

Uniwersytet Szczeciński

TERESA RZEPA

Psychologia marzeń sennych

Psychology of Dreams

„Kiedy się budzimy, to rzekłbyś, że duch nasz wychodzi znów z wolna ze swej tajemniczej kryjówki, że rozpatruje się w tem, co się w mózgu dzieje i chwyta na nowo cugle rozstrojonej myśli”.

Wiktor Szokalski¹

Gdyby na szalkach wagi umieścić: na jednej tomy senników, zawierające gotowe recepty na wróżenie ze snów, na przepowiadanie przyszłości, na wybór postępowania; na drugiej zaś tomy dzieł naukowych, poświęconych snom, nietrudno odgadnąć, że waga znacząco przechyliłaby się na stronę senników. Dlaczego tak jest? Czy tylko dlatego, że świat snów został uznany przez trzeźwy pozytywizm za nie poddający się naukowym badaniom? Że

¹ W. Szokalski: *Fantazyjne objawy zmysłowe*, t. II, Kraków 1863, s. 14. Warto zwrócić uwagę na tę dwutomową pracę polskiego przyrodnika i lekarza. Wiktor Feliks Szokalski (1811–1891), powstaniec listopadowy, ukończył studia w Giessen (doktorat z medycyny) w 1834 r. Ponownie tytuł doktora medycyny zdobył w Paryżu w 1838 r. W 1853 r. powrócił do kraju i został lekarzem w Instytucie Oftalmologicznym w Warszawie. Wykładał fizjologię i okulistykę. Jego dorobek obejmował prace z zakresu okulistyki, fizjologii, higieny i historii medycyny. Opublikował też kilka rozpraw przyrodniczych, m.in. studium o genezie i rozwoju umysłowości w przyrodzie, uzupełniając teorię Darwina koncepcjami metafizycznymi. Por. *Słownik biologów polskich*, red. S. Feliksiak, Warszawa 1987, s. 527–528.

sny ustanowiono przykładem obszaru „nienaukowości”? Że zainteresowanie snami spotykało się wręcz z pogardą ze strony środowiska naukowego? Że marzenia senne przeciwstawiano chłodnemu i logicznemu myśleniu na jawie?

W istocie nie chodzi o przywołane tu antynomie i oceny, nie chodzi o mniej lub bardziej wyraźnie sformułowane zarzuty o nienaukowości badań nad snami. Chodzi o samą naturę marzeń sennych. Naturę ulotną i mglistą, nieuchwytną i niemieszczącą się w ramach teorii naukowych. Podobną naturze duszy. Nie bez przyczyny filozofowie poświęcili jednak niemało stronic rozważaniom nad losami uspionej duszy. Szata snu i szata duszy utkane są z podobnych nici. Czy psychologia uświadamiała sobie tę relację podobieństwa? Czy korzystała z narzucającego się prawidła metodologicznego: badaj szatę snu, badaj naturę sennego marzenia, przez to bowiem dotkniesz szaty duszy, poznasz jej naturę.

Psychologia miała i ma świadomość istnienia tej relacji. Problem badania marzeń sennych ewoluje w jej dziejach, zależnie od dominującego paradygmatu. Najwyraźniej „objawił się” on w epoce królowania psychoanalizy. To przede wszystkim w jej ramach można mówić o psychologii marzeń sennych. Niemal powszechnie znany badacz snów i badacz duszy ludzkiej Sigmund Freud (1856–1939) uczynił tę dyrektywę podstawą jednej z głównych technik (obok hipnozy, metody interpretacji czynności pomyłkowych i metody wolnych skojarzeń) docierania do ukrytych pokładów psychiki.

Tym samym Freud przeciwstawił się dotychczas dominującemu w psychologii przekonaniu o tożsamości psychiki i świadomości:

Dla większości ludzi o wykształceniu filozoficznym idea tego, co psychiczne, a co nie jest zarazem świadome, jest czymś tak niepojętym, że wydaje się im absurdalne i już z punktu widzenia logiki nadające się do odrzucenia. Sądzę, że bierze się to tylko stąd, iż ludzie ci nie przestudiowali odnośnych zjawisk hipnozy i marzeń sennych, które [...] zmuszają do przyjęcia takiej koncepcji.²

Freud doskonale wiedział, jakie są i jakie będą reakcje uczonych na jego propozycje interpretacji marzeń sennych. Pisał więc:

Ze strony filozofii nie oczekujemy niczego innego jak dumnego zarzutu, że zajmujemy się przedmiotem o tak małej wartości intelektualnej.³

Jednak potrafił przeciwstawiać się ostrym atakom i przez wiele lat naukowej twórczości badał królestwo snów.

Czym — według Freuda — jest marzenie senne? Jaki jest mechanizm powstawania marzeń sennych? Czemu służą, jakie funkcje pełnią senne marzenia?

² S. Freud: *Ego i id*, [w:] *Poza zasadą przyjemności*, Warszawa 1975, s. 92.

³ S. Freud, *Wstęp do psychoanalizy*, Warszawa 1982, s. 123.

