

ÁLOM, FANTÁZIA ÉS NORMÁL TUDATÁLLAPOT HUSSERLNÉL, FREUDNÁL ÉS A DASEINANALÍZISBEN¹

Szummer Csaba – Horváth Lajos

„Az álom [...] minden másnál jobban fenyegeti a fenomenológia többé vagy kevésbé, de áttetsző, azaz tudatos és egységes énről alkotott képét [...]”

(Torma 2020. 34)

BEVEZETŐ

A módosult tudatállapotokra és a tudattalan lelki folyamatokra fordított figyelem ingadozik a nyugati szellem története során. Ebből a szempontból az abszolút mélypontot talán az újkori filozófia jelenti. A filozófiatörténet számára legalábbis sokáig egyértelműnek látszott, hogy a premodern antropológiákhoz képest a modernitás vezető filozófusa, René Descartes addig elképzelhetetlennek vélt leegyszerűsítéseket hajtott végre, és a karteziánus modell szerint *a lélek egységes, önmaga számára transzparens és potenciálisan teljes mértékben uralható*.² Ahogyan Koestler Arthur megállapítja a Lancelot L. Whyte-nak a prefreudiánus tudattalanról szóló könyvéhez írt előszavában, az újkor filozófiai közegében egy „alapvető fontosságú tudás az emberi lélek [tudattalanban zajló] működéséről elveszett a tudományos forradalom hatása, legfőképp annak legbefolyásosabb filozófusa, René Descartes fellépésének következtében”.³

Egyesek szerint azonban ezt a sarkos Descartes-képet az újabb kutatások fényében árnyalnunk volna szükséges. ⁴ A kurrens Descartes-szakirodalom egyik új témája éppen a karteziánus tudattalan fogalma (Eshleman 2007; Rembeczki

¹ A szerzők köszönettel tartoznak Marosán Bencének cikkükkel kapcsolatos észrevételeiért, valamint azért, mert rendelkezésünkre bocsátotta a cikkben idézett kéziratát.

² *A lélek szenvedélyei* (1649) L. cikkelye a vadászkutya idomíthatóságával demonstrálja, már-már komikus módon, hogy a szenvedélyek – Descartes modelljében „az agy mozgásai” – viszonylag könnyűszerrel módosíthatók.

Mivel kis iparkodással meg tudjuk változtatni az agy mozgásait az ésszel nem rendelkező állatokban, nyilvánvaló, hogy még jobban meg tudjuk változtatni ezt az embereknél; s még a leggyengébb lelkűek is abszolút hatalmat szerezhetnek összes szenvedélyük felett, ha eléggé igyekeznek, hogy a szenvedélyeiket idomítsák és irányításuk alá vonják.

³ Koestler: *Előszó Whyte (1978) könyvéhez*.

⁴ A szenvedélyekben megtalálhatjuk pl. a pszichoanalitikus trauma-elmélet egyfajta őst. Descartes egyik példája szerint „[a] rózsailat erős fejfájást okozhatott egy gyermeknek, amikor még a bölcsőben volt, vagy egy macska szörnyen megrémiszthette, anélkül, hogy valaki is észrevette volna, vagy akár ő maga megőrzött volna valamilyen emléket róla a későbbiekben; ennek ellenére az ekkor érzett ellenszenve a rózsák vagy e macskák iránt élete végéig be lesz vésődve az agyában.” (136. CIKELY.) (Descartes, 1994. 137)

2017).⁵ A kortárs elmefilozófiai diskurzusban pedig Wilkes (1988) illetve heves kritikával a transzparens karteziánus tudatról alkotott leegyszerűsített képet. Mint ismeretes, ez utóbbi értelmében az ideák privátak, vagyis a megismerő szubjektum privilegizált hozzáféréssel rendelkezik hozzájuk, tévedhetetlenül ismeri őket, következtetés nélkül, közvetlen módon tudatosítja őket. Wilkes úgy véli, az analitikus filozófia szempontjából szinte mindegyik megállapítás inkonzisztensnek vagy éppen semmitmondónak bizonyult.⁶

A fenti ellenvetésekre azonban azt válaszolhatjuk, hogy mind a filozófiai, mind pedig a pszichológiai hatástörténet szempontjából a leegyszerűsített Descartes-kép a mérvadó.⁷ Ennek pedig jó oka van. Descartesnál az „átlátható, tudatos elme elgondolása jellemzően a metafizikai művekben, a kételkedés folyamatának leírásaikor jelentkezik, s [...] itt nem merülhet fel a tudattalan létének lehetősége. A szkepszis programja [...] beomlana, ha az evidens bizonyosságok mellett valami módon a tudat bizonyos 'rejtett részlegeiben' megbúvó egyéb tartalmak is szerephez jutnának.”, mutat rá Rembeczki. (2017. 112)

Annyit mindenestre megállapíthatunk, hogy a tudattalan tematizálása szempontjából az inga a 18. század vége felé visszalendül, elsősorban, de nem kizárólagosan, a romantika mozgalmának képében.⁸ A romantikus szerzők ugyanis újra felfedezik, mi több, programszerűen kezdik el ábrázolni irodalmi témákként az éber én egységesítő ereje alól kiszabadult disszociatív lelki jelenségeket, az álmot, a fantáziát, a hipnózist, az alvajárást, az őrületet, egyszóval a módosult tudatállapotokban fellépő lelki jelenségek egész hatalmas panoptikumát. Ezzel helyreáll egy fontos kontinuitás a nyugati szellem történetében. Az antikvitásban és a középkorban ugyanis, mint utaltunk rá, filozófusok, teo-

⁵ Kivételt képez az újkori tudatfilozófiai törekvésekben – mások mellett – Leibniz is, aki az apró észleletek fogalmával (*petites perceptions*) már elővételezi a tudatküszöb alatti szintézisek problémáját és a tudattalan képzetek lehetőségét.

⁶ A mentális ismeretelméleti jegyei inadekvátak és tisztázatlanok, összegzi Wilkes (1988. 175). Wilkes szerint nem állíthatjuk egyöntetűen, hogy minden mentális állapotunk tudatos vagy éppen öntudatos volna. Az emberi viselkedés tele van automatizmusokkal, procedurális és implicit folyamatokkal – utóbbira klasszikus visszatérő példa a filozófiai szakirodalomban is az autovezetés esete. Az explicit nyelvi viselkedés mellett a tudatot áthatják a hallgatóságos és diszpozicionális vélekedések is, vagy akár automatikus érzelmi reakciók (Wilkes 1998. 180-181).

⁷ Ahogyan Torma (2018. 4) megállapítja, „A racionalizmus tudattalan-felfogásáról való beszéd erős leegyszerűsítésen nyugszik, ugyanis az újabb kutatások fényében az újkori filozófia racionalista és empirista irányzatokra osztása, ahogy a felvilágosodás 17. századi tudományos forradalmának gondolata is egyre kérdésesebb. A témáról részletesen: Schmal 2015. 13.skk Ez azonban nem érvényteleníti gondolatmenetünket, legfeljebb az említett szellemi vonatkok kiindulási pontjait és érvényességi körét teszi nehezen megragadhatóvá. A különböző, ma már csak hangsúlyos kérdőjelekkel megkülönböztethető szellemi irányzatok eltérő lélekfelfogásainak tárgyalása azért marad indokolt, mert ezek a tradicionális megkülönböztetések a filozófusok döntő többsége, s köztük Husserl számára visszatérő kontextuális hivatkozási alapként egészen a huszadik század utolsó évtizedéig meghatározóak maradtak.”

⁸ Mint Torma (2018. 6) rámutat, „a tudattalan e felfogásirányát nem lehet pusztán a felvilágosodással szemben álló romantikához kötni. A mechanikus természetfelfogás mellett ugyanis, szinte egyidőben fejlődésnek indulnak azok a teóriák is, amelyek szerint a test életfunkcióit nem lehet a passzív anyagnak tulajdonítani.” A romantika melletti alternatív tudattalan-tradíciót, a vitalista materializmus hagyományát Schmal Dániel (2015) dolgozza fel a hazai eszméletörténetben.

lógusok és költők magától értetődő természetességgel beszéltek tudattalan lelki folyamatokról Platontól Shakespeare-ig, Eckhart mestertől Montaigne-ig és Avilai Terézig.⁹

A 19-20. század fordulóján Freud és követői elsősorban a romantikus tradícióhoz kapcsolódva, egy speciális interperszonális helyzetben, az orvos és beteg viszonyában kezdik el szisztematikusan tanulmányozni a tudat disszociatív jelenségeit. Husserl ezzel szemben lényegében a Descartes által megkonstruált reduktív antropológia keretei között marad. *A husserli szubjektum egységes, disszociatív működésektől nem zavart entitás.*¹⁰

A TUDATTALAN FOGALMA HUSSERLNÉL

„A legtöbb jelentős filozófusra jellemző a receptivitás hiánya, ha nem is az elődök, de a kortársak [...] szempontjából.”, állapítja meg Heidegger kapcsán Heller Ágnes. (2011. 157) Freud vonatkozásában igaz ez Husserlre is. (Heidegger vonatkozásában természetesen nem.)¹¹ Husserl csak elvétve utalt Freudra vagy a pszichoanalízisre.¹² Ennek az ignorálásnak a legfőbb oka talán az volt, hogy, mint erre Eugen Fink a *Válság*-könyv mellékletében rávilágít, a pszichoanalízis (Fink szóhasználatával a „naturalisztikus pszichológia”) tudattalan koncepcióját egy filozófiai értelemben naiv implicit tudatelmélet vezeti (Husserl 1998/II. 197–199).

Ettől függetlenül Husserl semmiképpen nem zárkózott el a tudattalan problémájától. Nem is tehetne volna meg, hiszen, ahogyan Marosán (én. 1) fogalmaz, a „tudat teljes konkrétságában csak a tudattalan problémájával szerves összefüggésben, attól gyakorlatilag elválaszthatatlanul érthető meg. Tudat és tudattalan fogalmai végső soron gyakorlatilag egymásra utalt fenoménekként mutatkoznak meg.” A tudattalan fogalma szerepet kap Husserlnél már a statikus fenomenológia szakaszában, majd ez a szerep tovább növekszik az időtudatról, később pedig a passzív szintézisekről szóló elemzésekben, hogy kicsúcsosodjon a 30-as évek interszubjektivitásról és ösztönintencionalitásról szóló szövegeiben. (Marosán, én.) A statikus fenomenológiai korszakban, leginkább a *Logikai vizsgálódások-ban* (1900/01), valamint az *Eszmék egy tiszta fenomenológiá-*

⁹ Whyte: *The Unconscious Before Freud*, 1978.

¹⁰ Husserl életművével elsősorban a felvilágosodás tradíciójához kapcsolódik. Ahogyan Marosán (én.) megállapítja, Husserl „abban a tekintetben [...] a felvilágosodás hagyományának egyik utolsó nagy letéteményese, hogy nála az észnek kell kimondania a végső szót; az egész történelemnek racionális beteljesülése kell, hogy legyen.” Ugyanakkor áttételesen a romantikus hagyomány hatása is megjelenik Husserlnél, azonban nem a történelem, hanem az egyéni tudat szintjén. Marosán (2015) mellett érvel, hogy Husserl a Bernai kéziratoktól (1917/18) kezdődően már egyfajta életfilozófiát képvisel, ami a húszas évek végén kerül kifejezetten előtérbe nála. Husserlnél a tudatáram-életáram, áramló élet. Ennek az életáramnak „hangsúlyos mozzanata a passzív értelemképződés, [...] amelyet az ego vagy a transzcendentális tudat nem uralhat teljesen, hanem tőle függetlenül megy végbe.” (23. old.)

¹¹ Schwendter (2008) monográfiája mélyreható módon elemzi a husserli és heideggeri életmű erőteljes interakcióit, Schwendter kifejezésével Husserl és Heidegger „filozófiai összecsapását.”

¹² Vö. pl. Hua [= Husserliana. Edmund Husserl Gesammelte Werke] 42: 113, 126.

hoz és fenomenológiai filozófiához (1913) c. művekben, Husserl az öntudatot nem redukálja az éber észleleti tudatra, hanem a figyelem perifériáját, az észleleti szempontból homályos háttérrel is az öntudat konstitutív rétegének tekinti. Az időtudatról szóló 1904/05-ös elemzésekben pedig a tudattalan természetesen megjelenik a múlt (retenciók) és a jövő (protenciók) modalitásában.

Az 1910/20-as évek fordulójától Husserl a statikus-leíró fenomenológiát kiegészíti a genetikus fenomenológiával. A genetikus fenomenológia eredményeit első ízben szisztematikusan az *Elemzések a passzív szintézisről* c. kötetben közreadott szövegek gyűjteményében (1918-1926)¹³ dolgozza fel. A genetikus fenomenológia az énszerű működéseket és a tárgykonstituációkat megelőző intencionális szférát vizsgálja, a passzív szintézisek asszociatív folyamatait, amelyek nem igénylik az én figyelmét és aktivitását. A tudattalan jelentősége ezzel tovább nő, azonban a tudattalanul végbemenő asszociatív folyamatokra utaló megfogalmazások *továbbra sem a freudi értelemben vett tudattalanra utalnak*, hanem arra, amit Freud „leíró értelemben vett” tudattalannak nevez, tehát a freudi tudatelőtesre. Ahogyan Tengelyi (2013. 80) fogalmaz, Freudnál a szorosabb értelemben vett tudattalan egy olyan erőcentrumot implikál, „amely önmagából kiindulóan” gyakorol hatást a tudatra. Husserlnél ezzel szemben a tudattalan pusztán „az értelemüledékek állandó készletét” jelöli, amely az én elől aktuálisan ugyan „el van zárva”, de azért az énnel elvileg „továbbra is rendelkezésre áll”.¹⁴

Úgy véljük már most, hogy ez a különbség a husserli és a freudi tudattalan között nem utolsó sorban onnan ered, hogy *Freud a tapasztalást mint olyat a vágykielégítés speciális esetére szűkíti le*. A freudi tudattalant a vágy/elfojtás konfliktus dinamikája hozza létre. A freudi ösztön-én a szubjektum minden pszichikus energiájával primer módon rendelkezik, és az ösztön-én féken tartása állandó és jelentős erőfeszítést követel a tudatos éntől. Ez az oka annak, hogy Freudnál *strukturális akadály* választja el a tudattalant a tudattól. A husserli leírások ugyanakkor, így a passzív szintézisek koncepciója is, nem a vágykielégítés, hanem az *általában vett* tapasztalás létrejöttének sajátosságait igyekeznek megvilágítani. A passzív szintézisek és a genetikus fenomenológia tudattalan fogalma a mentális működéseknek a tárgyszerű intencionalitást megelőző és megalapozó, az én aktív, akaratlagos, tudatos működését nem igénylő, preintencionális állapotát jelöli. Mint ilyen természetszerűleg nem lehet elrekesztve a tudatos mentális aktusok szférájától.

