

## Counterdreaming

Biella, March 2018

Translated by Marina Vanali

The idea for today's seminar came from editing a book called *Counterdreamers: Analysts Reading Themselves*, which the Harris Meltzer Trust has just brought out (and Marina is one of the contributors). When reading the contributions I found myself interested in the variety of interpretations and types of 'counterdreaming' that were presented by analysts and therapists, and this afternoon I thought we could look at some extracts from the book to take note of this variety. I was also interested however in trying to get a clear picture of the 'essence' of the process of counterdreaming, that lies underneath the varied examples.

The term was coined by Donald Meltzer, and of course grows out of 'countertransference', which is these days considered the key to psychoanalytic communication (different from the earlier meaning of enactment). Some people have asked: is it a new concept or just a new term, and is it any different from the standard existing terms such as 'reverie' or 'free-floating attention' that are used to describe the transference-countertransference situation? The short answer is, no, it is not a new concept, just a new way of demarcating what goes on in the consulting and indeed supervision room. It has been practised since the earliest days of psychoanalysis and has ancient parallels in artistic practice and in intimate relationships from infancy onwards. Unlike many neologisms it evolved in a natural way from Meltzer's desire to give a final poetic description of his lifetime occupation – what had he actually been doing all those years?

Not a new concept yet, inevitably, any new description of a real-life phenomenon may draw attention to aspects that are not so evident in the existing denominations. It flows of course from 'countertransference' in the modern sense of the analyst's useful personal response to the patient. Meltzer died in 2004, and the last thing he wrote was a note on countertransference which he wanted to add to my forthcoming paper 'The three vertices' (2005), along with another note on psychoanalytic observation. I also included the descriptions in my book *The Vale of Soul-making* later that year. Meltzer wrote of countertransference:

## Controsognare

Biella, marzo 2018

Traduzione: Marina Vanali

L'idea per il seminario di oggi proviene dalla redazione di un libro intitolato *Controsognare: gli analisti leggono se stessi*, che l'Harris Meltzer Trust ha appena pubblicato (e Marina è una di coloro che ha contribuito). Durante la lettura dei contributi mi sono interessata alla varietà di interpretazioni e tipi di "controsogni" che sono stati presentati da analisti e terapeuti, e oggi pomeriggio ho pensato che potremmo esaminare alcuni estratti del libro per prendere nota di questa varietà. Ero anche interessata, tuttavia, a cercare di ottenere un quadro chiaro dell' "essenza" del processo di "controsognare", che giace sotto i vari esempi.

Il termine è stato coniato da Donald Meltzer e, naturalmente, nasce dal "controtransfert", che in questi giorni è considerato la chiave della comunicazione psicoanalitica (diverso dal significato più recente di enactment, tendenza di messaggi consapevoli e inconsapevoli che il paziente mette in atto per attivare nello psicoanalista il fenomeno del controtransfert). Alcuni hanno chiesto: è un nuovo concetto o solo un nuovo termine, ed è diverso dai termini standard esistenti come "reverie" o "attenzione fluttuante" che vengono usati per descrivere la situazione di transfert-controtransfert? La risposta breve è, no, non è un nuovo concetto, solo un nuovo modo di delimitare ciò che accade nella sala di consultazione e di supervisione. È stato esercitato fin dai primi giorni della psicoanalisi e presenta antichi parallelismi nella pratica artistica e nelle relazioni intime dall'infanzia in poi. A differenza di molti neologismi si è evoluto in modo naturale dal desiderio di Meltzer di dare una descrizione poetica finale della sua occupazione di una vita – che cosa aveva fatto in tutti quegli anni?

Non un nuovo concetto tuttavia, inevitabilmente, ogni nuova descrizione di un fenomeno della vita reale può attirare l'attenzione su aspetti che non sono così evidenti nelle denominazioni esistenti. Esso fluisce naturalmente dal "controtransfert" nel senso moderno dell'utile risposta personale dell'analista al paziente. Meltzer è morto nel 2004, e l'ultima cosa che ha scritto è stata una nota sul controtransfert che egli ha voluto aggiungere al mio allora imminente lavoro "I tre vertici" (2005), insieme ad un'altra nota sull'osservazione psicoanalitica. Ho incluso anche le descrizioni nel mio libro *La valle del fare anima* più tardi quell'anno. Meltzer ha scritto a proposito del controtransfert:

This term, which has achieved a status of its own, is not merely a clever linguistic inversion. We can set it out for investigation, pinned out to dry like a skin. What is it? It is meant to be the analyst's contribution, as in a duet with the patient – meant to harmonise and impose its own rhythm and cadence, in the nature of the chanter of the bagpipe [a reference to Bion]. ... So the first point is that the countertransference is an utterance by the attentive analyst. Second, it represents his focus of attention. Thirdly, it is alleged to contain primitive fragments of thought called 'alpha-elements' which, when scrutinised attentively, will seem to form a pattern: incipient symbols of emotional meaning. ... In short the countertransference is an emotional experience which must be caught in your dreams. Now the patient must attend to the analyst to interpret. How does he know what he is talking about? He doesn't – he is 'counter-dreaming'; he has in fact abandoned 'thinking' (science) for intuition (art, poetry). The verbal tradition of Homer. (Meltzer, 2005, p. 182)

From the countertransference setting comes the counterdream, or rather, as with other dreams, a specific symbolisation emerges in the ongoing, underlying process of counterdreaming (Meltzer's 'dream-life') in response to the communications of a specific patient. Meltzer calls this a 'technique':

It is difficult to explain the technique of counter-dreaming. It is not enough to fall asleep while the patient is talking. It requires a process of working over the material, focussing and selecting interpretive configurations awaiting a state of satisfaction (rest). Remembering the material is essential, exhausting, fraught with anxiety. ... Fatigue and irritation are the result, the trial of strength (and faith). This gives substance to a term like resistance or retreat. (*ibid.*)

The technique of counterdreaming is essentially that of maintaining a stance of negative capability and tolerance of uncertainty, named by Bion 'patience' (Bion, 1970). It is not a blueprint but a response to the present situation of the participating minds, whose consequent emotional stress is relieved only by the gradually emerging shape of what Bion terms an 'underlying pattern'. The pattern may or may not be verbalisable, or not initially; the important thing is that it is imaginable, and gives 'rest' (Bion's term is 'security'). It takes place in the 'dark' of a dreamlike state of mind artificially induced by a special type of attention and communication. Meltzer describes the capture of the elements of the pattern in terms of observing the deers' tails of mental part-object movements:

Questo termine, che ha raggiunto uno status proprio, non è semplicemente un abile capovolgimento linguistico. Possiamo illustrarlo per la ricerca, puntato come una pelle ad asciugare. Che cos'è? È inteso come il contributo dell'analista, come in un duetto con il paziente, inteso ad armonizzare ed imporre il proprio ritmo e cadenza, nella natura della canna del canto della cornamusa [un riferimento a Bion]. ... Quindi il primo punto è che il controtransfert è un'espressione dell'analista attento. Secondo, rappresenta il suo centro di attenzione. In terzo luogo, si presume che contenga frammenti primitivi di pensiero chiamati "elementi alfa" che, se esaminati attentamente, sembreranno formare uno schema: simboli incipienti di significato emotivo. ... In breve, il controtransfert è un'esperienza emotiva che deve essere catturata nei sogni. Ora il paziente deve prestare attenzione all'analista come interprete. Come fa a sapere di cosa sta parlando? Non lo sa – sta "contro-sognando"; ha infatti abbandonato il "pensiero" (scienza) per l'intuizione (arte, poesia). La tradizione verbale di Omero. (Meltzer, 2005, p. 182)

Dal setting controtransferale deriva il controsogno, o meglio, come con altri sogni, una simbolizzazione specifica emerge nel processo sottostante e continuo del controsognare (la "vita onirica" di Meltzer) in risposta alle comunicazioni di un paziente specifico. Meltzer definisce questa una "tecnica":

È difficile spiegare la tecnica del contro-sognare. Non basta addormentarsi mentre il paziente sta parlando. Richiede un processo di lavoro sul materiale, focalizzare e selezionare configurazioni interpretative in attesa di uno stato di soddisfazione (riposo). Ricordare il materiale è essenziale, estenuante, irto di ansia. ... La fatica e l'irritazione sono il risultato, la prova della forza (e della fede). Questo dà sostanza a un termine come resistenza o ritirata. (*ibid.*)

La tecnica del controsognare è essenzialmente quella di mantenere una posizione di capacità negativa e di tolleranza dell'incertezza, chiamata da Bion "pazienza" (Bion, 1970). Non è una formula, ma una risposta alla situazione attuale delle menti partecipanti, il cui conseguente stress emotivo è alleviato solo dalla forma gradualmente emergente di ciò che Bion definisce un "modello sottostante". Il modello può o non può essere verbalizzabile, o non può esserlo inizialmente; la cosa importante è che è immaginabile e dà "riposo" (il termine di Bion è "sicurezza"). Si svolge nel "buio" di uno stato mentale onirico indotto artificialmente da un particolare tipo di attenzione e comunicazione. Meltzer descrive la cattura degli elementi del modello in termini di osservazione delle code dei cervi di movimenti di oggetti-parziali mentali:

The first step is to recognise that the state of 'observation' is essentially a resting state. Second, that it is also a state of heightened vigilance. I compare it with waiting in the dark for the deer, grazing at night, seen by their flashing white tails. This nocturnal vigilance is on the alert for movement of the quarry, part object minimal movements which with patience can be seen to form a pattern of incipient meaning 'cast before'. This catching of the incipient meaning cast before is a function of receptive imagination, 'open to the possible', unconcerned with probability. Being rich with suspense, it is necessarily fatiguing, even exhausting. However, it is a poetry generator. (*ibid.*)

Dreams have always traditionally been considered agents of transformation, as well as of admonition, prophecy and warning (as in the gates of horn and ivory: has the dream been sent by a good or a bad object?). The monitory dreams are often equivocal in their interpretations. But as mental spaces of transformation, dreams are not so much equivocal as ambiguous – places where things can be seen in a different light, with a potential for 'catastrophic' (developmental) change.

Counterdreaming recognises that meaning has to be constructed, by means of a certain match, congruence or counterpoint between the fantasy world of the analyst and the analysand. The key is detailed observation of 'flashes' so minute and ephemeral that they are more disturbing than illuminating (deers' tails, alpha elements), until they can find a place in a wider network. And indeed, the process of counterdreaming may be continued outside the session, for example in supervision or discussion, as well as in the wider dream-life of the counterdreamer, where the pattern is gradually processed unconsciously, in search of the kind of knowledge that will feed back into the analysis (and secondarily, self-analysis), and emerge as thoughts.

So the term 'counterdreaming', when tied to Meltzer's poetic description of psychoanalytic observation, amplifies those of 'reverie' and 'suspended attention' in a way which gives a proper recognition to the strenuous autobiographical input of the analyst who is (in the modern term) 'dreaming the session'. The analyst's dreams or dreamlike responses to the analysand's communications are crucial to the method. The congruence sought for depends on the belief that human nature is essentially the same, for good or bad, even though its elements may be organised differently. Yet in a therapeutic situation, it is the patient who leads the way to their resolution, and is simply enabled by the analyst's introspective capacity, and any gain in self-knowledge by the analyst is a secondary one.

Il primo passo è riconoscere che lo stato di "osservazione" è essenzialmente uno stato di riposo. Secondo, che è anche uno stato di elevata vigilanza. La paragono con l'aspettare al buio i cervi, che pascolano di notte, riconoscendoli dalle loro code bianche guizzanti. Questa vigilanza notturna è attenta al movimento della preda, movimenti minimi dell'oggetto parziale che con la pazienza possono essere visti per formare un modello di significato incipiente 'proiettato innanzi'. Questo afferrare l'incipiente significato proiettato innanzi è una funzione dell'immaginazione ricettiva, "aperta al possibile", indifferente alla probabilità. Essere ricco di suspense, è necessariamente faticoso, persino estenuante. Tuttavia, è un generatore di poesia. (*ibid.*)

I sogni sono sempre stati tradizionalmente considerati agenti di trasformazione, oltre che di ammonizione, profezia e avvertimento (come nelle porte di corno e avorio: il sogno è stato inviato da un oggetto buono o cattivo?). I sogni ammonitori sono spesso equivoci nelle loro interpretazioni. Ma come spazi mentali di trasformazione, i sogni non sono tanto equivoci quanto ambigui – luoghi in cui le cose possono essere viste in una luce diversa, con un potenziale di cambiamento "catastrofico" (evolutivo).