Marzenie senne jest zjawiskiem psychicznym, przejawem aktywności psychiki ludzkiej. Nie jest ono zjawiskiem somatycznym (którym jest sen bez marzeń sennych). A skoro jest zjawiskiem psychicznym, stanowi jednocześnie pewnego rodzaju wypowiedź, dzieło śniącego. „Wypowiedź” tę przypominamy sobie na jawie jako „resztki czynności psychicznej” przebiegającej we śnie. Śniący może wiedzieć i najczęściej wie, co znaczy jego marzenie senne. Jednakże znaczenie to nie przenika do centrum świadomości. Śniący zatem nie zdaje sobie sprawy z tego, że wie o znaczeniu marzenia sennego. Sądzi po prostu, że nic o nim nie wie, że tylko pamięta samo marzenie senne. Pomoc psychoanalityka polega na odszukaniu tej wiedzy w psychice pacjenta i zakomunikowaniu jej autorowi snu. Wiedza o prawdziwym znaczeniu marzenia sennego to przecież wiedza o prawdziwym obliczu naszej duszy. Dlatego tak istotne jest zdobywanie właśnie tej prawdziwej, aczkolwiek ukrytej wiedzy „obecnej” w sennym marzeniu.

Jaki jest mechanizm powstawania snów? Marzenie senne powstaje jako rezultat „obrony” duszy przed podnieciami wpływającymi na nią podczas snu. „Marzenie senne stanowi reakcję na podniecie zakłócającą sen”.⁴ Podniecienia te mogą być dwojako rodzaju ze względu na miejsce ich genezy. Pierwszy rodzaj podniec zakłócających sen fizjologiczny odpowiada treściom nieświadomego *id*, które przejawiają tendencję do przeniknięcia do *ego* i do świadomości. *Ego*, broniąc się przed inwazją podniec zakłócających jego sen, wytwarza marzenie senne.

Jeżeli zatem taka podniecia nie ma miejsca, bądź jeżeli jest zbyt słaba, by oddziaływać na duszę, wtedy marzenia senne nie występują. Jednakże niewiele jest osób, które nie mają ukrytych „powodów” (treści *id*) do zakłócania snu duszy. Stąd też marzenia senne są powszechnym i normalnym przejawem duchowego opracowania mowy nieświadomego (*ID*). Jest to pierwsza przyczyna wytwarzania marzeń sennych, kiedy — powtórzmy — popęd (nieświadome pragnienie, życzenie czy żądanie stanowiące treść *ID*: „[...] znalazł we śnie dość siły do tego, by wtargnąć do «ja»”.⁵

Drugą przyczyną powstawania marzeń sennych (podniec zakłócającą) może być dążenie powstałe na jawie, lecz nie w pełni uświadomione przez *EGO*. „[...] jakiś przedświadomy tok myśli wraz ze wszystkimi towarzyszącymi mu konfliktowymi przeżyciami [które — dop. TR] uległy we śnie wzmocnieniu pod wpływem jakiegoś elementu nieświadomego”.⁶ Drugi rodzaj podniec zakłócających sen duszy ma więc swe źródło w *EGO*.

⁴ Tamże, s. 117.

⁵ S. Freud, *Zarys psychoanalizy*, [w:] *Poza zasadę...*, s. 169.

⁶ Tamże.

W obu przypadkach mechanizm wytwarzania marzeń sennych jest podobny. Stanowi go „dynamiczny warunek” przedostania się do uśpionej duszy podnieć zakłócających, co wymusza na niej ustosunkowanie się do owych zakłóceń. Rezultatem ustosunkowania się jest wytworzenie dzieła, wypowiedzi w formie sennego marzenia. Przy tym marzenie senne najczęściej nie wyraża wprost wymowy czy sensu zakłócenia, lecz” [...] je opracowuje lub o nim jedynie napomyka, umieszcza w pewnym związku lub zastępuje czymś innym. Jest to pewna cecha pracy marzeń sennych [...]”.⁷

Powstaje jednak pytanie, dlaczego śpiąca dusza, a zwłaszcza jej EGO obciąża się — wbrew fizjologicznym wymogom odpoczynku — zadaniem opracowania marzeń sennych? Na pytanie to Freud odpowiada następująco:

Każde formujące się marzenie senne za pomocą nieświadomości domaga się od EGO, aby zadowolilo jakiś popęd [...]. Jednakże EGO we śnie nastawione jest na to, by snu nie przerywać, toteż żądanie odczuwa jako zakłócenie snu, które stara się usunąć. Udaje mu się to osiągnąć przez pozorną ustępliwość, a mianowicie przez to, że żądaniu temu przeciwstawia — nieszkodliwe w tych okolicznościach — spełnienie pragnienia, i w ten sposób żądanie to unieważnia.⁸

Jako argumenty na rzecz hipotezy o spełnieniu pragnień (wynikających z ID lub z nie w pełni uświadomionych dążeń EGO) przytacza Freud przykład snu człowieka głodnego, sycaącego się we śnie wspaniałą potrawą, czy przykład snu erotycznego znajdującego swe senne spełnienie.