Legkésőbb a harmincas években Husserl is szembesül az elfedett és elfojtott tudattartalmak problémájával az affektivitásról és fenomenológiai tudattalannal szőtt elképzeléseiben. Mint Marosán hangsúlyozza, a husserli tudattalan fogalma ekkor újabb értelmezést nyer az ösztönintencionalitás, a konstituáló

¹³ Hua XI.

¹⁴ Hua XI, 177 – id. Tengelyi 2013. 80

transzcendentális ösztönök fogalmában.¹⁵ „Eszerint a konstituáló transzcendentális szubjektivitásban vannak olyan passzív, ösztönszerű regiszterek, struktúrák, amelyek az aktív, magasabb szintű működések mozgásterét kialakítják, és mintegy (meghatározott tárgy nélkül is) célra irányítják ezeket a működéseket.” (Marosán én. 16)

NORMÁL TUDATÁLLAPOT ÉS MÓDOSULT TUDATÁLLAPOTOK HUSSERLNÉL ÉS FREUDNÁL

A husserli és a freudi tudattalant elválasztó egyik fontos mozzanatnak véljük tehát, hogy Husserl a tapasztalás mint olyan *a priori* struktúráit igyekszik megragadni. A fenomenológia „figyelme a világ transzcendenciájáról leválasztott tudat immanens és evidens adottságaira irányul.” (Marosán, én. 2) Freudot ezzel szemben egy speciális tudati működés, nevezetesen a vágy és a vágykielégülés foglalkoztatja.

A következőkben amellet fogunk érvelni, hogy a husserli és freudi tudattalan különbözőségének van egy talán még jelentősebb oka, nevezetesen az, hogy *Husserl és Freud más-más jelentőséget tulajdonítanak a módosult tudatállapotoknak*. A Husserl által leírt mentális aktusok – a hallucináció és különösen a fantázia lényeges kivételével, és az álmra vonatkozó sporadikus elemzéseit nem számítva – az éber normál tudatállapotban megjelenő, vagy azok hátterét képező tudati jelenségek. Mivel Husserl elsősorban az éber normál tudatállapotra korlátozta vizsgálódásait, nem találhatott indokot arra, hogy Freudhoz hasonlóan két külön szabályrendszernek (Freud terminológiájával az elsődleges és a másodlagos folyamatnak) engedelmeskedő tudati szintre ossza fel a mentális szférát.

A módosult tudatállapotokban, azaz a normál tudatállapottól az alvás pólusa felé távolodva egyre lazább szerveződésű, az éber normál gondolkodástól egyre radikálisabban különböző lelki működésekbe ütközünk. Mit értsünk azonban „módosult” tudatállapotokon? *Mi* az pontosan, ami *módosul* az éber normál tudatállapothoz képest? A módosult tudatállapotokról szóló definíciós kísérletekben többnyire keveredik az *éberségi fok* (azaz az éber normál tudatállapot és az alvás közötti skálán kijelölhető hely) és a *tudatminőség* (vagyis az adott éberségi fokra jellemző fenomenológiai mintázat) kategóriája. *Éberségi fok* szerint rendezve a tudatállapotok egy olyan skálát alkotnak, amelynek egyik pólusán a hétköznapi éber normál tudatállapot helyezkedik el, a másik póluson pedig az alvás radikálisan módosult tudatállapota. Az éber normál tudatállapot

¹⁵ Ahogyan Marosán (én. 2) megállapítja, „Husserl a húszas évek elején jut el az ösztönintencionalitás gondolatához (bár az ’ösztön’ mint konstituált tárgyi fenomén, már sokkal korábban is foglalkoztatja); azonban a konstituáló, transzcendentális ösztönök elmélete csak a harmincas években ölti nála kiforrott koncepció formáját.”

valamilyen feszeőbb, az én tudatos aktivitása által fémjelzett mentális állapotot és ennek megfelelő működési módot jelent. Minél elernyedtebb, inaktívabb állapotba kerül az én, annál nagyobb valószínűséggel lépnek fel tőle függetlenül, a tudatos én szempontjából „autonóm módon” szerveződő, disszociált mentális folyamatok.¹⁶ Az éber normál tudattól az álom felé haladva a fenomének így néznek ki, ha a disszociáció mértéke szerint állítjuk sorba őket: (a) éber normál tudat; (b) éber állapotban történő fantáziálás; (c) félálom; (d) kifejtett álom. Ha pedig a patológia birodalmára is kiterjesztjük ezt a sort, akkor a záró tag (e) a pszichózis kaoszába hullott elme megindító működése lesz.

Az éber normál tudatállapot mentális aktusainak (pl. észlelés vagy egy logikus gondolkodást igénylő feladat megoldása) három jellemzőjét szeretnénk kiemelni: (a) akaratlagosan *irányíthatók*, (b) közvetlen módon a *reflexió* tárgyává tehető, és (c) az álomhoz vagy a fantáziához viszonyítva *kis variabilitással* rendelkeznek.¹⁷ ¹⁸ Ezzel szemben a tudatállapotok „túlso” pólusán, az alvás állapotában keletkező álomban (a) a lelki folyamatok a tudatos én irányításától függetlenül szerveződnek; (b) az én elveszíti a reflexivitás képességét; ugyanakkor (c) a normál tudatállapot mentális működéséhez képest az álmok nagyobb variabilitást mutatnak, a fantázia-működés az álomban felszabadul. Az éber fantázia variábilisabb mint az észlelés, az álom színesebb, mint a fantázia.

¹⁶ Husserl-hez hasonlóan a wundti klasszikus német tudatlélektan, majd az akadémikus pszichológia többi meghatározó iskolája, az alaklélektan és a kognitív pszichológia ugyancsak éber normál tudatállapotban lévő alanyokra korlátozza megfigyeléseit. Ugyanakkor a pszichológiában, és különösen a filozófiában több mint egy évszázados múltra tekintenek vissza azok az *önkísérletek*, amelyek célja módosult tudatállapotok kiváltása volt hallucinogén szerek segítségével. Ez a kutatási paradigma William James-szel kezdődik, aki egy hallucinogén hatású gázzal (lásd James 1882; 2009/1902) váltott ki szisztematikusan saját magán módosult tudatállapotokat az 1870/80-as évek fordulóján. (vö. Tymocko 1996)

¹⁷ Ez a harmadik sajátosság az előző kettőhöz képest kevésbé triviális. Hasznos itt emlékeztünkbe idézni Bergson ellentétpárjait: fizikai idő és tartalomidő, mély-én és szociális én, legfőképpen pedig szokás-emlékezet (*mémoire-habitude*) és tiszta emlékezet (*mémoire pure*). „Idők legnagyobb részében önmagunkon kívül élünk, énünkől csak annak elszíntelenített fantomját látjuk [...]” (Bergson 1889/1990. 191) Ennek oka, hogy a társas életben és a gyakorlati létezésben kialakul a szociális én, „egy második én, mely betakarja az elsőt”, a mély-ént. (Bergson 1889/1990. 134) Míg a *szociális-emlékezet* motoros sémák, a gyakorlati élet és a társas élet követelményei és rutinjai által kialakított automatizmusok uralják, létezik a szerves módon kialakult, spontán módon és végtelen dinamizmussal szerveződő *tiszta emlékezet*, amelyet normál tudatállapotban lefojtanak a jelen pillanat és a konkrét cselekvés érdekei. Van azonban egy speciális tudatállapot, amelyben felszínre törhetnek a tiszta emlékezet sajátosságai, ez pedig az álom, mivel az alvás közben megszabadulunk a cselekvést uraló közvetlen motivációktól. (Bergson 1896/1999)

¹⁸ Bergson jelentős hatást gyakorolt Merleau-Pontyra, aki *A látható és a láthatatlanban* körvonalazott ontológiájában bizonyos lényeges pontokon mintha csak Bergson spiritális filozófiáját naturalizálná, és a tartamidőben és tiszta emlékezetben megjelenő dinamizmust írná le az általa kifejlesztett posztusserliánus fenomenológia fogalomrendszerével. „Már nem egy időbeli első okra visszavezethető esemény-szériában gondolkodom, hanem a Lét egyetlen, egészes robbanása, és örökké tartó kiáradása érdekel.” (Merleau-Ponty 2006. 296) Miközben a karteziánus tudatfelfogás egyedi *Erlebnissék* sorozatából álló diszkrét függvénynek látja a tudatot, valójában Lét-mezők vagyunk, vagyis minden egyes egyedi észlelésben a *Lét egésze* fedi fel magát bennünk és általunk. Az észlelésben nem szintézis és passzív befogadás megy végbe, hanem inkább elkülönülés, kibomlás, tagolódás, differenciálódás. Minden észlelés egy-egy értelemalapítás, „a Lét igazi Stiftungja /alapítása/” azonban az álom vagy a képzeletbeli. (Merleau-Ponty 2006. 293)

Husserllel szemben, mint említettük, Freudot elsősorban az éber normál tudatállapottól eltérő mentális aktusok foglalkoztatták. Az 1880-as évek közepe és az 1890-es évek vége között a pszichoanalízis atyja hatalmas, korábban senki által fel nem térképezett utat jár be. Az éber normál tudatállapot és az alvás között megtalálható különböző mélységű módosult tudatállapotok, és azokhoz tartozó lelki folyamatok – hipnózis (kb. 1885 – kb. 1892), szabad asszociáció (kb. 1892-től), álom (1895-től), fantázia (1897-től) – során halad át, miközben folyamatosan fejleszti, finomítja elméleteit és gyógyító technikáját.

Freud a hipnózisban ismeri fel először a tudattalan mentális folyamatok létezését, még egyetemi évei alatt. Később, az 1880-as évek második felében, kezdő idegorvosként maga is hipnózissal próbálja betegeit kezelni.¹⁹ ²⁰ Kétféle módon alkalmazza a hipnózist: (a) szuggesztiókat ad egy konkrét tünet elmulasztására; (b) hipnotikus állapotban „kikérdezi” pácienseit az adott tünethez kapcsolódó múltbeli eseményekről. Ez utóbbi során azt tapasztalja, hogy a hipnózis „kitágította a betegek tudatát, és olyan tudást bocsátott rendelkezésükre, amely felett ébren nem rendelkeztek.”²¹ A hipnózis azonban korántsem váltja be Freud reményeit. Nem minden páciensét tudja hipnotizálni, és ami még fontosabb, a hipnózissal elért javulások nem bizonyulnak tartósnak. A kilencvenes évek elején ezért Freud új utakat keres, és egy sajátos explorációs módszert fejleszt ki, a szabad asszociáció technikáját. Ezzel párhuzamosan először a hipnotikus szuggesztiókat hagyja el, majd a tünetek eredetére vonatkozó hipnózis alatti kikérdezést is.²² Megőrzi azonban a hipnózisból a páciens számára relaxált tudatállapotot biztosító fekvő helyzetet.²³ A hipnózis erősebben, a szabad asz-

¹⁹ Freud az 1870-es évek végén ismerkedik meg a nála 14 évvel idősebb Josef Breuerrel, a jó nevű bécsi belgyógyásszal és fiziológus kutatóval. Előbb barátokká, majd munkatársakká válnak. Breuer pácienseinél szórványosan alkalmazta a hipnózis módszerét, így később nevezetessé vált páciensét, Anna O.-t is hipnózissal kezelte.

²⁰ Freud tanulmányi ösztöndíjjal 1885-ben fél évre Párizsba utazik, hogy a Salpetriere kórházban tanulmányozza a hipnózist. A kor legnevesebb pszichiáterének, Jean-Martin Charcot-nak a hipnózis demonstrációi egyértelműen igazolják számára a tudattalan mentális folyamatok létezését. Charcot feltételezte: míg az orvos mesterséges módon tud hipnózissal neurotikus tüneteket kiváltani, addig a neuraszténias beteg ezt spontán módon, „önhipnózissal” idézi elő saját magán. Breuer Charcot hipnotizálására úgy gondolta, hogy a neurotikus páciensek, így Anna O. is, „autohipnózissal” módosult tudatállapotba, „hipnoid” állapotba hozzák magukat. A neurotikus tünetek ebben a különleges tudatállapotban keletkeznek. A hipnoid tudatállapotban a traumatikus emlékek „eltokosodnak”, megszűnik a többi képzetel való kapcsolatuk. A „pszichés energia”, vagyis a képzetek érzelmi töltése emiatt feltorlódik, nem tud elszivárogni, levezetődni, mint a normális emlékek esetében. Ezek a feltorlódott energiák, affektusmennyiségek, noha a tudat számára többé nem elérhetőek, tudattalan mechanizmusokon keresztül kifejtik hatásukat, például neurotikus vagy szervi tüneteket előidézve. Az orvos által indukált hipnotikus állapotban a trauma izolált, azaz tudattalanná változott emléke felidézhetővé válik, az emlékhöz fűződő érzelmi megszállás (*cathexis*) így levezetődhet. Ez Breuer *katarzis*-modellje. 1889-ben Freud újra Franciaországba utazik, hogy hipnózis-technikáját javítsa Hyppolit Bernheim segítségével. (Vö. Freud 1993)

²¹ S. Freud: *Önéletrajz*, in: *Önéletrajzi íráások*, Budapest, Cserépfalvi Kiadó, 1910/1993, 26.

