REM period. Since then a lot of progress has been made in the ambitious attempt to study "dreaming" scientifically, even in the face of great opposition in the form of well trodden and vain conceptions that see dreams as a manifestation of more or less acceptable desires. From the ashes of psychoanalysis comes a paradigm, the cognitivist view which, through a metaphor which sees the mind as a means of computing data input, gives back dignity and hope to a field of study which is fundamental to the understanding of the psyche and the mechanisms behind dreaming.*

in queste poche righe è di descrivere come la nostra mente costruisca un sogno. Immaginiamo per un momento di trovarci nel nostro letto, sotto le coperte: è facile comprendere come in questa situazione di rilassamento la nostra mente passi in rassegna in maniera più o meno disordinata i pensieri e i ricordi più disparati, innescando il processo onirico attraverso un'attivazione dei sistemi di memoria. In questo modo il nostro cervello ha a sua disposizione una certa quantità di rappresentazioni mistiche, i mattoni con cui costruirà l'edificio onirico. Tuttavia per costruire l'edificio non bastano i mattoni, occorre un progetto ed è proprio la pianificazione del sogno la fase successiva. Si tratta non solo di decidere quale sia la trama del sogno ma anche di progettare ogni singolo fotogramma onirico, organizzando coerentemente le tracce mnestiche risvegliate nel processo di addormentamento e dando loro un significato plausibile. Il sogno infatti non è una semplice sequenza di immagini ma è una simulazione multimodale dell'esperienza di veglia. Se da un lato l'attivazione dei sistemi di memoria innesca il sistema di pianificazione, quest'ultimo condizionerà il successivo reclutamento di immagini oniriche in conformità con lo schema interpretativo del sogno. In pratica verranno scelte solo le immagini compatibili con quelle già selezionate ed aventi un elevato grado di attiva-

*What I will attempt to do in the next few lines is to describe the process whereby our mind creates a dream. Let's imagine for a moment we are in bed, under the covers: it is easy to see how in this relaxed situation the mind goes over thoughts and completely unconnected memories in the most disordered manner, setting off the dreaming process by activating the memory system. Under these conditions the brain has a sizeable amount of elements to use as the bricks with which to build the dream construction. However, these bricks are not enough to build the construction, a design project is necessary which constitutes the next phase in the process. Not only the storyline of the dream must be decided but also each individual film frame, organising coherently the memory tracks that are evoked while falling asleep and giving them a plausible meaning. A dream is not in fact just a simple sequence of pictures but a multimodal simulation of waking experiences. If on the one hand activation of the memory system sets off the planning phase, this in turn conditions the subsequent recruitment of dream images according to the interpretative structure of the dream. In effect only the images which are compatible with what has already been chosen and possessing a high level of intrinsic activation*

zione intrinseca. Le rappresentazioni mentali così vagliate vengono quindi processate e integrate nel sogno, nelle sue componenti di imagery (componente visiva) e di feelings (componente affettiva). Le cose però non vanno sempre per il verso giusto e può capitare che alcune immagini o stimoli estranei alla trama, a causa dell'elevato grado di attivazione intrinseca, vengano rilevati dal sistema di pianificazione del sogno come elementi pertinenti. Tali elementi perturbatori sono così erroneamente integrati nel tessuto onirico e finiscono per creare situazioni bizzarre o incongruenze spazio-temporali che tali però non appaiono al dormiente fino a quando, recuperato lo stato di veglia, un vago sentimento di incredulità riconsegna al soggetto il controllo sul corso dei propri pensieri. ■

*will be selected. The mental representations sifted out in this way will therefore be processed and integrated into the dream, divided into the two components of imagery and feelings. Things do not always run to plan however and it may happen that certain images or stimuli having nothing to do with the storyline are detected by the planning system as pertinent elements because of their high level of intrinsic activation. Such disruptive elements are in this way integrated into the dream substance by error and result in bizarre situations or spatial-temporal distortions which do not appear as such to the dreamer until, once returned to the waking status, a vague feeling of incredulity gives the subject back control of his or her own thought train. ■*