Ale nie wszystkie życzenia, pragnienia, żądania i popędy mogą być spełnione (a — tym samym — unieważnione) przez uśpione EGO. Oto bowiem wiele z nich podlega silnej cenzurze, wynikającej z poczucia moralnego („obyczajowości” w nomenklaturze Freuda). Nie mogąc ich ani unieważnić, (spełnienie we śnie), ani wyrazić w jawnym, niezafałszowanym obrazie sennym, EGO musi je zniekształcić, ukryć, zamaskować, schować za fasadą symbolicznego marzenia sennego.

Ze względu na kryterium „jawności — zamaskowania” prawdziwej treści życzenia, pragnienia, żądania, czy popędu, Freud wyróżnił trzy kategorie marzeń sennych. Są oto marzenia senne, które przedstawiają nie stłumione życzenia w jawnej formie. Do tej kategorii zaliczył sny dzieci. Stwierdził, że sny tego rodzaju pojawiają się coraz rzadziej w miarę przybywania człowiekowi lat. Do drugiej kategorii zaliczył te marzenia senne, które wyrażają stłumione życzenie w zamaskowanej formie. Do tej kategorii należy większość naszych (dorosłych) marzeń sennych. I głównie one podlegają interpretacji psychoanalitycznej, bo są nośnikiem prawdziwej wiedzy o naszej

⁷ S. Freud, *Wstęp do...*, s. 121.

⁸ S. Freud, *Zarys psychoanalizy...*, s. 174.

duszy. Wreszcie, do trzeciej kategorii należą marzenia senne o — co prawda — stłumionym życzeniu, jednak nie zniekształconym lub zniekształconym w niewielkim tylko stopniu. Tej kategorii marzeń sennych z reguły towarzyszy lęk, pełniący wówczas funkcję „zastępnika” zniekształcenia. Lęk wywołony podczas snu jest czynnikiem, który powoduje jego przerwanie, a w konsekwencji — rozładowanie napięcia związanego z zamaskowaniem życzenia.

Zgodnie z wyjściowymi deklaracjami Freuda, zarówno marzenia senne jawne, jak i ukryte (ujęte w tym podziale), winny podlegać interpretacji psychoanalitycznej, prowadzonej w celu uzyskania wiedzy na temat prawdziwego oblicza duszy ludzkiej. Faktycznie jednak, co powszechnie uznaje się za wielki błąd twórcy psychoanalizy, interpretował on przede wszystkim zniekształcone marzenia senne (druga kategoria marzeń sennych), i to z określonym nastawieniem. Twierdził bowiem, że wszelkie zniekształcenia marzeń sennych (wyraz zamaskowania autentycznych życzeń, pragnień, popędów i żądań) mają w przeważającej mierze charakter symboliczny. Symbolikę tę odnosił przy tym niemal wyłącznie do sfery życia seksualnego.⁹

Ze względu na bardzo dobre opracowanie i powszechną wręcz wiedzę o propozycjach Freuda w dziedzinie symboliki marzeń sennych, pominię przywoływanie wszelkich argumentów i przykładów stanowiących dowody dominacji pożądań libidalnych. Wspomnę jedynie, iż Freud uzależniał rozmiary zniekształcenia treści marzeń sennych od dwóch czynników. Otóż — po pierwsze — treść marzenia sennego jest bardziej zafalszowana, ukryta, trudniejsza od interpretacji wówczas, gdy życzenie było „gorsze”, tzn. wyraźniej potępione przez kodeks moralny śniącego, niezgodne z jego wychowaniem etycznym, z sumieniem. Treść marzenia sennego jest — po drugie — tym bardziej zniekształcona, im musi spełnić większe wymagania cenzury. A ta, jak wiadomo, zależy przynajmniej od wieku śniącego i od jego stylu wychowania.

⁹ Np. W. Szewczuk (we *Wstępie* do: S. Freud, *Psychopatologia życia codziennego. Marzenia senne*, Warszawa 1987, s. 23) napisał: „Freud zbagatelizował całkowicie wyniki badań naukowych nad marzeniem sennym, ich analizę sprowadził na drogę spekulatywno-arbitralnych interpretacji, których warunek był założony w samym punkcie wyjścia. Podobnie jak przy czynnościach pomyłkowych i przy zapomnianiu, tak długo się szuka, aż się znajduje to, co się chciało [...] znaleźć, a nie to, co rzeczywiście było”. Mimo przekonania, iż przypisując treści marzeń sennych „[...] obiektywne i realne” znaczenie symboli występujących w marzeniach sennych. W ten sposób powstał słownik języka snów symbolicznych, w której części odnoszących się do sfery seksualnej (cytat: S. Freud: *Zarys psychoanalizy...*, s. 168).

Jeżeli wyłączyć z rozważań Freuda nad naturą, mechanizmem i funkcjami snów, najbardziej rozbudowaną sferę interpretacyjną, dotyczącą symboliki seksualnej, to i tak rozważania te wnoszą kapitalny wkład do psychologii marzeń sennych. Po raz pierwszy — w ramach psychologii — traktują poważnie tę dziedzinę aktywności ludzkiej. Wyjaśniają wcale nie mały fragment tego, co dzieje się z duszą ludzką „przebywającą w świecie snów”.