²² Freud egy rövid ideig még alkalmaz egy Bernheimtől ellesett hipnotikus trükköt. Rát teszi kezét a páciens homlokára, és biztosítja arról, hogy minden olyan múltbeli esemény eszébe fog jutni, ami az adott tünethez kapcsolódik. (Uo.)

²³ Vö. E. Jones: *Sigmund Freud élete és munkássága*, Budapest, Európa, 1973, 222.

szociáció pedig enyhébben módosult tudatállapotot jelent, amire Freud 1904-ig még azzal is ráerősít, hogy felszólítja betegeit, hunyják be a szemüket.²⁴

A szabad asszociáció technikája néhány év alatt elvezeti Freudot az álmok jelentőségének a felismeréséhez. 1895 nyarán elvégzi első szisztematikus (saját) álom-elemzését, a nevezetes Irma-álommal.²⁵ Ekkortájt döbben rá, hogy a tudattalanhoz vezető főút, „*via regia*” az álom. Az álom olyan kivételes megfigyelési helyzetet jelent, amelyben a tudat az éber léttől radikálisan eltérő módon működik. *Álomfejtés* című művével végérvényesen eldől, hogy az álom lesz az az alap, amelyre Freud teoretikusan ráépíti elméletét.

Még egy utolsó stációt kell megemlítenünk Freud módosult tudatállapotok között vezető kanyargós útján, ez pedig a fantázia enyhén módosult tudatállapota. 1897 őszén Freud elveti nevezetes „csábítási elmélet” teóriáját, amely szerint a hisztériát valamely szexuális abúzus traumája okozná. Ezzel a lépéssel, két évvel az álom jelentőségének felismerését követően, Freud eljut a fantáziák, vagy ahogyan ő nevezi, „a pszichés valóság” fontosságának a megértéséhez. Freud szerint a fantáziában ugyanaz a vágyvezérelt, laza szövésű lelki működés tárul fel, mint az álomban. A fantáziában kiélhetjük vágyainkat, vagy elragadhatnak félelmeink, a tudatos irányítástól függetlenül szerveződő, automatikusan lefutó scénáriókat alkotva. (Freud 1908/1983. 196) Az álomtól megkülönböztető jegyként – mint látni fogjuk, Husserlhez hasonlóan – Freud is a reflexió mozzanatát említi: a fantáziában „semmit nem élünk át [...], nem hallucinálunk, hanem elképzelünk valamit; tudjuk, hogy ábrándozunk, nem látunk, hanem gondolkodunk.”²⁶

Négy évtizeddel az *Álomfejtés* megjelenését követő haláláig Freud számos lelki jelenséget vizsgál majd a viceektől kezdve a neurotikus testi és lelki tünetekig, a tévceselexvésektől a kreativitásig, azonban minden esetben az álom paradigmája alapján próbálja ezeket értelmezni. Mint ismeretes, Freud megkülönbözteti egymástól az *álomtartalmat* (*manifeszt álom*), vagyis azt az álmot, amire ébredés után emlékezni vélünk, valamint az *álomgondolatot* (*latens álom*) (Freud 1900/2016. 269-480). A primer fenomén ebben a felosztásban az álomgondolat, amely mindig valamilyen vágy reprezentációja és hallucinatorikus formában történő kielégülése. A manifeszt álom a latens álom derivátuma, szekunder jelenség, amit az *álommunka* hoz létre a latens álomból. A manifeszt álom

²⁴ A hipnózis és a szabadasszociáció azonban nem csupán a tudatállapot módosításán keresztül fejtette ki hatását. Fontos szerepük volt az is, hogy az orvos és a páciens kommunikációját *kiemeljék* a normál hétköznapi érintkezés szabályai közül; a páciens számára egyfajta „nem ér a nevem” állapot jött így létre, amely lehetővé tette, hogy a szexualitásról, az incesztus témájáról, agresszív késztetéseiről és bármilyen más, a társadalmi tabukba ütköző vágyairól, késztetéseiről, cselekedeteiről vagy éppen elszenvedett traumáiról gátlásoktól szabadon beszélhessen. Freud így az analitikus diádhelyzet kialakításával kétféle módon is újat teremtett. Egyfelől kialakított egy újfajta interperszonális helyzetet, megteremtve ezzel egy addig nem létező foglalkozást, a pszichoterápia hivatását; másfelől új *adatgyűjtési* helyzetet is létrehozott: nagytömegű szisztematikus adatgyűjtésre nyílt lehetőség a páciensek által elmondott egyes szám első személyű beszámolókból.

²⁵ Vö. Freud 1900/2016. 122-127.

²⁶ Freud: *Álomfejtés* 79.

(nyílt álom) kompromisszumos képződmény, „megalkuvás az elfojtott ösztön-rezdulet követelése és az énben működő cenzúrázó hatalom ellenállása között.”²⁷

A fentiek így összegezhethők. Míg Freudnál az *álombéli önaffekció* az alaphelyzet, a paradigmaticus kiindulási pont az elméletképzés számára, Husserlnél az éber normál szubjektivitás, a *külvilágból érkező benyomások által afficiált* tudat játssza ugyanezt a szerepet. A hatalmas husserli életműben, mint látni fogjuk, az álmok elemzése perifériális jelentőségű, Husserl elszórtan és csupán néhány oldal erejéig foglalkozik az álmodás jelenségével.²⁸ Freud és Husserl tehát *nem ugyanazokat a tudati fenoméneket vizsgálja*: Freud mindenek előtt az alvás speciális körülményei közepette végbemenő álmokat, és más módosult tudatállapotban végbemenő mentális aktusokat, Husserl pedig az éber normál perceptív tudat működéseit. Husserl számára az álom, csakúgy mint a hallucináció, *anomáliás tudatmódnak* számít.

A FANTÁZIA HUSSERLNÉL

Van azonban egy félig már a módosult tudatállapotokhoz sorolható fenomen, amely Husserlt is foglalkoztatja, ez pedig a fantázia. A fantázia Husserl számára egyfajta „*frontier*”, vad világ, amelyben nem teljesen érvényesül a normál tudatállapot mentális aktusait meghatározó tárgyyszerű és énszerű intencionalitás. Husserl (1980) alapján Ullmann (2016) megkülönbözteti egymástól a tudatosan irányított képzeletet, Husserl terminológiájával az *imaginációt*, és a spontánul szerveződő *fantáziát*. Az imagináció az éber én aktív, akaratlagosan irányított működése, egy konkrét tárgyat intencionál, akárcsak az észlelés, és meghatározható az időbelisége. A képzelőerő másik válfaja, a fantázia, tudatosan nem irányított, az imaginációval szemben sajátos képlékenység és lebegés jellemzi: *nincsen sem intencionálisan rögzített tárgya, sem konkrétan meghatározható ideje*. Hétköznapi formája – mint láthattuk – a Freud (1908/1983; 1916-17/1986) által is tárgyalt álmodozás (*Tagtraum, daydreaming*).

A fantáziát leírva Husserl egyrészt szakít a korábbi filozófiai hagyománnyal, és a fantáziát nem a reprezentáció kontextusában, hanem a tudat immanenciájában konceptualizálja. Másrészt a fantázia kilóg az általa az észlelés modelljére alapozott fenomenológia fogalmi keretéből is. Első kísérlete után, amely a fantáziát a képtudat alapján próbálta értelmezni, Husserl más irányba indult el. Eszerint a fantázia valami nem jelenlévőnek a jelenlővé tétele, vagyis az időtudatra utal, akárcsak az emlékezés. A szabadon lebegő fantázia nem belső kép, hanem olyan sajátos tudat, amelyhez egy fantáziált én és egy fantáziált világ

²⁷ Freud, S. 1993. Önéletrajz. In: uő., *Önéletrajzi írások*. Budapest, Cserépfalvi Kiadó, 40

²⁸ Torma (2020) szerint a következő helyeken ír Husserl az álmokról: Hua XXIII., Nr 1. 20.§ 41-43. Beil. IX. 150.; Nr 2. a) b) 170.183.184. Beil. XVIII. 206. XIX. 207. Nr. 19 (1922/23), Hua Mat 7. 26-27.; Briefwechsel Vol 3. 118-9.; Hua XXXIX. Nr. 52. Beil. XVII.; Hua XLII. Beil. VII., Nr.3, Nr.36.

tartozik. A fantázia esetében az én kettéhasad (*Ichspaltung*) a fantáziáló és a fantáziált énre.

„A fantázia-én [...] nem az aktuális én, bár azonosítható vele abban az értelemben, hogy fantáziálmenyei most aktuálisak lennének. [...] A fantáziaszerűen megjelenő én [...] egy nem-most, és az, amit a mostból hozzáértelmezek, annak a képe lesz, amivel az az én rendelkezik. Ez az ellentét választja el egymástól az úgynevezett aktuális és az elképzelt ént.” (Husserl 1997. 13)

A fantázia uralkodó modalitása képi és nem fogalmi. Az álomhoz hasonlóan azonban a fantázia mégsem kizárólag képi jellegű. Nagyfokú vizualitás jellemzi ugyan, állapítja meg Ullmann, de a fantáziában – mondhatnánk megint csak az álomhoz hasonlóan – „nem kimerevített képek váltakoznak egymás után, hanem egy egész világ nyílik meg sajátos atmoszférával és alkalmanként erős érzelmi hatással” (Ullmann 2016. 86). A valóságos világ „észlelt és az észlelésben újra és újra beigazolódó” fenomenon; ezen kívül interszjektíven igazolt, tehát a többiek által megerősített, validált világ; mint ilyennek „sajátos ellenállása van a szubjektummal szemben”, [...] „ellenszegül a szubjektum óhajainak, vágyainak” (Ullmann 2016. 89). Tegyük hozzá, a valódi világ ugyanígy képes kordában tartani a szubjektum félelmeit és szorongásait is, már amennyiben nem pszichotikus egyénről van szó. Funkciója felől tekintve a fantázia, ahogyan Ullmann megállapítja, Janus-arcú lelki folyamat: lehet *eszképista* természetű, a valóságtól való vágyvezérelt menekülést szolgáló mentális működésként; másfelől lehet nagyon is *adaptív*, hiszen minden gondolkodás alapját a valóságtól eltávolodni képes fantázia biztosítja.²⁹

AZ ÁLOM FENOMENOLÓGIÁJA

A husserli életműben az álmok elemzése, mint említettük, perifériális jelentőségű, Husserl csupán néhány oldalt szentel az álmoknak. Torma – kötetünkben szereplő tanulmánya – szerint ennek egyik lényeges oka az lehet, hogy „Az álom [...] minden másnál jobban fenyegeti a fenomenológia többé vagy kevésbé, de áttetsző, azaz tudatos és egységes énről alkotott képét, ennek megfelelően Husserl szinte gyanúsán keveset foglalkozik vele.” (Torma 2020. 34) A fenomenológia atyja mindenestre érezhető averzióval viszonyul az álom fenomenjéhez, az álmodás kifejezést „voltaképpen negatív értelemben használja, szembe állítva azt a fenomenológia autentikus kutatási területével, azaz a transzcendentális szub-

²⁹ „A valóság zárójelbe helyezése mint distanciáció, a lényeglátás, mint a kontrétumok közötti strukturális összefüggések megpillantása, a tipizálás, az analógiák észlelése” – ezek mind a fantázián alapulnak (Ullmann 2016. 89).

jektivitás éber életével”, állapítja meg Nicola Zippel.³⁰ Husserl az álom fenomenológiai elemzését kétséges sikerű vállalkozásnak tartja. (Hasonló álláspontra helyezkedik a mai fenomenológusok közül Jean-Luc Nancy.³¹) Miből ered Husserl averziója az álommal szemben? A tömör válasz az lehetne, hogy Husserl szerint az álom „becsapja” az álmodó ént, az álom az álmodó előtt mégis mint észlelési valóság jelenik meg. A *Fantázia, képtudat, emlékezet* címmel összeállított szövegben Husserl³² szembeállítja egymással a *prezentációt*, az észlelési megjelenítést (*Gegenwärtigung*) a fantáziában történő megjelenítéssel, a *re-prezentációval* (*Vergegenwärtigung*). „A fantáziatudat nem észlelés, hanem ’mint egy észlelés.’ Az egész tudat megjelenített és reprezentáló.” (Husserl 1997. 12) Az álom tehát (a hallucinációval és az illúzióval együtt) leginkább abban különbözik a fantáziától, hogy az álmodó előtt az észlelés módján, vagyis mint valós és jelenlévő tűnik fel. A fantázia tárgyai ezzel szemben sem nem jelenlévők, sem nem valósak a személy számára. „Képes vagyok magamat ’úgy ahogy vagyok’ beleképzelni Szerecsenországba, de *nem egészen* úgy, ahogy vagyok. Az észlelési környezetemet ugyanis nem tudom megtartani, az ütközik a fantáziakörnyezettel.” (Husserl 1997. 13.) Abban a pillanatban, amikor az éber én elveszíti ezt a gyöngere reflektív tudását a fantázia illuzórikus voltáról, és behullik az általa létrehozott képzelte világba, mint az álomban vagy a pszichotikus beteg hallucinációjában, a fenomén már egy másfajta fenomenológiai leírást követel magának.³³

Husserllel szemben a fenomenológia más klasszikusai nem csekély érdeklődést mutattak az álommal kapcsolatban. Husserl három tanítványa is, jelesül Eugen Fink (1966), Theodor Conrad (1968) és Jean Héring (1947) kísérletet tesz arra, hogy fenomenológiailag elemezze az álmot. Sartre-ot (1972) és Merleau-Pontyt (2006),³⁴ pedig meglehetősen intenzíven foglalkoztatja az álmodás fenoménje.³⁵ A különböző álomkoncepciók azonban nem konvergálnak, a szerzők csupán elvétve reflektálnak egymásra.³⁶ Az elmúlt két évtizedben ismét megfi-

³⁰ Zippel: *Dreaming Consciousness*, 181.

³¹ J.-L. Nancy: *Tombe du sommeil*, Paris, France, Galilée, 2007.