Il controsognare riconosce che il significato deve essere costruito, per mezzo di una certa corrispondenza, congruenza o contrappunto tra il mondo fantastico dell'analista e dell'analysando. La chiave è l'osservazione dettagliata dei "lampi" così minuti ed effimeri che sono più inquietanti che illuminanti (code di cervo, elementi alfa), fino a quando non riescono a trovare posto in una rete più ampia. E in effetti, il processo del controsognare può essere continuato al di fuori della seduta per esempio nella supervisione o nella discussione, così come nella più ampia vita onirica del controsognatore, dove il modello viene gradualmente elaborato inconsciamente, alla ricerca del tipo di conoscenza che avrà una ricaduta sull'analisi (e secondariamente, sull'autoanalisi), ed emergerà in forma di pensieri.

Quindi il termine "contro-sognare", quando è legato alla descrizione poetica di Meltzer dell'osservazione psicoanalitica, amplifica quelli di "reverie" e "attenzione sospesa" in un modo da dare un giusto riconoscimento al vigoroso input autobiografico dell'analista che corrisponde (in termini moderni) al 'sognare la seduta'. I sogni dell'analista o risposte oniriche alle comunicazioni dell'analysando sono fondamentali per il metodo. La congruenza ricercata dipende dalla convinzione che la natura umana sia essenzialmente la stessa, nel bene o nel male, anche se i suoi elementi possono essere organizzati diversamente. Tuttavia, in una situazione terapeutica, è il paziente che indica la strada alla loro risoluzione, ed è semplicemente attivato dalla capacità introspettiva dell'analista, e qualsiasi miglioramento nell'auto-conoscenza da parte dell'analista è secondario.

Counterdreaming is thus by definition something that happens in a relationship between minds. To bring out the emotional tensions involved in counterdreaming, I think it is worth going back to a clear formulation of the mother-baby model of the analytic relationship, as expressed by my mother when this training model was just becoming established and needed to be justified.

Psychoanalysis has always been hindered as well as helped by its dependence on the verbal medium. There are dangers in being a discursive rather than a presentational form (to use Susanne Langer's distinction). Hence the relevance of infant observation to the training of a psychoanalyst: it is a supportive, structured means of becoming less word-dependent and of seeing beyond or behind words which may readily be used as a mask or defence against emotionality. Infant observation in a proper educational context can thus be an aid to counterdreaming. Martha Harris writes of the dangers of relying on 'apparent meanings' and of 'talking about':

In work with adults one can so much more easily be misled by the apparent meaning of the words than in work with children. This applies particularly to the training analysis. And as an adult, especially as one aspiring to treat disorders in other people, one tends to become rather clever at learning about more vulnerable or nastier parts of one's personality: to develop a facility to talk about them in oneself as well as in others in a way that keeps them at arm's length. (1976; *The Tavistock Model*, 2011, p. 122)

The dangers of 'talking about' apply not only to the patient's psychopathology, but even more, to the analyst's self-scrutiny or the trainee analyst's presentation of themselves to a supervisor. It is easy to make a clever confession of one's failings before a superego-god and thus be absolved of their consequences: in a real emotional sense, they are still disowned, kept 'at arm's length'.

By contrast, there is another attitude, not exclusive to infant observation but which structured infant observation can help to develop.

The infant-observer attitude helps the aspiring analyst to take not only the words, but also the details of the patient's total demeanour and behaviour into account: to read between the words and to discern the nature of the experience which is being conveyed or avoided. It can help him to wait until he gathers from his own response to the patient some intuition of what may be happening. If he cannot bear this period of uncertainty and confusion he is likely to pre-

Il controsognare è quindi per definizione qualcosa che accade in una relazione tra le menti. Per far emergere le tensioni emotive implicate nel controsognare, penso che valga la pena di tornare a una chiara formulazione del modello madre-bambino della relazione analitica, come espressa da mia madre quando questo modello di formazione si stava appena affermando e doveva essere legittimato.

La psicoanalisi è sempre stata ostacolata oltre che aiutata dalla sua dipendenza dal medium verbale. Ci sono dei pericoli in una forma discorsiva piuttosto che una espositiva (per usare la distinzione di Susanne Langer). Da qui la rilevanza dell'osservazione infantile sulla formazione di uno psicoanalista: è un mezzo di supporto, strutturato, per diventare meno dipendente dalla parola e per vedere oltre o dietro parole che possono essere facilmente usate come maschera o difesa contro l'emotività. L'osservazione infantile in un contesto educativo adeguato può quindi essere un aiuto per il controsognare. Martha Harris scrive dei pericoli di affidarsi a "significati apparenti" e al "parlare su":

Nel lavoro con gli adulti si può essere molto più facilmente fuorviati dal significato apparente delle parole rispetto che nel lavoro con i bambini. Questo vale in particolare per l'analisi formativa. E come adulti, specialmente come coloro che aspirano a trattare i disturbi in altre persone, si tende a diventare piuttosto abili nel conoscere le parti più vulnerabili o più cattive della propria personalità: a sviluppare una capacità di parlarne riferito a sé così come agli altri in un modo che le tenga a portata di mano.<sup>1</sup>

I pericoli del 'parlare su' riguardano non solo la psicopatologia del paziente, ma ancor di più, l'autoanalisi dell'analista o alla presentazione di se stessi da parte dell'analista tirocinante a un supervisore. È facile fare una confessione intelligente dei propri fallimenti davanti a un dio superegoico e quindi essere assolti dalle loro conseguenze: in un vero senso emotivo, essi sono ancora rinnegati, tenuti "a debita distanza".

Al contrario, c'è un altro atteggiamento, non esclusivo dell'osservazione infantile, ma che l'osservazione infantile strutturata può aiutare a sviluppare.

Il punto di vista dell'osservatore del bambino aiuta l'aspirante analista a prendere in considerazione non solo le parole, ma anche i dettagli dell'atteggiamento e del comportamento totale del paziente: leggere tra le parole e discernere la natura dell'esperienza che viene trasmessa o evitata. Ciò può aiutarlo ad aspettare fino a quando non raccoglie dalla sua stessa risposta al paziente qualche intuizione di

<sup>1</sup> *Il Modello Tavistock* (Astrolabio, 2013)

empt the emergence of the emotional experience in the patient by explaining it first.