Dociekania Freuda ukazują wartość badań nad istotą marzeń sennych jako przejawu prawdziwego, niezafalszowanego obrazu duszy. To w marzeniach sennych wyrażają się jej prawdziwe pragnienia, życzenia, konflikty, jej najbardziej niedostępne obszary. Tej hipotezy nie można odrzucić.

Fundamentalne myśli Freuda na temat świata snów ukazują mechanizm powstawania marzeń sennych. Logicznie wynikający z owego związku duszy tak z życiem na jawie, jak i z życiem we śnie. Może nawet bardziej jawnego we śnie z racji pojemniejszej pamięci sennej i pojawiającej się wówczas możliwości skupienia się duszy na sobie. Jest to realne dzięki wyraźnej izolacji od świata zewnętrznego i jego oddziaływań. Na czym polega „logika” mechanizmu powstawania marzeń sennych, oparta na obecności duszy w obu „rodzajach” życia? Chodzi o to, że pojawiające się w sposób jawny w stanie czuwania popędy, życzenia, pragnienia i żądania duszy, EGO może realizować w życiu na jawie. Natomiast to, co niejawne, niejasne, wyparte, a przecież wypływające z duszy, EGO realizuje — na miarę pozornie okrojonych (w porównaniu ze światem zewnętrznym), lecz *de facto* nieograniczonych możliwości — we śnie, poprzez senne marzenia.

Z racji swych „inności”, wynikających z nieograniczenia możliwości śpiącej duszy, nie wiązania jej żadnymi prawami fizyki i logiki, marzenia senne — te niezwykle twory psychiki, są dla EGO czuwającego zdumiewające, zawiłe, zaskakujące, niezrozumiałe, wręcz nedorzeczne. Być może dlatego przypominane tylko w niewielkiej części.

Na podstawie analizy bogatego zbioru marzeń sennych Freud opracował kilka ważnych prawideł dotyczących aktywności psychicznej tego rodzaju a więc rządzących również procesami nieświadomości. Odkrył zatem i opisał: tendencję do „zgęszczania”, a więc” [...] skłonność do tworzenia nowych całości z elementów, które na jawie z pewnością rozdzielałybyśmy” (tzw. zbitki sennych)¹⁰; tendencję do „przemieszczania” (przesunięcia) psychicznych

¹⁰ S. Freud, *Wstęp do...*, s. 189 oraz id.: *Zarys psychoanalizy...*, s. 171. Freud, uznając, iż nieświadomość jest królestwem alogiczności, pokazał na przykładzie analiz lingwistycznych analogie istniejące między najstarszymi językami a zbitkami sennymi (*ibid.*, s. 173, 236).

napięć z elementów najistotniejszych na elementy uboczne, mało ważne¹¹; tendencję do przemiany (przeistaczania) myśli w obrazy.¹²

Freud przedstawił także kilka kryteriów, na których podstawie możemy opisywać różnorodność marzeń sennych. Ta propozycja warta jest również ponownego rozpatrzenia i zastosowania w metodologii badań psychologicznych nad snem. Marzenia senne mają — po pierwsze — różne rozmiary: od krótkich, jednoobrazowych, po długotrwałe, bogate treściowo „całe powieści”. Sny mogą być — po drugie — jasne jak przeżycie bądź też słabe i nikłe jak cień. Niektóre marzenia senne (po trzecie) mają sens, są dowcipne, piękne — inne: są pogmatwane, niedorzeczne, wręcz szalone. Sny (po czwarte) mogą poruszać w nas głębię uczuć, albo też nie czynią na nas najmniejszego wrażenia. Po piąte, są sny, które natychmiast po przebudzeniu zapominamy, a są takie, które pamiętamy latami. Wreszcie, po szóste, dany sen może się pojawić tylko raz, ale też może wielokrotnie się powtórzyć.¹³

Freud zwracał także uwagę na tę funkcję marzeń sennych, którą potem szczegółowo opracował Carl Gustav Jung (1875–1961). Przedstawiając dowody wskazujące na udział ID w tworzeniu marzeń sennych, jako jeden z nich podał Freud ten, że sen często ujawnia treści z „archaicznego dziedzictwa”. Treści te mają naturę wrodzoną, a ich odpowiedniki „[...] znajdujemy w najstarszych legendach ludzkości i w jej ocalałych obyczajach”.¹⁴

Wskazane nurty w rozważaniach Freuda nad światem snów bronią się dzięki swej aktualności. Nie tracą na znaczeniu nawet wtedy, gdy pominąć sferę symboliki seksualnej, na której skupił się nie tylko sam Freud, ale i jego krytycy.

Erich Fromm (1900–1980), najbardziej sceptyczny a zarazem najbardziej przekonujący interpretator marzeń sennych wykorzystał główną myśl Freuda i uznał, iż marzenie senne jest ekspresją uspiętej psychiki, jest wyrazem działalności psychicznej w warunkach snu. Sen jest nasz, to my jesteśmy autorami snu. Sny — podobnie do mitów — są „[...] ważnymi informacjami

¹¹ Tendencja ta jest rezultatem działania mechanizmu cenzury. S. Freud: *Zarys psychoanalizy...*, s. 172; id.: *Psychopatologia życia...*, s. 372; id.: *Wstęp do...*, s. 191.