³² Husserl: *Fantázia, képtudat, emlékezet*, 4–7. In: Bacsó Béla (szerk.) 1997. *Kép – Fenomén – Valóság*, 9–46. Bp., Kijarat

³³ „Talán ez a magyarázata annak”, jegyzi meg Jennifer Windt (2015. 219), „hogy Husserl miért nem tárgyalja részletesebben az álmodat a fantáziáról szóló munkájában [...] az álom kívül van azon a jelenségkörön, ami Husserlt érdekli.”

³⁴ Merleau-Ponty elfogadja Binswanger (1930) tézisének, amely szerint az álom és az ébrenlét az emberi egzisztencia két összetartozó szférája. Merleau-Ponty az „álomszerűt”, az *oneirikus*at a képzelet alapvető aspektusának tartja, amely az alvó és az éber létezésben egyformán megjelenik. (Vö. Morley 1999) J. MORLEY, *The Sleeping Subject*. Merleau-Ponty on Dreaming, in: *Theory and Psychology*, vol. IX, n. 1, 1999, pp. 89–101. Merleau-Ponty álom-konceptióját tárgyalja Morley (1999).

³⁵ Meg kell még említeni a klasszikusok közül Patočka (1991) és Alfred Schütz (1969) nevét. J. Patočka, *Die Frage des Solipsismus und das Argument des zusammenhängenden Traums*, in: J. Patočka, *Die Bewegung der menschlichen Existenz. Phänomenologische Schriften II*, hrsg. von K. Nellen, Klett-Cotta, Stuttgart 1991, pp. 43–60. A. Schutz, *Collected Papers*, IV, Kluwer Academic Publishers, Dordrecht 1996.

³⁶ A felsorolt szerzők lényegében nem reflektálnak egymás írásaira. Az egyetlen kivétel Héring, aki Husserllel váltott leveleket az álomról (ezt a levelezést Ferencz-Flatz (2011) dolgozza fel). Héring továbbá utalt Sartre-ra és Finkre is az álommal kapcsolatban. Husserl ugyanakkor nem volt hajlan-

gyelhető bizonyos érdeklődés az álmok iránt a fenomenológiában. Továbbra sem beszélhetünk azonban az álom szisztematikus fenomenológiai vizsgálatáról, az álomról alkotott koherens megközelítésekről. A különböző szerzők eltérő módokon ragadják meg az álmodás sajátosságait, nem látszik konszenzus kirajzolódni az álmodás alapjellemzőivel kapcsolatban.

Ez semmiképp nem tekinthető véletlennek. Az álom fenomenológiai vizsgálata jelentős akadályokba ütközik. Ezek közül az első és legfontosabb az, hogy az álmodó szubjektum nem rendelkezik az éber szubjektum reflexív tudatosságával. Az álomfenomén ezért közvetlenül nem, csupán kerülő úton, az emlékezés prizmjának fénytörésén keresztül válik hozzáférhetővé a fenomenológiai elemzés számára. Az álmok felidézésének képessége meglehetősen bizonytalan, noha fejleszthető, és az egyéni képességek nagy szórást mutatnak ezen a téren. Másodsor, a felidézés során az éber tudatnak az álom nemlineáris, nemnyelvi, nemdiszkurzív struktúráját kell ébredés után szavakba öntenie. Ezért rendkívül nehéz szétválasztani, hogy az elmesélt álom milyen mértékben az eredeti élmény narrációja és milyen mértékben konfabuláció, a Freud által említett másodlagos megmunkálás eredménye. Harmadsor, figyelembe kell venni azt, hogy az álom (álmodás) heterogén lelki jelenségek gyűjtőneve. A laboratóriumokban gyűjtött fenomenológiai beszámolók (lásd később) és neuroideglettani adatok egyaránt azt mutatják, hogy az álmot létrehozó mentális működések alatt az én, illetve az agykéreg aktivitása rendkívül ingadozó. Ennek következtében álmaink a ködös, elmosódott álomtöredékektől kezdve a jól kidolgozott, világos narratív struktúrával jellemezhető álmokig nagy változatosságot mutatnak. Ha viszonylag ritkák is, de vannak jól strukturált, az éber képzelethez, olykor a fogalmi gondolkodáshoz, néha pedig akár a műalkotásokhoz hasonló tökéleteséggel megformált álmok.

Külön meg kell említeni az álmok heterogenitása kapcsán, hogy az ókor óta ismert a *tudatos álmodás* (vagy *lucid álmodás*) különös jelensége is, amikor a *hipnonauta* (az álmodó személy) egyrészt tudatában van annak, hogy álmodik, másrészt bizonyos mértékig képes terelni az álom menetét. Mint Torma rámutat, a tudatos álmok fenomenológiai jelentősége nem csekély. Ha elfogadjuk létezésüket, „egyre kevésbé tűnik magától értetődőnek a korábbi feltételezés, mely szerint az álomnak önreflexióra képtelen passzív elszenvedői vagyunk.” (Torma 2020. 34) Husserl és a fenomenológia olyan klasszikusai, mint Fink vagy Sartre egyszerűen elutasították a tudatos álmok létezését, annak ellenére, hogy Platóntól és Arisztotelésztől kezdve Ágostonon keresztül Freudig számos jelentős gondolkodó tudósított létezésükről. Torma szerint az elutasítás oka az lehet, hogy Husserl és követői feltételezték, „az ilyen álmokból kiindulva radikálisan meg kellene osztanunk az egységes fenomenológiai szubjektumot, illetve az álmot egyfajta a percepciónak kellene tekintenünk.” (Torma 2020. 34) Stephen

dó kommentálni Fink tőle eltérő álláspontját az álomról, amit Fink disszertációjában fejt ki, noha Husserl volt Fink témavezetője.

LaBerge (1985) azonban a 80-as évek elején empirikus módon is alátámasztotta, hogy a tudatos álmodás nem mítosz, hanem reálisan létező mentális fenomén. Úgy gondoljuk, a fenomenológia innentől kezdve nem teheti meg, hogy ne számoljon létezésével. Még akkor sem, ha a tudatos álom léte a tudat immanenciáján kívülről, nevezetesen laboratóriumi úton nyert bizonyítást.

Mint a tudatos álmodás jelensége jól mutatja, *az álmok heterogenitása* lehet az egyik oka annak, hogy az álmok koncepciók ennyire különböznek egymástól mind a klasszikus, mind pedig a mai fenomenológiában.

„KLASSZIKUS ÁLOM” ÉS MÁΣ MENTÁLIS JELENSÉGEK
AZ ALVÁS KÜLÖNBÖZŐ SZAKASZAIBAN
A LABORATÓRIUMI VIZSGÁLATOK ALAPJÁN

Az álmok heterogenitását segít megérteni, ha felhasználjuk a laboratóriumi álmok kutatások eredményeit. Az ötvenes évek óta folyó alvástúdiumok nem csupán pszichofiziológiai, neuroideglettani adatokat gyűjtöttek, hanem nagy mennyiségű *fenomenológiai* beszámolót is felhalmoztak az elalvás, a NREM alvás és a REM alvás eltérő karakteréről. Az empirikus álmok kutatások módszere a fenomenológus számára drasztikusnak tűnhet, mindazonáltal hatékony. Az álmodót az alvás különböző szakaszaiban *felébresztik és beszámoltatják* arról, hogy éppen milyen mentális folyamatok zajlanak elméjében. Ezzel párhuzamosan regisztrálják a személy neurológiai és egyéb élettani aktivitását, majd ezeket az adatokat igyekeznek magyarázat szinten összekapcsolni a fenomenológiai beszámolókkal. Ha elegendő ilyen beszámoló gyűlik össze, akkor meglehetősen biztonsággal el lehet különíteni a fentebb említett három álomszakaszt. Miként a tudatos álmok esetében, a fenomenológiának természetesen itt is számolnia kell az empirikus adatokkal. A következőkben Halász és Bódizs (2001) összefoglaló cikke alapján tömören ismertetjük az álmok kutatások eredményeit.

Az alvás szinte minden magasabb rendű állat életfolyamatait jellemző állapot, amikor az adott egyed környezettel való kapcsolata és motoros aktivitása nagymértékben csökken. Az állat ilyenkor fajspecifikus, általában fekvő alvászpozíciót vesz fel (azonban a denevér például fejjel lefelé lóg, a ló áll stb.) Az alvás reverzibilis állapotváltozás, vagyis különböző állatokfajoknál eltérő időtartamok után ismét az éber állapotnak adja át a helyét. Az alvás szerepe meglepő módon nem tisztázott, noha az alvásnak alapvető funkciókkal kell rendelkeznie. Az evolúció nem hozott volna létre különben ilyen jelentőségű állapotváltoztatást az állatvilág szinte egészében. Az alvás az evolúció egyik legrejtélyesebb alkotása.

Az ember életének egyharmada alvásból áll. Az alvás két fő formája az úgynevezett REM és a NREM alvási szakasz. Ezeket nem csupán különböző neurofiziológiai folyamatok, *hanem eltérő fenomenológiai mintázatok is jellemzik*. A REM alvást erőteljes, *az éber állapotnál is magasabb szintű* idegrendszeri

aktivitás jellemzi. Azonban nem csupán a REM alvást, hanem a NREM alvást, valamint az elalvást is hipnagóg hallucinációk, gondolatszerű élmények és élénk álmódás jellemzik. A fenomenális jellemzők a három különböző álomperiódusban (elalvás, REM-alvás, NREM-alvás) eltérő gyakorisággal és mintázattal jelennek meg. (Halász és Bódizs 2001. 170)

(a) A NREM és a RE- alvás jellegzetességei és élettani hátterük

Az ember esetében az alvás és ébrenlét mintázata a csecsemőkortól az idős korig változik. A felnőttek alvás-ébrenlét mintázata a serdülő korban alakul ki. 7-8 óra alvás jellemzi egy tömbben, éjszaka, esetleg rövid délutáni alvás járulhat ehhez.

„Az alvásfolyamat két alvástípus, a NREM és a REM alvás ciklikus váltakozásából épül fel. A NREM alvást 90-120 percnként REM periódusok szakítják meg, melyek tartama reggelig nő, és a REM-re jellegzetes állapotjellemzők is egyre kifejezettebbek. Ezzel párhuzamosan a NREM alvás 'intenzitása' estétől reggelig egyre csökken. A REM alvás normál esetben a felnőttek összes éjszakai alvásának mintegy 20-25%-a.” (Halász és Bódizs 2001. 171)

A NREM alvás az agyi aktiváció és a szomatikus működések jelentős csökkenésével jár az éber léthez, és különösen a REM alváshoz képest. „Az agyban olyan gátló folyamatok lépnek fel, amelyek megakadályozzák, hogy a thalamikus relé sejtek folyamatosan közvetíthessék a külvilág felől a frontális kéregbe áramló, és az éberséget fenntartó ingerözünt.” Csökken a frontális agykéreg metabolizmusa is. A REM ettől teljesen eltérő vonásokat mutat. Az agy ilyenkor „*az éber állapotnál is nagyobb mértékben aktivált*, ugyanakkor a szenzoros beáramlás és a motoros rendszer itt is gátlás alatt áll.” (kiemelés – a szerzők.) Gyakran utalnak a REM szakaszra „paradox alvásként”. Noha az idegrendszer rendkívül aktív, a vázizomzat ilyenkor

„tónusvesztett. A szív és a légzés ritmusa gyors, és különösen a szemmozgásos időszakban aritmiás szakaszokat tartalmaz. Férfiaknál pénisz, nőknél klitorális erekció van, függetlenül az álom szexuális jellegétől. A REM-ből ébresztett személyek mintegy 85%-a álmokról számol be.” (Halász és Bódizs 2001. 173)

(b) Az elalvás hipnagóg másodpercei

A laboratóriumi megfigyelések szerint az elalvást kísérő néhány másodperces időszakot élénk, vizuális, hallucinátoros élmények jellemzik. Ezek az élmények nem rögzülnek emléknymódként, ha csak nem kapcsolódnak hozzájuk a megfe-

lelő pillanatban történő, előre megbeszélte ébresztések. A beszámolókat szerint az elalvás hipnagóg hallucinációi jelentősen különböznek mind a REM-, mind pedig NREM-fázisok tudati jelenségeitől.

„[...] ritkán ábrázolnak az álomra jellemző szcénikusan szervezett tartalmakat és még ritkábban történeteket. A narratív elemek hiánya a hypnagóg hallucinációk és a tulajdonképpen, REM alvásban keletkező álmok közötti egyik legszembetűnőbb különbség. A hypnagóg hallucinációk általában színek és formák bonyolult és gyorsan körvonalazódó keveredéséből állnak, amelyeket nehéz valós tárgyakként vagy személyeknek megfeleltetni. Tartalmuk igen változatos, [...] néha valós személyek és tárgyak és képi benyomások is fölbukkanhatnak bennük. Furcsamód szinte sohasem ábrázolják az alvó személyt mint aktív résztvevőt. Ebben is jelentősen különböznek a REM alvásra jellemző álmoktól. A harmadik alapvető különbség a hypnagóg hallucinációk és az álom között, hogy az előbbiek nagymértékben nélkülözik az érzelmi átélést, szemben a spontán ébredéskor vagy REM alvásból való ébresztéskor felidézett álmoktól, amelyeket éppen érzelmi színezetük tesz emlékezetessé. Ezek a jelenségek a látókéreg mindaddig ismeretlen eredetű aktivációjának jelei.” (Halász és Bódizs 2001. 174)

(c) Mentális folyamatok a NREM-alvásban

A mentális tevékenység a NREM-alvás alatt veszít az élénkségéből. Az elalvás és a REM-alvás periódusaival szemben ebben az alvási szakaszban sokkal inkább fogalmi jellegű tartalmak töltik ki az alvó személy tudatát. „A beszámolókat 20%-a teljes mértékben nélkülözi a vizuális elemeket. Gyakran valamely konkrét dologra való emlékezést vagy annak gondolati felidézését tapasztalja meg az alvó. Ezeket nem mindig éli meg álomként.” (Halász és Bódizs 2001. 175) A REM-alvás felfedezését követően az a téves felfogás alakult ki, amely szerint NREM-alvásban hiányoznak a mentális tartalmak és a szubjektív átélések az alvó élményvilágából. Igaz azonban, hogy a NREM-fázis mentális folyamatai eltérnek attól, ahogyan a hétköznapi ember az álmodat elképzeli, vagy ahogyan az álmok megjelennek a fenomenológiai vizsgálatokban.