In the baby who relates 'unintegrated parts of himself to parts of mother' may be seen 'what we all know and talk about fairly glibly: the reality that emotions at the most primitive level are rooted in bodily states and sensations located in particular parts of the body, sensations that are educated and achieve meaning through the mother's emotional responses' (*ibid.*, p. 123). Martha Harris points out the relevance here to psychosomatic symptoms and to how we may find that

hidden in the presentation of narratives about people in patients' material, is concealed another layer of meaning concerned with the earliest part-object relationships, centrally the combination of nipple and breast: the giving-withholding-organising, receptive-comforting-indulgent qualities of the primary object. (p. 123)

This concealed meaning, we might say, has to be counterdreamed; it is not accessible to other, more superficial, modes of narration. Counterdreaming provides a means of holding an unknown, intuited meaning in mind before it is verbally pre-empted or explained away. It requires cultivating an ability to distinguish between real feelings and pretend ones, even if they sound plausible: 'Let us, for instance, consider the education of one's capacity to utilise the countertransference to perceive the quality of the emotion or lack of emotion in a patient's verbal communications; the meaning or lack of meaning'. In Bion's scheme, negativity does not refer to bad or nasty emotions but to non-emotions or fake emotions, which can easily be given a convincing verbal clothing.

So counterdreaming circumvents the dangers of 'talking about', since verbal sounds (like other sensuous signs) can be read in different ways: not just in their everyday discursive sense, but as part-object flecks of significance forming part of a deeper pattern. In terms of psychoanalytic theory, this pattern refers to something far beyond Freudian slips and puns, and can be more precisely viewed in terms of what Money-Kyrle calls the 'base' of concept formation: the nipple-and-breast combined object that gives meaning to the baby's emotional crux.

This combined object, with its inherent dynamics of projection and introjection, is hidden in every psychoanalytic narrative: it is fundamental, universal. The infant-observer is required to enter into a kind of counterdream in the

quello che potrebbe accadere. Se non riesce a sopportare questo periodo di incertezza e confusione, è probabile che possa anticipare l'emergere dell'esperienza emotiva nel paziente spiegandola prima.

Nel bambino che mette in relazione "parti non integrate di se stesso a parti della madre" può essere visto "ciò che tutti conosciamo e di cui parliamo in modo abbastanza disinvolto: la realtà che le emozioni al livello più primitivo sono radicate in stati corporei e sensazioni situate in parti particolari del corpo, sensazioni che sono educate e raggiungono il significato attraverso le risposte emotive della madre" (*ibid.*, p. 123). Martha Harris sottolinea qui l'importanza dei sintomi psicosomatici e di come possiamo scoprire che

nascosto nella presentazione di racconti su persone nel materiale dei pazienti, sia celato un altro strato di significato che riguarda le prime relazioni tra oggetti e parti, centralmente la combinazione di capezzolo e seno: le qualità recettive-confortanti-indulgenti di dare-trattenere-organizzare dell'oggetto primario.

Questo significato nascosto, potremmo dire, deve essere controsognato; non è accessibile ad altre modalità di narrazione più superficiali. Il controsognare fornisce un mezzo per tenere in mente un significato sconosciuto e intuito prima che sia verbalmente anticipato o spiegato. Richiede il coltivare l'abilità di distinguere tra sentimenti reali e finti, anche se sembrano plausibili: "Consideriamo, per esempio, l'educazione della propria capacità ad utilizzare il controtransfert per percepire la qualità dell'emozione o la mancanza di emozione nelle comunicazioni verbali di un paziente; il significato o la mancanza di significato'. Nello schema di Bion, la negatività non si riferisce alle emozioni cattive o sgradevoli, ma alle non-emozioni o alle emozioni false, alle quali può essere data facilmente una forma verbale convincente.

Quindi, il controsognare circoscrive i pericoli del "parlare su", poiché i suoni verbali (come altri segni sensoriali) possono essere letti in modi diversi: non solo nel loro senso discorsivo quotidiano, ma come particelle di significato di oggetto parziale che fanno parte di un modello più profondo. In termini di teoria psicoanalitica, questo modello si riferisce a qualcosa di molto al di là di lapsus e giochi di parole freudiani e può essere più precisamente visto in termini di ciò che Money-Kyrle chiama la "base" della formazione del concetto: l'oggetto combinato capezzolo e seno che dà significato al fulcro emotivo del bambino.

Questo oggetto combinato, con le sue intrinseche dinamiche di proiezione e introiezione, è nascosto in ogni narrativa psicoanalitica: è fondamentale, universale. All'osservatore infantile è richiesto di entrare in una specie di controsogno di

face of the signs of this primal relationship: to abandon dependence on words and to learn to notice the deer's-tails of part-object relationships.

In her paper on 'Maternal containment and good-enough mothering', Martha Harris summarises the post-Kleinian position, describing the importance of the infant feeling understood not just comforted:

He receives back the evacuated part of his personality in an improved condition together with an experience of an object which has been able to tolerate and to think about it. Thus, introjecting what Bion called the mother's capacity for "reverie", the infant begins to be more able to tolerate himself and to begin to apprehend himself and the world in terms of the meaning of things. (*The Tavistock Model*, p. 141)

In a parallel way, Esther Bick's observations of the projections and introjections made by actual babies emphasised the containing and integrating function of the mother, developing in relation to the infant's mind-body. The focus is on knowledge and meaning (not comfort) as being the container; and good-enough is actually better than good, not just because it is less narcissistic, but because it includes the mother's own epistemophilic instinct, which is always in quest of further knowledge. It is the introjection of this function that encourages strength of character. And we can consider counterdreaming as the operation of this questing function, this search for a flexible ongoing container that creates itself to precisely match or 'counter' the present quality of distress or emotion. It is felt by the receiver/mother/analyst but not in the same way as the patient feels it, since the counterdreaming process raises it to a greater level of abstraction. The mother's distress is not the baby's distress, it is her own baby-self distress transformed as in a dream or reverie; her efficacy as an agent of transformation depends on identifying with but not mixing up the baby's identity with her own. This emotional network is then received and echoed by the observer in their own counterdream. Correspondingly, counterdreaming is more than empathy; indeed it may have a certain quality of detachment, as the analyst is taking on the role of a thinking object – something which is over and beyond his own personal identity, and for which he relies on making contact with internal objects of his own. In a sense the analyst, by using his own feelings in this detached way, is becoming someone other than himself (as religious priests are traditionally supposed to do). Indeed, this is what is meant by the analyst 'learning from experience' alongside the patient – it is a process of growth or becoming for both parties.

fronte ai segni di questa relazione primaria: abbandonare la dipendenza dalle parole e imparare a notare le code dei cervi delle relazioni di oggetto parziale.