¹² Id.: *Wstęp do...*, s. 192. Nie wszystkie myśli, pojawiające się w marzeniach sennych, przeistaczają się w obrazy, jednakże jest to tendencja przeważająca. Freud porównuje przejawy tej tendencji do „pisma obrazkowego”. Tendencję ową można wyjaśniać dominacją przeżyć wzrokowych (tzw. widziadeł) w marzeniach sennych (*ibid.*, s. 115).

¹³ Id.: *Wstęp do...*, s. 116–117.

¹⁴ Id.: *Zarys psychoanalizy...*, s. 170. Niestety zaraz dodawał, że: „W ten sposób marzenie senne staje się źródłem poznania pradziejów człowieka, i to źródłem nie do pogardzenia”. Tym twierdzeniem, jak i wielu innymi, przekonywał, że zasadniczym błędem psychoanalitycznego wyjaśniania jest błąd „błędnego koła”.

przekazywanymi nam samym przez nas samych”.¹⁵ Tylko ograniczoność naszego rozumu sprawia, iż najczęściej są to informacje dla nas niezrozumiałe.

Fromm przeciwstawia sobie dwa stany istnienia: stan snu i stan czuwania. Wskazuje na najważniejszą różnicę zachodzącą między nimi, mianowicie niemożność (w stanie snu) i możliwość (w stanie jawy) reagowania na świat zewnętrzny głównie za pośrednictwem postrzegania i działania. Choć, co prawda, we śnie jesteśmy bezradni, narażeni na każdy atak, tym niemniej to właśnie w tym stanie istnienia mamy do czynienia z samym sobą, nie musimy patrzeć na zewnętrżność, jesteśmy wolni od pracy, od zobowiązań, konieczności obrony. „Królestwo konieczności ustępuje miejsca królestwu wolności”.¹⁶

Fromm rozszerza więc myśl Freuda o sennym królestwie duszy. Ukazuje nie tylko (jak Freud) jego mroczny „kodeks konieczności”, podyktowany życzeniami, pragnieniami, popędami, lecz również kreśli kuszące możliwości swobody, nieskrępowania, wolności duszy. W propozycji Fromma (Freudowski ciemny i zagrażający) świat snów nabiera żywych, radosnych barw. Pięknieje. W tym świecie mogą przejawiać się bowiem — obok irracjonalnych tendencji — najbardziej wartościowe, odkrywczcze siły ludzkiej psychiki. Sny mogą być przecież „odbiciem wszelkiej działalności umysłowej”.¹⁷ Często w królestwie snów jesteśmy mądrzejsi, bardziej obyczajni, młodsi, piękni, lepsi, mamy ogromne możliwości i mnóstwo energii, nowe, niesamowite pomysły. Spotykamy się ze wspaniałymi ludźmi, formułujemy prawa, wygłaszamy mowy, budujemy i burzimy, przenosimy się dowolnie w czasie i w przestrzeni. Właściwie nieustannie jesteśmy twórcami tego „wewnętrznego”, innego świata — świata snów. Podczas przeżywania marzeń sennych czerpiemy swobodnie z niezmiernych zasobów doświadczenia, a nasza pamięć staje się bezkresna.

Świat snów jest dla śniącego umysłu tak samo realny, jak świat jawy dla umysłu czuwającego. Podobnie „ja” w stanie snu jest odczuwane jako realne tak, jak odczuwamy „ja” dzienne. Komunikacja pomiędzy zarówno światami, jak i stanami istnienia psychiki jest niejasna z racji różnic językowych. „Świat dnia jest jednak równie nieświadomy w naszym doświadczeniu sennym, jak świat nocy w naszym doświadczeniu na jawie”.¹⁸ Fromm zgadza się z propozycją Freuda, iż język świata snów jest zbliżony do języka mitów, że jest to język symboliczny. Ale Fromm nie ogranicza symboliki tego języka

¹⁵ E. Fromm, *Zapomniany język*, Warszawa 1977, s. 31.

¹⁶ *Ibid.*, s. 47.

¹⁷ *Ibid.*, s. 105.

¹⁸ *Ibid.*, s. 49. Pierwotnie tej myśli znajduję w podręczniku psychologii autorstwa W. Jamesa (*The Principles of Psychology*, t. II, New York 1890, s. 294).

do sfery seksualnej. Symbole, pojawiające się w marzeniach sennych, mogą się odnosić do każdej sfery życia. Najbardziej bogato ilustrują sferę uczuć, które tak trudno ująć w słowa. Sen zatem przychodzi nam z pomocą nie tylko w ekspresji najsubtelniejszych uczuć, ale również w ich zrozumieniu.

Symbole obecne w marzeniach sennych mogą odpowiadać wszelkiego rodzaju konstrukcjom intelektualnym. Być wyrazem autorefleksji, informacji o naszej samoocenie, samopoczuciu. Symbol, pojawiający się w sennym marzeniu, może być także propozycją rozwiązania nurtującego nas problemu osobistego, a nawet naukowego. Język snów — podobnie jak świat, do którego przynależy — ma nieograniczone możliwości ekspresji. A ponadto, jest to język uniwersalny. Posługują się nim bowiem wszyscy ludzie, niezależnie od dzielących ich różnic kulturowych czy historycznych.