„Amennyiben képi elemek dúsítják a NREM alvást kísérő mentális életet, úgy azok általában kevésbé élesek és körvonalazottak, mint a hypnagóg hallucinációkban és a REM-álmokban. Ugyanakkor a NREM alvást kísérő mentális aktivitás is nagyobb mértékben mozgósít epizodikus vagy önéletrajzi jellegű szabadasszociációkat. A hypnagóg hallucinációktól eltérően azonban ezeknek az élményeknek a tartalma is nagymértékben építkezik az alvó legutóbbi napjainak konkrét emlékeiből.” (Halász és Bódizs 2001. 174)

(d) A REM-alvás fenomenológiája

A REM-alvási periódus a klasszikus értelemben vet álom időszaka. Az álmodás és a REM alvás kapcsolatának felismerése a laboratóriumi alváskutatások legjelentősebb felfedezése volt. A spontán felidézett álmaink döntő többsége az alvás REM-fázisaiban keletkezik. A REM-álomra vonatkozó adatok különösen figyelemre méltók a fenomenológus számára:

„A REM alvásban keletkező álomélmények hosszúak, szcenikusak, narratívák, érzelmi átélésekben gazdagok és általában kiemelkedően bizarrak. Uralkodó érzékszervi modalitásuk a vizuális. Kisebb mértékben hallási és kinetikus-vesztribuláris reprezentációkat is tartalmaznak. [...] Sohasem tartalmaznak fájdalomérzékelést. Változatos érzelmi színezetükben a negatív emóciók dominálnak. Leggyakoribbak a szorongás, a félelem és a meglepődés. Tartalmuk gazdag, változatos és hiperasszociatív jellegű, vagyis az egymással igen kevésbé kapcsolatos emlékek, képek, benyomások szokatlan, bizarr, sűrített kombinációját képezik.” (Halász és Bódizs 2001. 175)

Kísérleti úton azt is kimutatták, hogy közvetlenül a REM alvásból való ébresztés után még fennáll egyfajta hiperasszociativitás a memóriafolyamatokban.³⁷

Foglaljuk össze a fentieket! Az álom fogalmának leginkább a REM-fázisban átélt hallucinatorikus fantáziák felelnek meg. Mentális működések azonban nem csupán a REM-fázis alatt, hanem a NREM-időszakban is átélünk, valamint a harmadik álomfázisban is, a csupán néhány másodpercig tartó elalvás alatt. Az elalvás után elkezdődik az első NREM-szakasz, amely az első REM-szakasz követi, és ez a ciklikusság 4-5 alkalommal ismétlődik meg egy nyolc órás éjszakai alvás alatt. Ahogyan az ébredés felé haladunk, nő a REM-időszakok aránya. A három alvás-szakasz jellemzői a következők:

Az elalvás hipnagóg képzetei: a narratív elemek hiánya, színek és formák bonyolult keverékei, az alvó személy nem jelenik meg a hipnagóg képzetekben, érzelmek nem színezik őket.

A NREM-fázis jellemzői a vizuális képzetek mellett megjelenő fogalmi jellegű tartalmak, konkrét emlékek vagy aktuális feladatok reprezentációja, a személy nem mindig éli meg álomnak ezt az mentális tapasztalatot.

A REM-álomfázis jellemzői: megegyezik azzal, amit hagyományosan álomnak hívunk. Az uralkodó modalitása a vizuális. Hiperasszociatív, bizar jellegű, érzelmekkel átítatott fantáziák jelennek meg benne narratív szerkezettel, a történetek főszereplője az álmodó személy. Az emóciók inkább negatívak, a szorongás, a félelem és a meglepődés a leggyakoribb érzelmek. Az érzések nem tartal-

³⁷ Sitckgold R, Scott L, Rittenhouse C, Hobos JA: Sleep-induced changes in associative memory. *J Cogn Neurosci* 1991 11. 1182-193.

maznak ugyanakkor fájdalomérzékelést. Egy-egy álom 20-30 percig tart az adott REM-fázisban, vagyis 8 óra alatt 4-5 álmunk van átlagos egy éjszaka folyamán.

E rövid kitérő után a laboratórium álmokutatások világában térjünk vissza a tudat immanenciájába!

ÉNHASADÁS AZ ÁLOMBAN: ÁLMODÓ ÉN ÉS ÁLMODOTT ÉN (ÁLOM-ÉN)

Miközben fantáziálunk, az éber én enyhén módosult tudatállapotba kerül. Mint említettük, Husserl (1997) a fantáziálás esetében énhasadásról beszél. Amikor fantáziálunk, akkor a külvilági érzeteket ideiglenesen elnyomva az én által elképzelt világ afficiálja az ént (vagyis az én önmagát afficiálja). A normál én mellett megjelenik egy másik, a fantáziában szereplő és abban feloldódó én.

Az éber fantáziát azonban örökösen az észlelés betörései fenyegetik, miközben az alvás állapota meglehetősen jól elválasztja az álmodót a külvilágtól. Ilyenkor megszűnik a valóságosan létező külvilági tárgyak afficiáló hatása, és az önaffekciók hatása majdnem kizárólagos módon érvényesülhet. Az álom-ént elsősorban fantáziák és emléktöredékek afficiálják, másodsorban gyengébb szomatikus ingerek. Az álmodó beépítheti a külvilági és szomatikus ingereket is az álomba, feltéve, hogy azok nem túlságosan erősek. Tolakodóbb affekcióknál, erősebb külvilági vagy szomatikus ingerek esetében azonban az álmodó személy felébred.

A rémálmok kivételesnek tekinthetők abból a szempontból, hogy ez az egyetlen olyan álomtípus, ahol a fantazmatikus önaffekciók érzelmi intenzitása elég-séges ahhoz, hogy az álmodót felébressze. Kőváry Zoltán jelen folyóiratszámában szereplő tanulmánya (Kőváry 2020) a rémálmot azzal magyarázza, hogy az álmodó tudat elárasztódik valamilyen traumatikus emlék érzelmi intenzitásával. Kőváry elmélete szerint a traumatikus emlék feldolgozása mind a művészi alkotó folyamatban, mind pedig az álomban lehetséges ugyan, ám ennek feltétele egy optimális „*érzelmi távolság*” megtalálása az adott tárggyal kapcsolatban. Kőváry a fogalmat T. J. Scheff-től (1979) veszi át, aki szerint, mondja Kőváry (2020. 21)

„A 'túlzott távolítás' (total overdistancing) az érzelmi rezonancia teljes hiányát jelenti, míg a 'teljes távolításhiány' (total underdistancing) esetén legtöbbször valami múltbeli, elfojtott érzés hatása alá kerülünk, ami a jelen szituáció elemeinek elhomályosodását eredményezi. Az 'optimális esztétikai távolság' valamiféle egyensúlyi helyzetet jelent, ami lehetővé teszi az átélést és a megsemmisüléshez nem vezető katarzisz létrejöttét.”

Kóváry (2020. 23) elfogadja Freud cenzúraelméletét az álomról (noha enélkül is érvényes gondolatmenete):

„Az álomcenzúra nyomán aktivizálódó, regresszív elsődleges folyamatok (sűrítés, eltolás, képi megjelenítés, szimbólumhasználat) a maszkolással segítik az optimális esztétikai távolság kialakítását, ami nyomán elkerülhető az /.../ elárasztódás, vagyis az újratraumatizálódás állapota. Az álomtartalom transzformálása az elsődleges folyamatok közbenjárásával tehát lehetővé teszi az élményfolytonosság fenntartását úgy, hogy közben az élmény az álmot átélő éntől a felismerhetetlenség, vagy részleges felismerhetetlenség miatt megfelelő, kezelhető távolságban marad.”

A végkövetkeztetés így hangzik: „Ha a transzformáció nem elégséges mértékű, akkor az optimális esztétikai távolság vagy nem jön létre, vagy az álom képződésének folyamata során összeomlik, aminek az eredménye: rémálom (elárasztódás, újratraumatizálódás).” (Kóváry 2020. 23)

A Husserl által a fantázia esetében leírt énhasadás analógiájára megkísérelhetjük az álomfenomént is értelmezni. Az éber fantáziálás esetében az öntudat hordozója az éber én. Csakis az éber én van annak tudatában, hogy a fantázia az ő alkotása. A fantáziált én (fantázia-én) belevész a képzeletbe, számára a fantázia világa maga a valóság. A fantázia-én: hallucinál. Az álom úgy is felfogható, mint a fantázia kiteljesedett, abszolút formája. A fantázia (vagyis a szabadon lebegő képzelet) pedig ennek alapján átmeneti fenoménnek tekinthető a husserli imagináció (azaz az irányított képzelet) és az álom között. A fantázia az álomra hasonlít annyiban, hogy hiányzik belőle az imagináció célorientáltsága; másrészt a fantáziát megkülönbözteti az álomtól, hogy nem merülünk el benne teljesen, mint az álomban. Talán az álomban is megfigyelhető a Husserl által a fantázia esetében leírt énhasadás jelensége, az álmodó én és az álmodott én (álom-én) kettéválása. Mint láttuk, az éber fantázia esetében a fantáziáló én kisebb vagy nagyobb mértékben, de mindig tudatában van annak, hogy fantázia-tevékenységet végez. Az álmodó éennek, aki az álmot létrehozza, ilyen fajta tudatossága nincsen. Ami pedig az álom-ént (vagyis az álmodott ént) illeti, ő az álomban ugyanúgy nincsen tisztában azzal, hogy egy képzelt világban tartózkodik, mint éber állapotban a fantáziált én. Az álom-én, ahogyan Freud és Husserl egyaránt leszögezi, *hallucinál*, azaz perceptuális megjelenítésnek véli saját fantáziáját. Amikor álmodom, a lucid álmokat leszámítva nincsen reflexív tudatom arra vonatkozóan, hogy éppen álmodom.

AZ ELALVÁS GENETIKUS FENOMENOLÓGIAI LEÍRÁSA

Az elalvás a statikus fenomenológia elmélete szerint voltaképpen nem fordulhatna elő. A fenomenológia alapító felismerése szerint ugyanis az intencionális viszony tudat és tárgy között nem a tudat egyik lehetséges állapota, hanem a tudat konstitutív jellemzője. Husserl szerint a tudat nem egy edény, amit hol betölt valamilyen tudattartalom, hol pedig nem. Innen tekintve az elalvás megmagyarázhatatlan jelenség.

És mégis mindenki el tud aludni! Nem tudjuk ugyan *akarni* az elalvást, de valahogyan bele tudjuk engedni magunkat az alvásba. Ehhez el kell engedni azt a nappali beállítódást, amikor éberek vagyunk mind a külvilágból származó érzéki benyomásokra, mind pedig saját önaffekcióinkra. Hagyni kell, hogy az elménk spontánul gravitáljon a széthullás felé, amely ebben az esetben nem az örület bomlása, hanem az alvás valamint az álom jótékony, tápláló állapota. Az embernek, épp úgy, mint más élőlénynek, szüksége van arra, hogy az éber létet napi ritmicitással az alvás fázisai váltsák fel, noha, mint említettük, egyáltalán nem világos, hogy mi ennek a lelki és testi funkciója. Az elalvásnak többféle akadálya lehet: egy testi fájdalomérzet, erős külvilági ingerek, valamint a legkülönfélébb önaffekciók, pl. egy vágy ereje, egy veszteség fájdalma, egy intenzív öröm- vagy félelemérzet, esetleg aggodás, szorongás megjelenése. Az elalvás paradoxonja: hogyan tudom akarni azt, hogy ne akarjak semmit?

A statikus fenomenológiával szemben a genetikus fenomenológia nagyon is képes leírni az elalvás folyamatát. A genetikus fenomenológia a világ megtapasztalását olyan történésként igyekszik megragadni, amely „eredendőbb az én és a tárgy egymással való szembeállításánál” (Tengelyi 2013. 82) A genetikus fenomenológia által vizsgált tudati élet elevevése megelőzi a tárgyelfogás magasabb szintjét, azaz a tudati működések énszerű és tárgyszerű teljesítményeit. A statikus-leíró fenomenológia számára már kész, kifejlett appercepciók vannak. Ez a része a fenomenológiának az „énszerűen konstituált alakzatok, struktúrák, típusok, sémák egymáshoz való viszonyát vizsgálja, illetve konstitutív fenomenológiaként azt, hogy ezek hogyan adódnak számunkra.” (Torma 2013. 256) A genetikus fenomenológia ugyanakkor, mint a konstitúció genezisének fenomenológiája, ennél primerebb szintet vizsgál, az ébresztések, ősbnyomások, ősasszociációk, affekciók és affektív tendenciák, a passzív szintézisek szféráját.³⁸ A genetikus fenomenológia a tárggyá válás történetét „a tárgy eredeti időtudatban való geneziséig” próbálja visszakövetni. (Torma 2013. 256)

³⁸ Az ítéletek retencionális lecsengése kapcsán ezt írja Husserl: „Egyre inkább visszacsülyed a háttérbe, [...] kidomborodásának mértéke fokozatosan egyre csekélyebb, amíg az aktuális tudat területéről egészen el nem tűnik, 'elfelejtődik'. Bekelebezi a passzív háttér, a 'tudattalan', amely azonban nem egy holt semmi, hanem a tudat egy határmódusza, ahonnan egy másfajta passzivitásként újra afficiálhat, felöltő [...] gondolat formájában.” (Husserl, 1939. *Erfahrung und Urteil. Untersuchungen zur Genealogie der Logik* 336. (Id. Torma 2013. 260-261)

Torma (2013. 256-257) a következő módon írja le az elalvás jelenségét. Az éber tudat élő-áramló, észlelési jelene az időtudat fogalmaival ragadható meg. Ha egy adott benyomás sorsát követjük éber állapotban, a retencionális lecsengésben a benyomás tartalma egyre ködösebbé válik, még végül teljesen elcsendesedik, elmerül.³⁹ Amikor éber állapotból az alvás állapotába kerülünk át, „a retencióban elmerülő benyomások helyét egyre kevésbé veszik át újak”, az ősbenyomások áramának sokfélesége elszegényedik. (Torma 2013. 257) A növekvő álomossággal „egyre csökkennek arra irányuló erőfeszítéseink, hogy részesei legyünk a körülöttünk zajló eseményeknek”. (Torma 2013. 257) Mindenekelőtt a praktikus érdeklődéseinkhez kapcsolódó aktivitásainkat szüntetjük be. A visszahúzódnak ennek mind erősebb ingerekre van szüksége ahhoz, hogy újra aktivizálódjon. „Éber állapotban szorongató vagy felvillanyozó, tevékenységre motiváló gondolatunkat hagyjuk vándorolni, elmerülni.” (Torma 2013. 257)

Az elalvás néhány pillanatának hipnagóg képzetei, mint egy függöny választják el az éber és az alvó tudatállapotot. A hipnagóg képzetek felbukkanása világosan jelzi, hogy egyfelől megszakadt a kapcsolatunk a külvilággal, másfelől lelki folyamataink elveszítették tudatosan és akaratlagosan irányított jellegüket, miközben képi modalitást öltöttek magukra. Ha valamiért nem sikerül elaludnunk, ez azért van, mert valamilyen külső vagy belső tárgy olyan erővel tolaszik a tudatunk felé, hogy sikerül visszarántania az ént az éber állapotba az alvás felé tartó süllyedéséből.