Nel suo articolo su "Contenimento materno e maternità sufficientemente buona", Martha Harris riassume la posizione post-kleiniana, descrivendo l'importanza del sentimento infantile compreso non solo confortato:

Egli riceve indietro la parte evacuata della sua personalità in una condizione migliorata insieme all'esperienza di un oggetto che è stato in grado di tollerarla e di pensarla. Quindi, introiettando ciò che Bion chiamava la capacità della madre di "reverie", il bambino comincia ad essere più capace di tollerare se stesso e di iniziare a comprendere se stesso e il mondo in termini di significato delle cose.

Parallelamente, le osservazioni di Esther Bick sulle proiezioni e sulle introiezioni fatte dai bambini reali sottolineavano la funzione di contenimento e integrazione della madre, che si sviluppa in relazione al corpo-mente del bambino. L'attenzione è sulla conoscenza e sul significato (non sul benessere) come contenitore; e abbastanza buono in realtà è meglio che buono, non solo perché è meno narcisistico, ma perché include l'istinto epistemofilo della madre, che è sempre alla ricerca di ulteriori conoscenze. È l'introiezione di questa funzione che incoraggia la forza del carattere. E possiamo considerare il controsognare come l'operazione di questa funzione di ricerca, questa ricerca di un contenitore flessibile e continuo che si crea per corrispondere in modo preciso o "contrastare" l'attuale qualità di angoscia o emozione. È percepito dal ricevente / madre / analista ma non nello stesso modo in cui il paziente lo percepisce, dal momento che il processo di controsognare lo eleva a un livello più alto di astrazione. L'angoscia della madre non è l'angoscia del bambino, è la sua stessa sofferenza infantile trasformata come in un sogno o in una reverie; la sua efficacia come agente di trasformazione dipende dall'identificazione, ma non dalla confusione dell'identità del bambino con la sua. Questa rete emotiva viene quindi ricevuta ed echeggiata dall'osservatore nel proprio controsogno. In modo corrispondente, il controsognare è più che l'empatia; in effetti può avere una certa qualità di distacco, poiché l'analista sta assumendo il ruolo di un oggetto pensante – qualcosa che è al di là della sua identità personale, e per la quale si affida al contatto con oggetti interni propri. In un certo senso l'analista, usando i propri sentimenti in questo modo distaccato, sta diventando qualcuno diverso da se stesso (come si suppone che i sacerdoti religiosi facciano di solito). In effetti, questo è ciò che intende l'analista per "apprendere dall'esperienza" accanto al paziente – è un processo di crescita o di divenire per entrambe le parti.

Bion speaks of a ‘third eye’ or of there being at least three people (or minds) in the psychoanalytic consulting room. The observer who is trying to detect the deer’s-tails in the dark, by means of his own feelings, is himself being observed. But by whom? Clearly not literally another person – though some similarities may be found with the infant observation seminar, where it is not the observer in a personal sense who is under scrutiny, but rather, the universal drama between thinking and acting: ‘the problems of understanding the projections and provocations to action through countertransference reactions to the baby’s or the mother’s distress are to some extent common to all, and can be shared learning experiences’ (Martha Harris). It is possible for the supervision group to take on the role of thinking object, to enable shared learning in a genuine work-group.

The understanding of a presentational, deep or ‘hidden’ meaning, entails a special kind of observation in which the observer is guided, whether consciously or unconsciously, by a sense of being observed by a greater power and of feeling accountable to it - in the same way as poets describe their relationship to their muse. Counterdreaming is not just empathy with the patient or immersion in their distress or confusion. Neither is it a wide-roaming fantasy stimulated by material brought by the patient, but that then veers off according to free associations of the analyst. It is a very specific response to a specific moment in the patient’s dreamlife, that can only be received by the analyst’s dreamlife, freed from the ego’s control (as in conscious verbal interpretations etc).

While Bion stresses the presence of more than two minds, or mental vertices, in the room, Meltzer specifically organises these modes of airy linkage into a ‘conversation between internal objects’. It takes place on a higher level of abstraction, or perhaps a deeper subconscious level, than any ordinary verbal conversation, and makes use of all the barely observable nuances that a discipline such as infant observation helps to bring to light. Meltzer used to say you can only work with the adult part of the patient; but his later formulations focus rather on the internal object(s) of the patient, a more advanced and ethical source than even their adult part. But in the state of counterdreaming, the ‘counter’ or congruence is actually a dialogue between the internal objects of both patient and analyst. Increasingly Meltzer stressed the analyst’s helplessness

Bion parla di un “terzo occhio” o di almeno tre persone (o menti) nella stanza dell’analisi. L’osservatore che sta cercando di rilevare le code del cervo nell’oscurità, per mezzo dei suoi stessi sentimenti, viene lui stesso osservato. Ma da chi? Chiaramente non letteralmente da un’altra persona – anche se alcune somiglianze possono essere trovate con il seminario di osservazione infantile, dove non è l’osservatore a livello personale che è sotto esame, ma piuttosto il dramma universale tra pensare e agire: “i problemi di comprendere le proiezioni e gli stimoli all’azione attraverso reazioni controtransferali al dolore del bambino o della madre sono in qualche misura comuni a tutti e possono essere esperienze condivise di apprendimento” (Martha Harris). È possibile che il gruppo di supervisione assuma il ruolo di oggetto pensante, per consentire l’apprendimento condiviso in un vero gruppo di lavoro.

