

in cammino tra le arti liberali

QUINTA EDIZIONE 2026



SOMNIUM • Il sonno, il sogno e le soglie della coscienza

Trascuriamo circa un terzo della nostra vita dormendo. Ogni notte abbandoniamo la coscienza vigile, entriamo in un tempo diverso, popolato di immagini, memorie, emozioni e sogni, per poi riemergere al mattino nella realtà quotidiana. È un'esperienza universale e familiare, eppure ancora profondamente misteriosa. Che cosa accade al corpo e al cervello quando dormiamo? Perché sogniamo? Quale rapporto lega il sogno alla memoria, alle emozioni e alla nostra vita interiore? E perché, fin dall'antichità, l'uomo ha cercato nei sogni significati, presagi, rivelazioni, immagini dell'invisibile? La quinta edizione di "4+3: in cammino tra le Arti Liberali" entra in questo territorio di confine. **SOMNIUM – Il sonno, il sogno e le soglie della coscienza** propone due giornate per osservare la medesima esperienza da prospettive differenti e complementari. La prima sarà dedicata allo **sguardo della scienza**: neuroscienze, medicina e psicologia ci accompagneranno alla scoperta dei meccanismi del sonno e della complessa attività che continua mentre dormiamo. La seconda seguirà invece lo **sguardo della cultura**: dal mondo greco-latino alla tradizione biblica, fino alle immagini create dall'arte e dalla musica, attraverseremo alcuni dei modi con cui l'uomo ha cercato di raccontare e interpretare il sogno. E, come sempre in 4+3, la musica non sarà semplice accompagnamento, ma parte del pensiero: Due concerti serali ci condurranno nella dimensione poetica della notte, del sogno e dell'ombra. Un viaggio sulla soglia tra sonno e veglia, corpo e mente, visibile e invisibile. Perché forse interrogare ciò che accade quando chiudiamo gli occhi è anche un modo per comprendere meglio chi siamo quando li riapriamo.

4+3 è un cammino che si rifà ai due gradi dell'insegnamento medievale basato sulle sette Arti Liberali con l'intento di creare un percorso attraverso il grande patrimonio culturale e musicale occidentale, occasione per esporsi al Bello, autentico mezzo di completamento ed evoluzione dell'uomo.

ingresso libero



ACCADEMIA
FILARMONICA
DI SALUZZO



ASAR - Revello
Parrocchia M. Vergine Assunta, Revello

SOMNIUM

Il sonno, il sogno e le soglie della coscienza

4+3
in cammino tra le
arti liberali
QUINTA EDIZIONE
2026

Ideazione e Direzione artistica: Elia Carletto, Ivano Scavino

Sabato 17 ottobre 2026

Palazzo del Comune • Revello

Il sonno

Lo sguardo della scienza

Tre visioni complementari per comprendere che cosa accade mentre dormiamo: dal funzionamento del cervello al rapporto tra sonno e salute, fino alla dimensione del sogno.

ore 15 - 18 conferenza • Sala del Consiglio

Maurizio Gionco, neurologo

Che cosa accade quando dormiamo?

Le neuroscienze del sonno, della memoria e del sogno

Dormire non significa semplicemente "spegnere" il cervello. Durante il sonno l'attività cerebrale attraversa stati differenti e complessi, essenziali per l'equilibrio dell'organismo, la memoria e le funzioni cognitive. Un viaggio nelle neuroscienze del sonno per scoprire ciò che accade dentro di noi mentre la coscienza vigile sembra ritirarsi.

Luciano Gontero, medico

Dormire bene

Il sonno come fondamento della salute

Il sonno accompagna e regola molti dei processi fondamentali della nostra vita. Qualità del riposo, ritmi biologici, equilibrio psicofisico e salute sono profondamente intrecciati. Uno sguardo olistico sul dormire non soltanto come necessità fisiologica, ma come componente essenziale del nostro benessere.

Daniela Morero, psicologa, psicoterapeuta

Perché sogniamo?

La dimensione psicologica del sogno

Ogni notte la mente costruisce storie, luoghi, incontri e situazioni che al risveglio possono apparirci nitidi, enigmatici o immediatamente svanire. Che rapporto esiste tra il sogno e la nostra vita psichica? Un percorso nella dimensione psicologica del sognare, tra emozioni, memoria, immaginazione e mondo interiore.

ore 21 concerto • Cappella Marchionale

Notturmo

Chopin, la poesia della notte

Gianmaria Bonino, pianoforte

Musiche di Fryderyk Chopin

Il 17 ottobre 1849 moriva a Parigi Fryderyk Chopin. Nello stesso giorno, centosettantasette anni dopo, SOMNIUM dedica al compositore polacco il concerto della sua prima notte. Nella musica di Chopin il notturno diventa spazio intimo, sospensione del tempo, canto affidato al pianoforte. Una musica che sembra nascere quando il rumore del giorno si allontana e l'ascolto può rivolgersi verso l'interiorità.

Pianoforte Pleyel, 1927

Domenica 18 ottobre 2026

Palazzo del Comune • Revello

Il sogno

Lo sguardo della cultura

Da sempre l'uomo sogna; e da sempre cerca di comprendere ciò che ha sognato. Tre dimensioni con cui la cultura occidentale ha dato significato all'esperienza onirica: il mondo classico, la Scrittura e l'arte.

ore 15 - 18 conferenza • Sala del Consiglio

Anna Rovei, docente di storia e cultura greco-latina

Le porte del sogno

Immagini, simboli e presagi nella cultura greco-latina

Nel mondo antico il sogno poteva essere messaggio divino, presagio, strumento di conoscenza o misteriosa porta aperta su un'altra dimensione dell'esistenza. Dai poemi omerici alla cultura romana, un viaggio tra miti, immagini e interpretazioni che hanno posto il sogno al confine tra umano e divino, realtà e simbolo.

Flavio Picotti, diacono e teologo

I sogni della Bibbia

Figure e significati del sogno nella Sacra Scrittura

La Bibbia è attraversata da sogni che orientano viaggi, annunciano eventi, interrogano l'uomo e ne modificano il cammino. Da Giacobbe a Giuseppe, dai profeti fino ai racconti evangelici, il sogno assume forme e significati differenti. Un percorso attraverso alcuni grandi episodi biblici per comprenderne il valore simbolico, spirituale e teologico.

Carla Bianco, musicologa e docente di storia dell'arte

Immagini della notte

Il sogno tra pittura, simbolo e musica

Come rappresentare ciò che per sua natura appartiene all'inafferrabile? Pittori e musicisti hanno trasformato la notte, il sogno, l'incubo e la visione in immagini e suoni, dando forma a ciò che esiste soltanto nello spazio dell'immaginazione. Un itinerario tra arti visive e musica alla ricerca delle molte forme con cui l'arte ha provato a rendere visibile – e udibile – il sogno.

ore 21 concerto • Cappella Marchionale

La Musica delle Ombre

Suoni sulla soglia tra notte e sogno

Elia Carletto, pianoforte

Giacomo Abbà, flauto

Un ultimo passaggio nella dimensione di SOMNIUM, questa volta affidato interamente al suono. Pianoforte e flauto attraversano una musica fatta di chiaroscuri, apparizioni, lontananze e silenzi: non una descrizione del sogno, ma uno spazio nel quale l'ascolto stesso può assumere la consistenza incerta e mutevole delle immagini notturne.

ingresso libero