Az elalvással az éber tudat először a NREM-fázisba zsilipel át, majd másfél-két óra eltelte után elkezdődik az első REM-szakasz, vagyis a NREM-működések helyébe az álom lép. Az álom nem más, mint a fantáziaműködések kibontakozása az alvás speciális körülményei közepette, amikor a külvilági tárgyak afficiáló ereje a nullához közeli szintre süllyed, és a tudati folyamatokat az önaffekciók határozzák meg. A külvilág és az alvó tudat közötti kapcsolat a nulla szintet azonban nem érheti el, mert ellenkező esetben a legerősebb külvilági ingerek sem tudnának felébreszteni bennünket. Az álomkutatások eredményei szerint, mint említettük, a REM és a NREM szakaszok átlagosan 4-5 alkalommal váltják egymást egy éjszaka folyamán.

AZ IDŐTUDAT AZ ÁLOMBAN

Az álom nem olvad bele az éber tudati folyamatok áramlásába, amelyek végső horizontja az élettörténet egysége. Felébredés után az álom sokkal inkább mint az éber életbe kívülről beszivárgó tartalom mutatja meg magát, vagyis énidegen

³⁹ Nem válik semmivé, csupán aktuális afficiáló erejét veszíti el. Ugyanakkor felidézhető a visszaemlékezés reprezentációjának módján. Ekkor újra felbukkan a mindenkori eleven jelenben; ezen kívül a múltbéli, leülepedett tapasztalatok adják alapját a protencionális várakozásnak is, amely az elkövetkezőt üresen konstituálja. (Lásd Torma 2013)

tartalomként bukkan fel az éber én előtt. Honnan származik az álom idegenszerűsége? Az éber tudat számára, állapítja meg Husserlt követve Torma, potenciálisan minden egyetlen egységet alkot, „az akarat-módusok egy én-pólusú szövődékét” (Torma 2013. 263), a személyes élet és személyes én egységét. Amikor valami tudatossá válik, az én arra a valamire éberre válik. Egy adott emlék vagy érzéklet felébred, az én egy érdeklődésintenciója felébreszti. (Az „ébredés” terminust itt természetesen nem a hétköznapi, hanem a genetikus fenomenológiai értelmében használjuk.) Ilyenkor soha nem csak egy elszigetelt intenció ébred fel, hanem egy érdeklődésegész. Torma Husserlre hivatkozik: az álom „és az éberlét közötti elsődleges különbség az éber élet összefüggésegészét, a személyes én és életének egységét biztosítani hivatott, elemi szinten működő szintézisre vezethető vissza.” (Torma 2013. 256) Bár az alvás periódusa minden éjjel megszakítja a normál tudati működések és az éber élet összefüggésegészét, az ébredéssel újra és újra összeáll az egész. Husserl szavaival: „Aktuális visszaemlékezések és visszaemlékezések iteratív szintézise révén nyerem [...] múltamat és napomat, mint az éber periódus egységét.” (Hua XXXIX, 587. Id. Torma 2013. 256) Ezek az iterációk azonban nem terjednek ki az álmokra.

Az álmok tehát nem illeszkednek be az éber én élettörténeti egységébe. Ez egy szerre előny és hátrány a szubjektum számára. A hátrány nyilvánvaló: az álmainkról szóló emlékek nem visszakereshetők és nem hozzáférhetők azon a hatékony módon, ahogyan az éber lét újra és újra felidézett és ezáltal újra és újra egybeszervezett emlékei. Mi azonban az éber én emlékezeti hatékonyságnak a magyarázata? A tapasztalatot mindig valamilyen jelentéskontextus konstituálja. Azzal, hogy egy tárgyat valamilyen jelentéskontextusban fogunk fel, egyúttal száz és száz, ezer meg ezer későbbi potenciális *felidézési kulcsot* is hozzákapcsolunk. A Husserl által leírt szintetizáló iterációs folyamatok azt jelentik, hogy az adott tárgyról vagy eseményről szóló emlékünket újra és újra beleszójuk abba a szüntelenül szerveződő dinamikus hálózatba, amit az emberi emlékezet organikus, lélegző szövete jelent. Az emlékezet dinamizmusát az biztosítja, hogy minden egyes felidézés újabb és újabb kontextusokat és jelentéshorizontokat, az *aktuális* élethelyzetnek megfelelő relevanciákat, ezzel *további* felidézési kulcsokat kapcsol az adott emlékekhez. Ha pedig valamilyen oknál fogva, például azért, mert túlságosan fájdalmas, szégyenteljes vagy mások által büntetett egy adott esemény emlékének felidézése, akkor ez az emlék lefűződik, betokosodik, és elmerül az emlékek végtelen tengerében. „Elfelejtjük”, mondjuk megtévesztő módon *pozitív modalitással*, sőt, „elfojtjuk”, ahogyan Freud állítja. Nietzsche rávilágít, hogy úgy teszünk, mintha a felejtéssel egy aktív tevékenységet gyakorolnánk. A valóságban azonban csupán annyi történik, hogy *nem idézzük fel* az adott emléket, és már ez önmagában is tökéletesen elegendő ahhoz, hogy elvágjuk az emlékezés szerves rendszerétől.⁴⁰

⁴⁰ „Még nincs bebizonyítva, hogy van felejtés: egyedül azt tudjuk, hogy nem áll hatalmunkban a felidézés. Hatalmunk e hézagát átmenetileg a »felejtés« szóval töltjük be: mintha egy plusz képességgel rendelkeznénk.” (Nietzsche: Morgenröte 1923. 126)

Valamit „elfelejteni” ezért nem jelent mást, mint egyszerűen csak nem felidézni, és ezáltal engedni elmerülni emlékeink tengerében. Hasonló ez ahhoz, ahogyan egy használati tárgyat sem kell külön „elveszíteni” ahhoz, hogy ne találjuk meg, elég, ha néhány hétig nem vesszük a kezünkbe, mivel nincsen rá szükségünk.

Mindez átvezet bennünket az időtudat kérdéséhez az álomban. Beszélhetünk-e egyáltalán az időtudat hosszanti intencionalitásáról az álomban? Az éber én folyamatosan áramló-élő észlelési jelenének túlcsoportulva gazdag ösbenyomását, kimeríthetetlen érzéki sűrűségét az álomban az álomképek szegényes papírmásé formái helyettesítik.⁴¹ A retenció modalitása hasonlóan árnyszerű.

⁴¹ Az álomba nem csupán az éber állapotból, hanem az álomtalan mély alvásból is megérkezhetünk. A tudatom ilyenkor úgy válik ketté, hogy az álmodó én öntudatlanságban alszik tovább, a testem mozdulatlanul fekszik az ágyban. Az álom-énem az álom képzelt világában „felbred”. Akaratlagosan azonban nem képes hozzáférni az emlékekhez, a leüledett értelmekhez, habitualizációkhoz, vélekedésekhez, egyszóval mind ahhoz, amihez éber állapotban az éber tudat hozzá tud férni. Az éber én aktív intencionális odafordulásával szemben az álom-én nem lép fel az egologikus aktív szintre, hanem passzívan hanyódik erre vagy arra aszerint, ahogyan éppen melyik leüledett fenomené, emlék ébresztő hatása éri el. Nem lép fel a tárgykonstitúciók magasabb szintjére, azaz nem kezd el intencionálisan fordulni az afficiáló tárgyak felé.

Lássunk erre egy példát! Egy álomtöredék következik, amit egy kliens mesélt el terápiában: „Álomban egy furcsa állaton lovaglok, egy ló méretű ürge ez az állat. Átkarolom az állat nyakát, mintha ló lenne, nyereg és kantár nélkül kuporgok rajta. Halványsárga színű, világos foltokkal. Szeretem az ürgelovakat, de enyhén visszataszítóknak is érzi. Boldog vagyok, biztonságban érzem magam az állaton.”

Próbáljuk meg a genetikus fenomenológia fogalmai eszköztárával elemezni ezt az álmot! A tárgy, amely az affekciót az álom-én felé sugározza, az előző napi lovagló óra emléknyma lehet. Az emléknymom nagy valószínűséggel valamilyen proprioceptív benyomás-együttes szomatikus tapasztalatának, valamint az ezzel egyidejűleg fellépő külső percepcióknak az emléke, amikor a lovagló megpróbál olyan viszonyt kialakítani egy valódi lóval, hogy ne essen le róla, és biztonságosan irányítani tudja. Ez az emléknymom kezdi el afficiálni az álom-ént, majd felbreszti az álom-én ráirányuló intencióját, vagyis az álom-én az emlék felé fordul. Az álom-én teljesen passzív, az emléktárgy afficiáló hatása ösbenyomásként éri az álom-én tudatát. Ösbenyomásról azonban itt csak rendkívül korlátozott mértékben beszélhetünk, mert a retenciók és protenciók csak csökevényes módon kapcsolódnak az „ösbenyomáshoz.” Az álom-én egyszercsak hipp-hopp, és az ürgelovakon találja magát. Az álom-én az álomban mint az affekciók és reakciók pólusa fog viselkedni, noha az affekciók teljességgel énnélküliek. Az álom-énnek elvileg hozzáférése van az értelemüledékek raktárához, ott azonban, akárcsak egy hanyag kellékes a filmgyárban nem sokat válogat, hanem megragadja az első keze ügyébe kerülő emlékeket, így kapjuk meg a valódi ló helyett az ürgelovak kimeráját. Az ébresztéseményt nem tudatosan és szabad akaratomból idéztem elő, egyszerűen csak megtörtént velem. Intencionalitások hálózatáról van szó, azonban semmiképpen sem tárgy-szerű intencionalitásokról. A hületikus adatok indították el az álomtörténetet. Az álom a szubjektivitás lehetőségének lényegi feltételeit tárja elénk. Később az ösbenyomás (az előző napok hületikus emléktöredékei) protenciók betöltésévé változik utólagosan, ha már ott vagyok az állat hátán, akkor annak megfelelően viselkedem, stabil helyzetet keresek, és valódi érzéseket élek át. Nem lépek azonban a tárgykonstitúció magasabb szintjére, az ürgelovak kimeráját nem valódi tárgyként intencionálok, el sem döntöm, hogy milyen tárggyal állok szemben. Az álom-én azonban lóként viszonyul hozzá, uralni akarja, mint a lovat, és ehhez olyan mozdulatokat végez, mintha az éber én egy valódi lovon ülne nyereg és kantár nélkül. Rásimul a nyakára, hogy ne essen le róla. Az álom-énem szereti az ürgelovakat, és elégedettséget érez amiatt, hogy engedelmeskedik neki az állat. Az ébresztésemény betört az álom-én tudatába. Ez lehetett egy testi érzés, vagy az előző nap emlékmardványa, az a mozgásos attitűd, amellyel kezdő lovasként aggódva próbálok a nyeregben maradni, és a valódi lovat irányítani. Ez a mozgásséma, ennek az emléke afficiálja az álom-ént, amely passzívan fordul a tárgy felé, bármiféle akaratlagos erőfeszítés nélkül. Az ösbenyomás retencionális csóvjája a testi-zsigeri-izom emlékéhez nyúl vissza, a protenció azonban már az álom-énemhez kapcsolódik, aki nem akar leesni az ürgelovakról, ezért átkulcsolja az állat nyakát, és előredől, hogy lejjebb kerüljön a súlypontja. Az álom vágyteljesítés is, az állattal való

Az álmodó tudat ugyanis nem csupán az aktuális külvilági benyomásoktól van elszigetelve, hanem a másodlagos retenciók leülepedett emlékeitől is, amelyek az éber én számára, ha nem is tökéletesen, de viszonylag jól hozzáférhetőek, vagyis akaratlagosan visszakereshetők. Az álom-én is hozzá tud férni ugyan valamilyen esetleges és korlátozott módon a másodlagos retenciókhoz, ezt azonban össze sem lehet hasonlítani az éber én emlékezési hatékonyságával. Végül a protenciók is ugyanilyen árnyékszerűen jelennek meg az álomban. Az éber tudatában a protenciók és a retenciók szorosan egybefonódnak. Mivel az álom-én nem tud hatékonyan hozzáférni a retenciókhoz, nem lehet képes valódi protenciókra sem. Az álom-én tud ugyan valamilyen csökevényes módon anticipálni – erre utal, hogy, mint említettük, az egyik leggyakoribb érzés az álmokban a meglepődés és csalódás –, de korántsem azon a gördülékeny módon, ahogyan az éber én. Az éber tudat folyamatos áramával szemben az álom történései *staccato*-szerűek, az egyik pillanatban még itt vagyok az álomban, a másikkban, hipp-hopp, minden átmenet nélkül egy teljesen más helyzetben találok magam.