La comprensione di un significato formale, profondo o “nascosto”, comporta un particolare tipo di osservazione in cui l’osservatore è guidato, coscientemente o inconsciamente, dal senso di essere osservato da un potere più grande e di sentirsi responsabile nei confronti di esso - allo stesso modo in cui i poeti descrivono la loro relazione con la musa. Il controsognare non è solo empatia con il paziente o immersione nella sua angoscia o confusione. Né si tratta di un fantasia ampiamente vagante stimolata dal materiale portato dal paziente, ma che poi devia in base alle libere associazioni dell’analista. È una risposta molto specifica a un momento specifico della vita onirica del paziente, che può essere ricevuta solo dalla vita onirica dell’analista, liberata dal controllo dell’io (come nelle interpretazioni verbali cosce ecc.).

Mentre Bion sottolinea la presenza di più di due menti, o vertici mentali, nella stanza, Meltzer organizza specificamente queste modalità di area di connessione in una “conversazione tra oggetti interni”. Si svolge su un livello più alto di astrazione, o forse su un livello subconscio più profondo, rispetto a qualsiasi normale conversazione verbale, e fa uso di tutte le sfumature appena osservabili che una disciplina come l’osservazione infantile aiuta a portare alla luce. Meltzer diceva che si può lavorare solo con la parte adulta del paziente; ma le sue ultime formulazioni si concentrano piuttosto sugli oggetti interni del paziente, una fonte più avanzata ed etica rispetto alla sua parte adulta. Ma nello stato di controsognare, il “punto di incontro” o congruenza è in realtà un dialogo tra gli oggetti interni sia del paziente sia dell’analista. Sempre più Meltzer sottolineava l’impotenza dell’analista e la totale dipendenza da

ness, and total reliance on internal objects to help his patients; as in his last talk, 'Good Luck', in Barcelona:

You discover that all you have been doing is reading dreams. And you said all along that you were quite good at reading dreams, although you didn't know what that meant, but that it had something to do with the patient's symbol formation, and your intuitive reading of his symbol formation, and attributing meaning to it all. ...

The enemy is retreating – not from your wisdom but from their folly, from their having attempted to capture a frozen space and getting themselves frozen in the process. That's the kind of game you've been playing. Now the survival in this kind of game depends on what is called good luck. Good luck. And when you translate 'good luck', it means, trust in your good objects. ... Good luck for the survival that you never could have planned, and which happened in spite of all your cleverness and ingenuity.

The 'enemy' is the narcissistic 'Napoleon' part of the personality that believes it is in control of the situation, owing to a phantasy based on intrusive identification with the object. It is the archetypal bad object, which of course is not really an object at all, but a fake object composed of egotistical projections. Meltzer says he discovered this through clinical experience, not through the application of any theory; and the original clinical experience was his own analysis or self-analysis:

I have discovered things – of course, discovered things about myself really, which turned out to be also about other people. The main thing is the exploration of projective identification: the intrusive activity of entering into other people's worlds, uninvited, where you have suffered the pains of claustrophobia, felt trapped, didn't know how to get out – because you couldn't remember how you got in in the first place. I think I can claim that I did not invent that; I really discovered it, in myself, and secondly, in my patients.

He also used to point out that the door to the claustrum is always open. The way out, is by first making contact with the internal objects who send the dreams, and then finding a receptive and organisational counterdream through which the other's internal objects can converse. As a result of this conversation, the analyst receives the wisdom of his internal objects in the form of a dream or dreamlike state – the counterdream. The conversation may even be verbal (in fact has to be primarily verbal in psychoanalysis), but it will be the language of description not of explanation, because it is governed by the counterdream with its close contact with what Bion calls 'O', the world of objects, the place where meaning originates. 'Because the heart of the matter is the meaning',

oggetti interni per aiutare i suoi pazienti; come si evidenzia nel suo ultimo discorso, "Buona Fortuna", a Barcellona:

Scopri che tutto quello che hai fatto è stato interpretare sogni. E hai sempre detto che eri abbastanza bravo a interpretare i sogni, anche se non sapevi cosa significasse, ma che aveva qualcosa a che fare con la formazione dei simboli del paziente, e con la tua lettura intuitiva della sua formazione simbolica, e con l'attribuire significato a tutto ciò. ...

Il nemico si sta ritirando - non dalla tua saggezza ma dalla loro follia, dal loro aver tentato di catturare uno spazio ghiacciato e di sentirsi congelati nel processo. Questo è il tipo di gioco che hai giocato. Ora la sopravvivenza in questo tipo di gioco dipende da ciò che si chiama buona fortuna. Buona fortuna. E quando traduci "buona fortuna", significa, confida nei tuoi buoni oggetti. ... Buona fortuna per la sopravvivenza che non avresti mai potuto pianificare, e che è successa nonostante tutta la tua intelligenza e ingenuità.

Il "nemico" è la parte "napoleonica" narcisistica della personalità che crede di avere il controllo della situazione, a causa di una fantasia basata sull'identificazione intrusiva nell'oggetto. È l'archetipo del cattivo oggetto, che ovviamente non è affatto un oggetto, ma un oggetto finto composto da proiezioni egoiche. Meltzer dice di averlo scoperto attraverso l'esperienza clinica, non attraverso l'applicazione di alcuna teoria; e l'esperienza clinica originale era la sua analisi o autoanalisi:

Ho scoperto delle cose – ovviamente ho scoperto cose su di me davvero, che si sono rivelate anche su altre persone. La cosa principale è l'esplorazione dell'identificazione proiettiva: l'attività intrusiva di entrare nei mondi altrui, non invitato, dove hai sofferto i dolori della claustrofobia, ti sei sentito intrappolato, non sapevi come uscire – perché non ricordavi innanzitutto come ci eri entrato. Penso di poter affermare di non averlo inventato; l'ho scoperto davvero, in me stesso e in secondo luogo nei miei pazienti.

Egli ha anche sottolineato che la porta del claustrum è sempre aperta. La via d'uscita consiste, prima nel prendere contatto con gli oggetti interni che inviano i sogni, e poi nel trovare un controsogno ricettivo e organizzativo attraverso il quale gli altri oggetti interni possano dialogare. Come risultato di questa conversazione, l'analista riceve la saggezza dei suoi oggetti interni nella forma di un sogno o di uno stato onirico – il controsognare. La conversazione può anche essere verbale (in realtà deve essere principalmente verbale in psicoanalisi), ma sarà il linguaggio della descrizione e non della spiegazione, perché è governato dal controsognare con il suo stretto contatto con ciò che Bion chiama 'O', il mondo degli oggetti, il luogo in cui il significato ha origine. "Perché il cuore della questione è il significato", afferma

affirms Meltzer; and understanding the meaning rests on the analyst's recognition of his helplessness, the 'peacefulness of ignorance. It is I suppose a kind of religious passivity. Somebody else will have to do it, because you can't do it yourself. This takes you back to childhood again – Mummy and Daddy will do it; you can go to sleep.'