Jung i Fromm byli zgodni co do tego, że w marzeniach sennych ludzie jawią się sobie często jako mądrzejsi i bardziej moralni niż w życiu codziennym. Jednakże Jung wyjaśniał ten fakt (różnicujący ich poglądy w stosunku do poglądów Freuda) na gruncie powołanej teorii archetypów. Jednym z jej twierdzeń jest to, iż sny są objawieniem nieświadomej mądrości, transcendentalnej wobec jednostki. A przy tym: „Psychiczne przejawy ducha wyraźnie dowodzą swego charakteru archetypowego, tzn. fenomen, który nazywamy duchem, polega na istnieniu autonomicznego praobrazu, jaki w stanie przedświadomym zawiera się w samym założeniu ogólnej psychiki ludzkiej”.¹⁹ Sen zatem jest bardzo wzniosłym, uroczystym tworem psychiki, bowiem to właśnie „sny archetypowe”, stanowiące główny przedmiot badań Junga, powstają z inspiracji ducha. To *spiritus* inspiruje senne marzenia.²⁰

Nie można — choćby z racji przypisywanej snom cechy objawiania (uduchowienia) — uważać, że marzenia senne są zaspokojeniem lub wyrazem życzeń śniącego. Marzenia senne to miejsce konfrontacji nas samych z odwiecznymi, o najwyższym ciężarze gatunkowym, problemami: „[...] niepewności oceny moralnej, pogmatwanych związków między dobrem a złem i bezlitosnego splotu winy, cierpienia i zbawienia”.²¹

Marzenia senne — to miejsce objawiania „pradoświadczeń” religijnych, miejsce odkrywania nieświadomej pamięci zawierającej doświadczenia stuleci, przekazy dawnych wierzeń, mitów, obyczajów. Uduchowiony sen w ujęciu Junga pełni więc funkcje kompensacyjne wobec pustej i próżnej codzien-

¹⁹ C. G. Jung: *Archetypy i symbole*, Warszawa 1976, s. 414 oraz id.: *Rebis czyli kamień filozofów*, Warszawa 1989, s. 526–527.

²⁰ Id.: *Psychologiczne podstawy wiary w duchy*, [w:] *Psychologia wierzeń religijnych*, Warszawa 1990, s. 161.

²¹ Id.: *Archetypy...*, s. 416.

ności. Jungowski sen przekazuje nam mądrość przodków. Umacnia poczucie tradycji i uczy szacunku dla przeszłości. Jest przejawem nieświadomości zbiorowej, wspólnej — jak Fromma język snów czy Freuda symbolika marzeń sennych i mechanizm powstawania snów — wszystkim ludziom, niezależnie od ich wzajemnej odległości czasowej i przestrzennej.

Warto podkreślić, że psychologia marzeń sennych w przedstawionym wariacie psychoanalitycznym (bez względu na różnice poglądów dzielące tworzących ją uczonych), dostrzegająca na poziomie świata snów zintegrowanie, zwartość i wspólnotę ludzi. Cechy przypisywane światom snów przez psychologię marzeń sennych zostały uznane za bardziej typowe i powszechne, aniżeli cechy światów jawy. To dlatego właśnie w obrębie świata snów Freud, Jung i Fromm poszukiwali dróg prowadzących do zrozumienia istoty duszy, jej zależności od kultury, tradycji, od innych ludzi i wszelakich wymogów zewnętrznosci oraz od siebie samej.

Dowodem na słuszność twierdzenia o pozaczasowych, pozaprzestrzennych i pozakulturowych wspólnych charakterystykach marzeń sennych jest irokezka („psychoanalityczna”) teoria snów, niemal odpowiednik powstałej dwieście lat później teorii marzeń sennych Freuda.²² Irokezi uważają z dawien dawna, że dusza doznaje dwojakiego rodzaju pragnień. Obok pragnień jawnych (pierwszy rodzaj) ma także pragnienia wrodzone i ukryte (drugi rodzaj). Pragnienia wrodzone i ukryte dusza ujawnia za pośrednictwem snów. Sny są, po prostu, językiem duszy. Zatem tak, jak zaspakajamy jawne pragnienia duszy, tak i wszelkie pragnienia ukryte i wrodzone, przejawiane przez duszę w postaci sennych marzeń, muszą być jak najszybciej zaspokojone. Przedtem powinny być prawidłowo odczytane. Specjalistami od przekładu „słów” języka duszy na słowa języka codziennego są szamani. To najczęściej oni wskazują na sposoby zaspokojenia ukrytych i wrodzonych pragnień duszy. Chyba że nocne przesłanie duszy było jednoznaczne i wyraźne. Jeżeli śniący nie postąpi zgodnie z wyraźnym życzeniem duszy lub nie wykona szamańskich wskazań, wówczas dusza wpada w gniew. Buntuje się przeciw ciału, a przejawem buntu są różne choroby, a nawet śmierć.