AZ ÁLOM MINT SPONTÁN EPOKHÉ

Mindezek a veszteségek, az *időtudat elszegényedett modalitásai* – mondhatni meglepő módon – egyúttal függetlenséget eredményeznek, *sajátos szabadságot* kínálnak az alvó egzisztencia számára. Talán nem túlfeszített az analógia, ha azt állítjuk, hogy ebből a szempontból az álomélmény hasonló a husserli *epokhé gyakorlatához*. Az epokhéval a fenomenológus megpróbálja felfüggeszteni előzetes sémáit és előítéleteit, igyekszik eredendő nyitottságukban szemlélni a dolgokat. A fenomén, az intencionális tudat tárgya nem csupán észlelési objektum, hanem emlék, fantázia, terv és bármi más lehet, ami fenomenális sajátossága révén magára vonja a tudat fürkésző tekintetét. Az álmodó tudat sajátos rezerváltsága nem csupán az aktuális külvilági érzéki benyomásoktól való elszigeteltségben, hanem minden fenoménnel, így az önaffekciókkal kapcsolatban is érvényesül. A rémálmokat leszámítva, amelyek azonban legtöbbször amúgy is felébresztik az alanyt, az *álom-én olyan szabadsághoz jut, amely az éber én számára nem adatik meg*. Az éber énhez képest az álom-én szinte szenvtelenül tekint azokra a fenoménekre, amelyek az éber ént fogva tartják. Mint a hivatkozott laboratóriumi kutatások is alátámasztják, az álom-énnek is van mentális aktivitása, noha egészen más minőségű, mint az éber énné. A lucid álmokat nem számítva, azt ugyan nem tudom, hogy most éppen álmodom, van ugyanakkor „egy prereflexív tudatosságom az *álomban*, és ez a sajátos tudatosság az álom-énhez tartozik.” (DeWarren 2012. 472) Az álom-én tud dönteni, félni, örülni, elégedettséget vagy csalódást érezni. Éber gondolataink rendezett-

harmonikus uralmi viszony kielégült vágya testesül meg benne. Az álom-én boldog, elégedett, és szeretetteli módon viszonyul az ürgelőhöz.

ségéhez képest persze álmaink kaotikusak, bizonyos rendezettség azonban a legtöbb álom mintázatára jellemző⁴². Az álom során olyan értelemhorizontok ködlenek fel az álmodó tudat előtt – többnyire azonban nem az énszerű és tárgyyszerű intencionalitás kifejezett formáiban, hanem az álmok jellegzetes vizuális és archaikus reprezentációs módon ábrázolva –, amelyenket az éber tudat feszes értelemhálózatai, jól bejárátódott, habitualizált utalásösszefüggései elfednek az éber én előtt.

AZ ÁLOM-ÉN ÉS AZ ÉBER ÉN KAPCSOLATA

Husserl tagadta a lucid álmok létezését.⁴³ Husserl szerint, ha valakinek tudatos álma van, azaz felismeri, hogy éppen álmodik, az már nem álmodhat. Arra reflektálni, hogy álmodom, csak az álmon kívülről lehet, mondjuk közvetlenül azt követően, hogy álmodtam. A reflexió tehát már nem az álomhoz tartozik, hanem az éber léthez. Csak az éber én tudhatja, hogy az álom álom volt, az álom-énnek nem lehet erről szóló tudása. LaBerge (1985) kísérletei azonban azt is megmutatták, hogy amikor valakinek tudatos álma van, az illető a REM-fázisban van, és nem a NREM-fázisban, vagyis neuro-idegéletteni szempontból az álomnak megfelelő tulajdonságokat mutat. Ez ugyan nem perdöntő bizonyíték Husserl koncepciójával szemben, hiszen azt nem bizonyítja, hogy REM-fázisban nem lehet éber a tudatunk, de igencsak valószínűtlenné teszi Husserl állásfoglalását. Érdemes hát elgondolkodnunk azon a lehetőségen, hogy az álmodó én mégiscsak képes lehet reflektíven viszonyulni helyzetéhez, azaz bizonyos ritka esetekben igenis tudhatjuk, hogy most éppen álmodunk.

Torma (2020) Jean Hering gondolatmenetéből kiindulva, és az álom, a nap-pali fantázia, az imagináció és az észlelés sajátosságait összehasonlítva ezt a lehetőséget vizsgálja meg. Hering szerint az észlelés és az álom hasonló abból a szempontból, hogy mindkét esetben úgy tűnik, mintha a képzetek és benyomások „kívülről hatolnának be elmémbe.” „Abból tehát, hogy észleléskor és (normál) álomban képzeteim hasonlóképp kívülről jövőnek tűnnek, és képzeteimet nem tudom úgy kontrollálni, mint amikor valamit elképzelek, feltételezhetnénk, hogy az álom és a percepció intencionális struktúrája hasonlóságot mutat.” (Torma 2020.) Torma ezután összeveti az álmot a fantáziával és az imaginációval. (Torma szóhasználatával a fantázia az „önkéntelen fantázia”, az imagináció pedig a „szabad fantázia.”) Az önkéntelen

„fantázia képeinek létrejötte nem akaratlagos, e képzetek látszólag a semmiből felbukkanva afficiálnak bennünket, míg az imaginatív fantáziálásban, a képzelet szabad va-

⁴² Vö. Morley (1999), Sepp (2010); Ferencz-Flatz (2011) De Warren (2012, 2016), Zippel (2017); Sepp (2010); Iribarne (2003).

⁴³ Lásd például a Heringnek írt levelét: *Hua Dokumente 3. Briefwechsel* Vol 3. 118.

riációiban az elképzelt kép nem ad többet, mint amit tudatosan beletettünk.⁴⁴ Ebben az értelemben az önkéntelen fantázia közelebb áll a percepcióhoz, mint a szabad fantáziához.” (Torma 2020. 43)

Végül Torma az elalvás hipnagóg képeire utal, és megállapítja, ha

„megnézzük, hogy mi a különbség az álom és az önkéntelen fantázia között, találunk olyan jelenséget is, amely a kettő között állni látszik: az elalvást kísérő hipnagógikus képek és ezek ébredéskori párja. Ezek nagyrészt éppúgy inkoherens töredékekből állnak, ahogy a percepciót kísérő önkéntelen fantáziaképek, azonban azokkal ellentétben már nem versenyeznek egy perceptív valóságösszefüggéssel. Ezek a képzetek csak felbukkannak és elúsznak, anélkül, hogy énszerű intencionális tudataktusok alapanyagaivá válnának.” (Torma 2020. 43)

Míg tehát a REM-fázis álmaiban a fantáziaképek szcénikusan, narratív módon szerveződnek, az álom-én főszereplésével, a hipnagóg fázisban csupán felbukkannak és eltűnnek, anélkül, hogy bármilyen mintázatba rendeződnének. Torma végkövetkeztetése így hangzik:

„Az éberség így egyrészt lehet valódi ébrenlét az észlelési jelenben, egy aktuálisan érvényes kontextus és a perceptuális tapasztalatban konzekvensen és koherensen adódó tapasztalat-összefüggés vonatkozásában, az életvilágban, másrészt lehet olyan éberség, amikor az én pusztán az aktuális fantázia/álom-világ kontextusa tekintetében válik éberré, miközben fantáziaműködése képei (és bizonyos percepciók: testi érzetek, hangok) között igyekszik koherenciát teremteni. /.../ Az álomban 'észlelő' én tehát, bár személyként különböző, ugyanaz az én lehet, amely éber életének pólusaként fungál. /.../” (Torma 2020. 44)

Habár Torma eredeti célja az éber állam lehetőségének bizonyítása volt, végül egy alapvetőbb állítás mellett érvelt sikeresen, ez pedig az éber élet és az álom-tapasztalatok valamifajta folytonossága. Gyakorlati szempontból természetesen soha nem volt kérdéses, hogy létezik ilyen kapcsolat. Egyrészt az éber tapasztalatok emlékmáradványai adják az álom fantazmáinak jelentős részét, másrészt az álmokat jól-rosszul, de képesek vagyunk felidézni ébredés után. Ennek megfelelően, ahogyan Torma rámutat, Husserlrel szemben többen érveltek az éber én és az álom-én folytonossága mellett:

„Míg Husserl felfogása nem engedi meg, hogy az álmodó és az én között kontinuitást tételezzünk, többen is próbálkoznak azzal, hogy ezt feloldják. Fink például az álmot az éber világban-való-lét normál struktúrája modifikációjának tekinti, s a kontinuitás

⁴⁴ Sartre (1948)

mellett szól éber és álmodó én között. Azzal, hogy az én az álomban mintegy abszorbeált a prezentifikáló, meg-jelenítő aktusaiban, pusztán megszűnik az a konfliktusos szembenállás észlelési és meg-jelenített jelen között, ami például az éber fantáziát vagy visszaemlékezést jellemzi.⁴⁵ Theodor Conrad szerint az álomban a realitáshoz való különleges viszony jön létre: Az álmodó álmában ugyan éber, de a reális világhoz való viszonya tekintetében mégis alvónak tekinthető. Az álom tehát nem az éberséggel állítandó szembe, hanem a valós világ összefüggés-egészével, illetve az én aktuális, reális helyével a tér-időbeliségben.⁴⁶ De Warren (2012) kritikája azokat az értelmezéseket veszi célba, amelyek az álombéli reflexiót összemossák a prereflexív tudattal, s úgy véli, hogy az álombéli és az éber én diszkontinuitása pusztán a személyes énrre, ám nem a pólsként felfogott énrre vonatkozik.” (Torma 2020. 42)

A daseinanalízis, valamint a freudi és jungi mélylélektan számára az álomtapasztalat és az éber tapasztalat közötti kapcsolat létezése magától értetődő. A következőkben a daseinanalízis szempontjából vesszük szemügyre ezt a kapcsolatot.

A DASEINANALITIKUS ÁLOMFELFOGÁS

Ludwig Wittgenstein (1993. 73.) egy különös kettősséget körvonalaz Freuddal kapcsolatos egyik megjegyzésében:

„Jellemző az álmokra: az álmodó számára sokszor úgy tűnik, mintha az álmok arra várnának, hogy megfejtsék őket. Arra aligha hajlamos az ember, hogy egy nappali álmodozását leírja, valakinek elmesélje vagy megkérdezze, ‘mit jelent’. De az álmokban valami rejtelmeteset és különösen érdekeset sejtünk – így aztán meg akarjuk fejteni őket”.⁴⁷

A freudi és jungi álomelemzés, valamint a heideggeri ontológiai fenomenológián alapuló *daseinanalízis* álomértelmezése az álomban ködösen, vagy ritkább esetekben akár tisztán megjelenő értelemhorizontokat exponálja a páciens éber tudata számára. Az éber lét utalásösszefüggéseiből kiszabadulva az álom-én a lehetőségek végtelen horizontján találja magát. Az álom-én és az éber én egymással kapcsolatban van, bár ez a kapcsolat nem túlságosan erős. Noha az álommal megtörik az éber lét egysége, ébredés után az álmok felidézhetőek.⁴⁸ Ez teszi lehetővé az álmok terápiás és önreflexiós, önismereti célzatú felhasználását.

⁴⁵ Fink, Eugen (1966): *Vergegenwärtigung und Bild Beiträge zur Phänomenologie der Unwirklichkeiten* (1930) *Studien zur Ph.* 1930-1939. Martinus Nijhoff De Hague 1-78.

⁴⁶ Conrad, Th. (1968): *Zur Wesenslehre des psychischen Lebens und Erlebens*, M. Nijhoff, The Hague, 58.

⁴⁷ Wittgenstein, L.: 1993. Beszélgetések Freudról. (ford. Bánfai Bea) In.: Szummer Csaba & Erős Ferenc (szerk.): *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről*. Cserépfalvi, Bp., 1993, 63-81, 81

⁴⁸ Husserl egy 1923-as feljegyzésében (Hua XXXIX. Beilage XVII. („Zwei Welten für ein Ich.”) 219-224.) ezzel kapcsolatban egy gondolat kísérletet enged meg magának, hívja fel a figyelmet Torma (2020). „Képzeliük el, hogy összefüggő, koherens világtapasztalatokat egy törés szakítja meg: el-

Az álmok fenomenológiai szemléletű gyakorlati, terápiás célú alkalmazása a daseinanalízisben valósul meg. A daseinanalitikus terapeuták figyelemre méltó erudícióval rendelkeznek a heideggeri filozófiát illetően. Heidegger a Zollikoni Szemináriumokban újra és újra visszatér az álomra. Az 1941-42-es freiburgi előadásában, Hölderlin *Andenken* című költeményét értelmezve Heidegger ugyancsak behatóan foglalkozik az álommal. (GA 52, 1982) Bírálja az uralkodó tudományos felfogást, amely szerint az álmok valótlanok, (*Träume sind Schäume*) majd Pindarosz 8. *püthiai ódáját* idézi: „Egy nappali dolog – mik vagyunk és mik nem vagyunk? Az ember egy árnyék álma.” Gion Condrau (2013. 269), a neves daseinanalitikus teoretikus szerint Heidegger itt arra a létezési módra utal, amit a *Lét és időben* mindennapiságnak (*Alltäglichkeit*) vagy általánosságának (*das Man*) nevezett. Condrau rámutat, Heidegger a „nappali dolgokat”, vagyis az éber létet akként értelmezi, mint ami „csupán a mindennapi mögött szédeleg” (i.m. 115). Heidegger végül felteszi a kérdést: nem lehet-e, hogy az álom „először pillant az ember lényegére?” (i.m. 107)

Heidegger kérdése arra a lehetőségre utal, hogy az álmot *egzisztenciális szempontból* az éber létnél *nyitottabb* létezési módnak tekinthetjük. Ludwig Binswanger (1930) már a húszas évek végén hangsúlyozza, hogy az álom és az ébrenlét az emberi egzisztencia két összetartozó és elválaszthatatlan szférája. Ennek megfelelően a daseinanalízis éppolyan nagy jelentőséget tulajdonít az álmoknak, mint a pszichoanalízis. (Helting 2007. 170) Krékits József (2020. 14) jelen folyóiratszámában szereplő tanulmánya szerint

„Az álmokban olyan dolgok is megjelenhetnek, amik a valóságban sosem történhetnének meg. Ez adja az álom szabadságát: meghalt személyek is megjelenhetnek benne, sosem volt képességekkel rendelkezhetünk benne, soha meg nem történt félelmeket és sikereket élhetünk meg benne, stb. Ugyanakkor mindannyian el tudunk képzelni egy szabadabb, kedvünkre-valóbb létet, melyben célkitűzéseink maradéktalanul megvalósulnak. Azaz álmaink szembesítenek bennünket meg nem valósult vágyainkkal, adósságainkkal, céljainkkal, ideáljainkkal, melyek egy része a jövőben még megvalósítható. Így az álmaink orientálnak bennünket a jövő felé, amelyet persze mindenki másképp képez el.”