As Bion similarly said, the analyst is like a newborn baby at the beginning of every session. The analyst relies on being fed by his counterdreams if he is to be able to read the dreams of his patient, and refrain from believing he is a Napoleon conquering the frozen wastes of the claustrum. The counterdream is the most effective mouthpiece for the internal object, and the analyst can allow the internal object to do the talking, which means that he can say things whose meaning he doesn't even understand himself ('How does he know what he is talking about? He doesn't – he is counterdreaming'). The conscious, formulable interpretation becomes apparent later; the immediate task is to observe the deer's-tails, to 'focus attention'. Indeed the means is more important than the end: for it is the introjection of the thinking function, rather than the thought alone, that underlies mental health. This can only be conveyed by inviting the patient to identify with the analyst's efforts to think, or to allow thinking to take place on his behalf, owing to his own identification with a thinking object.

To conclude: the benefit of treating the consulting room as a place where conversations between internal objects can take place, is the ease of maintaining an attitude of negative capability – the sort of 'patience' that enables meaning to become symbolised, that ultimately achieves 'security' (as Bion describes the oscillation of Ps–D) – the opposite end of the spectrum being the 'nameless dread' of an unsymbolised, uncontained fear.

### Counterdreaming and aesthetic experience

Counterdreaming is also an aesthetic response to the emotional conflicts brought to the session: similar to the 'symbolic congruence' with which the reader of poetry tries to capture their experience in a dreamlike way and to write it down. (I wrote about this in 'Holding the dream' in *The Apprehension of Beauty*). Although it begins with immersion, it then separates, in the way described by Adrian Stokes as 'modelling and carving' (for the artist) or 'envelopment and incorporation' (for the art-viewer). In the quest for a response to the aesthetic object (whether as viewer or as creator),

Meltzer; e la comprensione del significato poggia sul riconoscimento da parte dell'analista della sua impotenza, la 'tranquillità dell'ignoranza'. Suppongo sia una sorta di passività religiosa. Qualcun altro dovrà farlo, perché non puoi farlo da solo. Questo ti riporta di nuovo all'infanzia: la mamma e il papà lo faranno; puoi andare a dormire."

Come ha detto similmente Bion, l'analista è come un neonato, all'inizio di ogni seduta. L'analista conta sul fatto di essere nutrito dai suoi controsogni se vuole essere in grado di leggere i sogni del suo paziente e astenersi dal credere di essere un Napoleone che vince le deserte gelate del claustrum. Il controsogno è il portavoce più efficace dell'oggetto interno e l'analista può consentire all'oggetto interno di parlare, il che significa che può dire cose il cui significato non comprende nemmeno lui stesso ('Come fa a sapere di cosa sta parlando? Non lo sa – lui sta controsognando'). L'interpretazione cosciente e formulabile emerge dopo; il compito immediato è osservare le code del cervo, "focalizzare l'attenzione". In effetti, i mezzi sono più importanti del fine: poiché è l'introiezione della funzione pensante, piuttosto che il solo pensiero, che è alla base della salute mentale. Ciò può essere trasmesso solo invitando il paziente a identificarsi con gli sforzi dell'analista di pensare, o di permettere che il pensiero abbia luogo per suo conto, a causa della sua identificazione con un oggetto pensante.

Per concludere: il vantaggio di trattare la stanza di analisi come un luogo in cui possono svolgersi conversazioni tra oggetti interni, è la facilità di mantenere un atteggiamento di capacità negativa – il tipo di "pazienza" che consente di simbolizzare il significato, che alla fine raggiunge "sicurezza" (come Bion descrive l'oscillazione di Ps–D) – l'estremità opposta dello spettro è il 'terrore senza nome' una paura non simbolizzata, non contenuta.

### Contro sogno ed esperienza estetica

Il contro-sogno è anche una risposta estetica ai conflitti emotivi portati in seduta: simile alla "congruenza simbolica" con cui il lettore di poesia cerca di esperirli in modo onirico e di annotarli. (Ho scritto su questo in "Trattenendo il sogno" in *Amore e timore della bellezza*). Sebbene inizi con l'immersione, poi si separa, nel modo descritto da Adrian Stokes come "modellamento e scultura" (per l'artista) o "avvolgimento e incorporazione" (per il fruitore di opere d'arte). Nella ricerca di una risposta all'oggetto estetico (sia come spettatore sia come creatore), la mente

the exploring mind enters and retracts: the key question being whether this is a genuine imaginative exploration or a conquistador style colonisation - conducted by the real baby or its alter-ego Napoleon.

Stokes writes that in the face of art, we become 'in touch with a process that seems to be happening on our looking, a process to which we are joined as if to an alternation of part-objects'. This kind of joining could also appropriately describe the empathy invoked in the analyst as he observes the patient – the almost visceral feeling of recognition that is awakened at that moment, 'happening on our looking'. The feeling phenomenon responds to being noticed and observed, and reaches out its tentacles to begin a dance or intertwining of part-object movements. The observing mind is engaged in an alternating rhythm of closeness and separateness to the object, like Bion's Ps-D, but is not swamped nor adhesively identified with the object (this leads to two-dimensionality, or flatness of emotion – as in the idea of an oceanic oneness – a state of fusion with the object that probably 'never was on sea or land' [Wordsworth].) Bion uses metaphors such as 'caesura' and 'receiving-screen' to convey the permeability, yet separation, of two states of mind that are confronting one another. The repeated rhythm of projective and introjective identifications gradually sorts out the confusion, and the underlying pattern emerges in the form of the countertransference dream.

For the aesthetic object, in art as in life, demands a counterdream for the proper appreciation of its 'message' – the meaning that cannot be reductively summarised but that finds a reflective container in the mind of the other. Not just reflective in the sense of mirroring, but hopefully also transformative, owing to the conversation between internal objects that is taking place, beyond the conscious control of both parties. It is also beyond the personality restrictions of either artist or viewer, and the same applies to the consulting room as to the appreciation of the arts.