Irokezi intuicyjnie osiągnęli wysoki poziom psychologicznego wyrafinowania. Odróżniali świadome i nieświadome części umysłu. Znali wielką siłę nieświadomych pragnień i wiedzieli, że ich udaremnienie może spowodzić chorobę [...]. Rozumieli, że pragnienia te wyrażają się w formie symbolicznej [...] i że jednostka nie zawsze potrafi właściwie je interpretować. Zauważyli różnicę między jawną a ukrytą treścią snów [...].²³

²² Por. A. F. C. Wallace, *Sny i pragnienia duszy: rodzaj teorii psychoanalitycznej u siedemnastowiecznych Irokezów*, [w:] *Psychologia wierzeń...*

²³ *Ibid.*, s. 21.

Wszystkie te prawidłowości odnosili Irokezi do tzw. snów objawowych, wyrażających pragnienia duszy śpiącego (podobnie interpretował sny Freud, częściowo Fromm). Obok tej kategorii snów, w irokezkiej teorii występują też sny nawiedzone, w których objawiają się potężne siły nadprzyrodzone, przekazujące informacje ważne nie tylko dla śniącego, ale i dla całej społeczności (z podobną interpretacją spotykamy się w przypadku Junga).

Zaprezentowana teoria zawiera „powtórzenie”²⁴ (Freud opublikował swą teorię wcześniej, aniżeli udostępniono materiały rękopiśmienne pochodzące z pierwszej połowy XVII w., sporządzone przez jezuitów) psychoanalitycznej tezy o holistycznym kształcie duszy. Równocześnie stanowi dowód słuszności twierdzenia o znoszeniu wszelkich granic (czasowych, przestrzennych i kulturowych) w zakresie marzeń sennych i tworzonych przez nie światów snów.

Są to, można powiedzieć, dwa podstawowe twierdzenia psychologii marzeń sennych, wywiedzione z badań nad snami. Bowiem: „Pytanie o sens i biologiczne znaczenie marzeń sennych pozostaje nadal bez odpowiedzi”²⁵. Oba te twierdzenia są stale aktualne i bardzo ważne. Tym bardziej, że w dzisiejszej psychologii głoszone są poglądy nie o dwu-, lecz o wielopoziomowej strukturze psychosomatycznej, opisującej człowieka. A zatem nie tylko ciało i umysł (w którym wyróżnia się kilka warstw świadomości), ale i „ja-idealne”, duch czy nadświadomość (a nawet środowisko) konstytuują „całego” człowieka.²⁶ Ze względu na to zróżnicowanie i zwielokrotnienie jasny staje się wyjściowy pogląd Freuda, że najlepszymi interpretatorami snów jesteśmy my sami.²⁷ Teza ta znajduje swoje odzwierciedlenie w psychologii humanistycznej, gdzie twierdzi się:

W pracy nad snem wystrzegam się jakiegokolwiek interpretacji. Zostawiam to pacjentowi, ponieważ uważam, że on sam wie o sobie o wiele więcej, niż ja mógłbym wiedzieć kiedykolwiek.²⁸

W psychologii pozostaje aktualny również psychoanalityczny sposób rozumienia marzeń sennych w wersji Fromma. Sen uznawany jest za — będące przejawem aktywności psyche — przesłanie egzystencjalne:

To przesłanie od ciebie samego do ciebie, do jakiegokolwiek części ciebie, która słucha. Sen jest chyba najbardziej spontanicznym wyrazem bycia człowiekiem, jest dziełem sztuki,

²⁴ Mimo innego porządku czasowego (różnica dwustu lat na korzyść Irokezów).

²⁵ A. Borbely: *Tajemnice snu*, Warszawa 1990, s. 61.

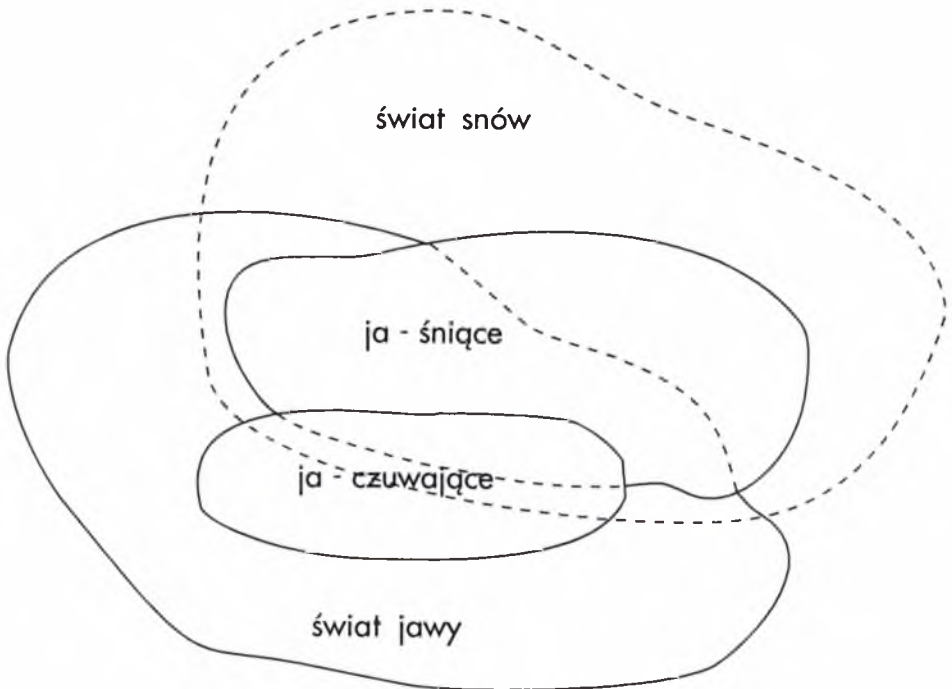
²⁶ Por. np. M. A. Thurston: *How to interpret your dreams*, Virginia 1978, s. 8, 15.