In the consulting room, what is the aesthetic object that arouses curiosity and demands to be imaginatively explored (or tyrannically conquered)? On one level it is the dream or dream-material brought by the patient, which may or may not have aesthetic qualities of its own. But even if it is a beautiful dream, that is just the beginning of the drama in the consulting room – the drama of transformations that comes about when dreams 'counter' or respond to one another, and when tyrannical control is relaxed so the internal objects are allowed to converse.

esploratrice entra e si ritrae: la domanda chiave è se si tratta di un'autentica esplorazione immaginativa o di una colonizzazione in stile conquistatore - condotta dal bambino reale o dal suo alter-ego Napoleone.

Stokes scrive che di fronte all'arte, veniamo "in contatto con un processo che sembra imbattersi nel nostro sguardo, un processo al quale siamo uniti come ad un'alternanza di oggetti parziali". Questo tipo di unione potrebbe anche descrivere appropriatamente l'empatia a cui si appella l'analista mentre osserva il paziente – la sensazione quasi viscerale di riconoscimento che si risveglia in quel momento, "che avviene nel nostro sguardo". Il fenomeno empatico risponde all'essere notato e osservato, ed estende i suoi tentacoli per iniziare una danza o intrecciare i movimenti di oggetto parziale. La mente osservante è impegnata in un ritmo alternato di vicinanza e separazione all'oggetto, come la Ps-D di Bion, ma non viene né sommersa né adesivamente identificata con l'oggetto (questo porta alla bidimensionalità o alla piattezza delle emozioni – come nell'idea di un'entità oceanica – uno stato di fusione con l'oggetto che probabilmente "non fu mai in mare o in terra" [Wordsworth].) Bion usa metafore come "cesura" e "schermo ricevente" per trasmettere la permeabilità, ma anche separazione, di due stati d'animo che si confrontano l'un l'altro. Il ritmo ripetuto di identificazioni proiettive e introiettive gradualmente elimina la confusione e il modello sottostante emerge nella forma del sogno di controtransfert.

Perché l'oggetto estetico, nell'arte come nella vita, richiede un controsognare per il giusto apprezzamento del suo "messaggio" – significato che non può essere sintetizzato in modo riduttivo ma che trova un contenitore riflessivo nella mente dell'altro. Non solo riflessivo nel senso di rispecchiare, ma si spera anche trasformativo, ad opera della conversazione tra gli oggetti interni che sta avvenendo, al di là del controllo cosciente di entrambe le parti. È anche al di là delle limitazioni della personalità di un artista o di un osservatore, e lo stesso vale tanto per la stanza d'analisi quanto per l'apprezzamento per le arti.

Nella stanza d'analisi, qual è l'oggetto estetico che suscita curiosità e richiede di essere esplorato immaginativamente (o conquistato tirannicamente)? Da un certo punto di vista è il sogno o il materiale onirico portato dal paziente, che può o non può avere qualità estetiche proprie. Ma anche se è un bel sogno, questo è solo l'inizio del dramma nella stanza d'analisi – il dramma delle trasformazioni che avviene quando i sogni "controbattano" o si rispondono l'un l'altro, e quando il controllo tirannico è rilassato così gli oggetti interni sono autorizzati a conversare.

For as with all aesthetic objects, both positive and negative reactions are set in motion: the aesthetic conflict of love, hate and knowledge is set against the retreat from emotionality in the form of minus love, hate and knowledge.

For ultimately, the aesthetic object in analysis is the analytic process itself. It is the invisible, ineffable, aesthetic form that facilitates this conversation between internal objects – a ‘duet with the patient’. It is probably this formal quality that differentiates the ‘counterdreaming’ view of analysis from the ‘intersubjective’ one. There is a structural basis in the primal nipple-and-breast view of knowledge as necessarily acquired through projective and introjective identifications, in a way that builds itself block by block. Between them, analyst and analysand build up an aesthetic response to the field of emotional conflict and confusion that initially fills the air of the session. On one level the analyst is the ‘mother’ and the analysand the ‘baby’, but on another level, they are both babies, when measured against the mysterious conversation that is the essence of the analytic process and that can reveal things previously unknown to either, and even unknown to their internal objects (as individuals) but only discovered when dream and counterdream are set in creative response to one another.

This means of course that (as Meltzer said) the analyst is always engaged in his own aesthetic conflict with the analytic process itself – its demands and mysteries, and the love and hate that are evoked by the task – in a similar way to the love-hate relationship with poetry that the poets always express. It is difficult to cultivate the ‘wise passiveness’ (Keats) that the task requires.

Come per tutti gli oggetti estetici, entrambe le reazioni positive e negative sono messe in moto: il conflitto estetico di amore, odio e conoscenza si contrappone al ritiro dall’emotività sotto forma di meno amore, meno odio e meno conoscenza.

In definitiva, l’oggetto estetico in analisi è il processo analitico stesso. È la forma invisibile, ineffabile, estetica che facilita questa conversazione tra oggetti interni – un “duetto con il paziente”. È probabilmente questa qualità formale che differenzia la visione dell’analisi “controsognante” da quella “intersoggettiva”. Esiste una base strutturale nella visione primordiale di capezzolo-e-seno, di conoscenza come acquisita necessariamente attraverso identificazioni proiettive e introietive, in un modo che costruisce se stesso un blocco alla volta. Tra di loro, analista e analizzando formano una risposta estetica al campo del conflitto emotivo e della confusione che inizialmente riempie l’aria della seduta. A un certo livello l’analista è la “madre” e l’analizzando il “bambino”, ma su un altro livello, sono entrambi bambini, quando valutati rispetto la misteriosa conversazione che è l’essenza del processo analitico e che può rivelare cose prima sconosciute a entrambi, e persino sconosciute ai loro oggetti interni (come individui) ma scoperte solo quando sogno e controsogno sono impostati in risposta creativa l’uno all’altro.

Ciò significa naturalmente che (come ha detto Meltzer) l’analista è sempre impegnato nel suo stesso conflitto estetico con il processo analitico stesso – con le sue esigenze e i suoi misteri, e con l’amore e l’odio che sono evocati dal compito – in modo simile alla relazione amore-odio con la poesia che i poeti esprimono sempre. È difficile coltivare la “saggia passività” (Keats) che il compito richiede.