²⁷ *Ibid.*, s. 38; oraz C. S. Hall, G. Lindzey: *Teorie osobowości*, Warszawa 1990, s. 256–260, 269, 304–306.

²⁸ F. Perls: *Cztery wykłady*, [w:] *Psychologia w działaniu*, Warszawa 1981, s. 176.

które tworzymy z własnego życia. I wszystko we śnie, każda sytuacja jest stworzona wyłącznie przez śniącego.²⁹

Sądzę więc, że i dziś może być niezwykle przydatny psychoanalityczny model opisujący istotę i mechanizm powstawania marzeń sennych, który prezentuje schemat (ryc. 1).



Ryc. 1. Dwa stany istnienia „ja” i dwa światy.

Występują na nim cztery zasadnicze kategorie, wprowadzone do psychologii marzeń sennych właściwie przez Ericha Fromma. Dwóm wyróżnionym przez niego stanom istnienia odpowiadają: „ja-czuwające” i „ja-senne”. Natomiast „światy” czy „królestwa” (pozostałe dwie kategorie) występują w wielu pracach o snach, także w pracach Fromma.

Jeżeli spojrzeć na psychologię marzeń sennych (w wariantach psychoanalitycznym) przez pryzmat nieuchronnych uproszczeń schematu, wówczas łatwiej można dostrzec, iż przedmiotem tej psychologii były (i są) zarówno

²⁹ *Ibid.*, s. 175.

relacje zachodzące między czterema wyróżnionymi kategoriami, jak i te kategorie.

1. Pole wspólne dla obu „ja”, czyli to, co „ja-śniące” wie o „ja-czuwającym”, i to, co „ja-czuwające” pamięta z marzeń sennych o „ja-śniącym”.

2. Pola wspólne dla obu „ja” w obu światach, czyli odczuwane różnice między obu stanami istnienia psychiki oraz poczucie tożsamości i własnej wartości „ja-czuwającego” w świecie jawy i takie poczucia doznawane przez „ja-śniące” w świecie snów.

3. Pola wspólne dla obu światów w obu „ja”, czyli te fragmenty świata jawy, które są znane i istotne dla „ja-czuwającego” i które występują w marzeniach sennych przez te fragmenty świata snów, które są istotnie organizowane w marzeniach sennych przez „ja-śniące” i są zapamiętane przez „ja-czuwające”.

4. Ta część „ja-czuwającego”, która nie występuje w marzeniach sennych (osobowość jawna, np. EGO).

5. Ta część „ja-śniącego”, która nie pojawia się w zapamiętanych marzeniach sennych (osobowość senna, nieświadomość, np. ID).

6. Świat snów niekoniecznie ujawniony w „ja-śniącym”, w sensie poszukiwania charakterystycznych właściwości i praw nim rządzących.

Psychologia marzeń sennych w ujęciu psychoanalitycznym nie zajmowała się:

1) otoczeniem społecznym i fizycznym (świat jawy) nie odzwierciedlonym ani w „ja-czuwającym”, ani w „ja-śniącym”;

2) polem wspólnym dla obu światów (o tym polu właściwie nic nie wiemy: to zadanie do rozwiązania dla, być może, filozofa, a na pewno dla fizyka).

Pole zainteresowań psychoanalizy obejmowało więc pokaźny obszar kategorii psychologicznej, nazwanej tu psychologią marzeń sennych. Oceniając wkład psychoanalityków (a przede wszystkim Sigmunda Freuda) do badania tej kategorii trzeba powiedzieć nie tylko, że był on znaczny i znaczący, lecz także i to, że odkrycia dokonane w paradygmacie psychoanalitycznym nie straciły do dziś na znaczeniu.

SUMMARY

Freud was the first to take a clear position about the interpretation of dreams: risking his authority he asserted that dreams should be the object of scientific investigation. Starting from his first theory of the interpretation of dreams, through the psychoanalytical interpretation of dreams by the Iroquois Indians and the propositions of Carl Gustav

Jung, Erich Fromm and humanist psychologists, we established two theses that are both fundamental and common to those conceptions. One of them concerns the holistic "profile" of the human psyche, the other — the different logic of the world of dreams that does not have temporal, spatial or cultural borders found in the real world. This in turn served as the basis for our reconstruction of the relationships obtaining between the two conditions of the existence of "I" (I— dreaming and I— awake) and the two worlds. It was shown which relationships were subject to psychoanalytical studies and which were outside their scope.