A jelentős különbség a freudi álomfejtéshez képest az, hogy a daseinanalitikusok az álmokban is a fenoméneket keresik. Medard Boss, a Zollikoni Szeminá-

alszom. Álomban azonban éppoly koherens, összefüggő világtapasztalat a részem, mint ébren. Újabb törés: felébredek. A korábbi világ, nevezzük A-világnak, javasolja Husserl, természetesen folytatódik. Majd az újabb törés – elalvás – után az álom, pontosabban, mivel tapasztalati összecsengése, kontinuous egysége igazolja, a B-világ következik.” (Babits Mihály első regényének főhőse éppen egy ilyen karakter. Babits regényét 1920-ban németre is lefordították. Szilasi Vilmos, Husserl egyik közeli tanítványa, Babits barátja volt, majd a Kommün bukása után elhagyta Magyarországot. Nem elképzelhetően, hogy Husserl, akár Szilasi ajánlására, akár attól függetlenül, olvasta Babits *Gólyakalifáját*.

riumok szervezője és házigazdája, álmoknak szentelt két könyvében (Boss, 1953, 1975) részletesen kifejti, hogy a daseinanalízis az álomfenoméneket próbálja megszólaltatni, miközben nem tételez fel valamilyen mélyebb szintet az álomfenomének alatt. Míg Freud szerint az ébredés után felidézett álomtartalom, a „látens álom” csupán homlokzat, a daseinanalízis mitológiának tartja az álomtartalom alatt megbúvó „látens” álomgondolat teóriáját. A daseinanalízis, így Condrau, „elutasítja a freudi és jungi álominterpretációra jellemző szimbólumértelmezést. A kígyó kígyó marad, és nem válik sem falloszszimbólummá (Freud), sem mitikus lényé (Jung).” (Condrau 2013. 270)

A fenomenológiai hangoltságú álomfelfogás szempontjából az is lényeges, hogy az álom képi dominanciájú, archaikus ábrázolási módjára ne az éber tudat diszkurzív formáit vetítsük rá. (Noha, mint említettük, léteznek olyan álmok, amelyek megközelítik az éber tudat strukturáltságát.) De Warren (2012) ezt a szempontot hangsúlyozza, amikor az álom sajátos reprezentációs módját a „szubjektivitás harmadik életének” nevezi az ébrenlét és az álom nélküli mélyalvás mellett. Freud szerint a latens álom, vagyis az „álomgondolat” diszkurzív módon leírható, és pontosan olyan logikus szerkezettel rendelkezik, mint éber gondolataink. Freud úgy véli, az álomgondolat koherens, és csupán az álomtartalom inkoherens, lévén az álomgondolat álcázott, eltorzított, lerövidített változata. Itt markánsan megjelenik az, hogy – mint a korábban idézett Fink fogalmaz – Freud tudattalan koncepcióját egy filozófiai értelemben naiv implicit tudatelmélet vezeti. (Husserl 1998/II. 197–199).

A fentiekkel kapcsolatban figyelemre méltó, hogy Jung az álomcenzúra gondolata miatt élesen kritizálja Freudot. Freuddal szemben úgy látja, hogy a tudattalan idegenszerűsége primer sajátossága az álmot létrehozó mentális folyamatoknak: „Az, amit ő (Freud) álcázásnak hívott, valójában nem más, mint az az alak, melyet természetes módon ölt magára minden impulzus a tudattalanban.”, olvashatjuk az *Emlékek, álmok, gondolatokban* (Jung 1983. 53) Ugyancsak az *Emlékekben* írja Jung egy saját álma elemzése kapcsán:

„Ezt az álomképet szimbolikusan nevezhetjük, mert nem közvetlenül, hanem közvetve ábrázolja a lényegét, mégpedig egy olyan metafora segítségével, melyet először nem tudtam megérteni. Amikor azonban ilyesmi történik – márpedig gyakran történik –, akkor nem az álom részéről gyakorolt szándékos 'álcázás' megy végbe; hogy mégis így érezzük, az mindössze abbéli fogyatékoságunkat jelzi, hogy könnyedén megértésünk egy érzelmekkel töltött képi nyelvet.” (Jung 1983. 45)

VÉGKÖVETKEZTETÉSEK

Mi biztosítja tehát az álmok terápiás és önreflexiós potenciálját? Minden bizonynyal az, hogy az álomban a tárgyak afficiáló relevanciái átrendeződnek az éber állapotra jellemző affekciók domborzati térképéhez képest. Az álom lebegő fantáziavilága az egzisztencia olyan reflektív tereként is felfogható, amelyben megjelennek ugyan az éber élet affektív vektorai és értelmezési kontextusai valamilyen legyengített és eltorzult formában, azonban kirajzolódnak mellettük más értelmezési horizontok és döntési alternatívák is. Az álom-én érez és gondolkodik, jóllehet, nem azon a logikus módon, ahogyan az éber én teszi ezt. Az álom-én, amikor látszólag passzívan hányódik ide-oda az álomban, valójában öntudatlan módon letapogatja az éber lét számára is szóba jövő alternatív értelmezési horizontokat. Ezek az álombéli tapasztalatok spontán módon, de méginkább terápiás helyzetben az éber tudat számára is hozzáférhetővé válnak.

Freudot terápiás megfontolásokból elsősorban a tudati szintézisek alól kiszabadult disszociatív tudati működések, mentális szerveződések foglalkoztatják. A mélylélektan és a fenomenológia tárgyköre, mint láthattuk, egyfelől komplementer módon illeszkedik egymáshoz. Másfelől van köztük egy ennél organikusabb kapcsolat is, mind evolúciós perspektívából, mint pedig a genetikus fenomenológia nézőpontjából. Az álom nem az éber tudati működések valamilyen selejtes formája vagy mellékterméke, hanem egy saját jogon szerveződő, archaikusabb, primitívebb lelki működés az éber tudatállapot mentális aktusaihoz képest. A fantázia fenomenológiai vizsgálatai azt sejtetik, ahogyan Ullmann (2016) rávilágít, hogy a normál én mögül a fantáziálásban kibukkan a tudati elevenség egy eredetibb állapota, a tudat mozgásának egy olyan rétege, amelyre *nem érvényesek a tárgyszerű intencionális leírás fogalmai*. Van-e valamilyen közös jellemzője a szabadon lebegő, próteuszi változékonyságú fantáziának és az álomnak? Mint Ullmann megállapítja, Husserl fantázia-elemzése egy nem-tárgyszerű, nem egologikus preintencionális tudati szférát tár fel. Mivel az álmodást a fantázia kiteljesedett formájának tekinthetjük, feltételezhetjük, hogy a nem-tárgyszerű intencionalitás az álmokra (legalábbis az álmok túlnyomó részére) még inkább jellemző lehet, mint a fantáziára.

„Alvajáró módjára” vált a múlt századi filozófia egyik erősségévé, írja Freudról Fehér Ferenc. (Fehér 1991. 3) A pszichoanalízis atyja mind teoretikus, mind pedig technikai szempontból kitört a karteziánus reflexiós térből. Freud szerint az alatt a lelki szféra alatt, amelyet a karteziánus filozófiai hagyomány a mentális teljes tartományával azonosított, valamilyen elementáris erejű archaikus birodalom bújjik meg, amely legkézzelfoghatóbb módon az álomfenoménben tárja elénk magát.

A módosult tudatállapotokhoz való eltérő viszonyulások következtében Freud és Husserl – a fantázia határtárgyát leszámítva – *nem ugyanazokat a fenoméneket vizsgálja*. Freud legfontosabb megfigyelései azon tudatállapotokra irá-

nyultak, amelyekben a tudat el van vágva a külvilágtól (hipnózis, alvás), illetve az én megoldja, fellazítja a külvilágra irányuló érdeklődését (szabad asszociáció és a fantázia enyhén módosult tudatállapota). Az álom laboratóriuma kivételes megfigyelési helyzetet biztosít Freudnak, amit az okkultizmus birodalmától kellett elhódítania a tudomány számára. Husserl mintegy kívülről befelé halad, az észlelés-modellből, az éber normál perceptív tudatból kiindulva próbálja megérteni az emlékezést, a képtudatot és a többi mentális aktust, a fantáziába fennoménjébe ütközve azonban ki kell lépnie saját rendszerének keretei közül. Freud ezzel ellentétes módon építkezik: az alvás radikálisan módosult tudatállapotában keletkező álom modellje alapján véli megérthetőnek a fantáziát, a lelki és pszichoszomatikus tüneteket, a viccet, a tévceselexvéseket és más tudati jelenségeket. A freudi pszichoanalízis másik alapvető megkülönböztető jegye a fenomenológiához képest, hogy Freud modelljében az ösztön-én a vágykielégülés szolgálatába állítja az ént. Freud számára az affekciók mindenekelőtt a szexuális vágy affekcióit jelentik.⁴⁹

Freud *Álomfejtése* (1899) és Husserl 1904/5-ös göttingeni előadásai között jelenik meg William James könyve (1902), *A vallásos élmény változatai*. A könyvet James 1870-es években végzett önkísérletei inspirálták, melyek során egy hallucinatorikus hatású gáz segítségével szisztematikus módszerrel váltott ki módosult tudatállapotokat saját magán. James szerint „A világegyetem egyetlen leírása sem lehet addig teljes, amíg ezeket az alternatív tudatosságformákat figyelmen kívül hagyja”.⁵⁰ James nyomában az elmúlt másfél évszázadban számos pszichológus és filozófus kísérletezett a pszichedelikus élmények megragadásával. A fantázia és az álom után a vizionárius képzelet, azaz a hallucinogén szerek útján felfokozott fantázia vizsgálata lehet a fenomenológiai vizsgálódások következő érdekes tárgya a módosult tudatállapotok egzotikus birodalmában.

⁴⁹ Halála előtt néhány hónappal Merleau-Ponty ezt jegyzi fel „*Test és hús – Erosz – A freudizmus filozófiája*” címszó alatt:

„Tüldetermináltság (= körköröség, kiazmus, egymásbefonódás), bármely létező a Lét emblémájává emelhető [...]”.

Freud filozófiája [...] nem a test filozófiája, hanem a húse. [...] A pszichológiai fogalmak egész architektúrája (észlelés, gondolat, affekció, gyönyör, vágy, szeretet, Erosz), ennek az egész szedett-vedett fogalmiságnak az értelme egycsapásra megvilágosodik, ha e fogalmakat többé nem pozitív terminusokként (a spirituális valóság többé vagy kevésbé sűrűvé ülededett megnyilvánulásaiként) és nem is negatív tartalmakként, pusztán negatívításokként gondoljuk el [...], hanem a Léthez való hozzátartozásunk egyetlen masszív közegének *differenciációiként*, ami nem más, mint a hús (a Lét „csipkéinek”, csipkézetének is lehetne ezt nevezni). (Merleau-Ponty 2006. 301)

⁵⁰ James, William: *The Varieties Of Religious Experience: A Study In Human Nature*. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2009, 349.

IRODALOMJEGYZÉK

- Benjamin, W. (1927-34/2006). *On Hashish*, Cambridge, Belknap Press of Harvard University.
- Bergson, H. (1896/1999). *Matter and Memory*, 6th edition, New York, Zone Books.
- Bergson, H. (1889/1910). *Time and Free Will: An Essay on the Immediate Data of Consciousness*, tr., F.L. Pogson, Montana, Kessinger Publishing Company.
- Bergson, H. (1889/1990). *Idő és szabadság. Tanulmány eszméletünk közvetlen adatairól*, Szeged, Univerzum.
- Binswanger, L. (1928). *Wandlungen in der Auffassung und Deutung des Traumes von den Griechen bis zur Gegenwart*. Berlin, Springer.
- Binswanger, L. (1930). Traum und Existenz. *Neue Schweizer Rundschau* XXIII. 1930. n.9. Sept., 673-685; n.10, Oct. 766-799.
- Bloch, E. (1954–1959/1986). *The Principle of Hope*, Cambridge, MIT Press.
- Boss, M. (1953). *Der Traum und seine Auslegung*, Bern, Huber.
- Boss, M. (1975). *Es träumte mir vergangene Nacht....*, Bern, Huber.
- Brentano, F. (1924). *Psychologie vom empirischen Standpunkt*, I. Leipzig, Felix Meiner.
- Condrau, G. (2013). *Freud és Heidegger – Daseinanalitikus neuóristán és pszichoterápia*, Budapest, L'Harmattan.
- Conrad, T. (1968). *Zur Wesenlehre des psychischen Lebens und Erlebens*. Verlag, Springer Netherlands.
- De Warren, N. (2012). The Third Life of Subjectivity: Towards a Phenomenology of Dreaming, in: R. Breuer, U. Melle (eds.), *Life, Subjectivity and Art: Essays in Honor of Rudolf Bernet*, Dordrecht, Springer, pp. 457-479.
- De Warren, N. (2012). *The Third Life of Subjectivity: Towards a Phenomenology of Dreaming*, in: R. Breuer, U. Melle (eds.), *Life, Subjectivity and Art: Essays in Honor of Rudolf Bernet*, Springer, Dordrecht, pp. 457-479.
- De Warren, N. (2016). *Eyes Wide Shut: Sartre's Phenomenology of Dreaming*, in: Dahlstrom, D. O., Elpidorou, Hopp, A. W. (eds.), *Philosophy of Mind and Phenomenology: Conceptual and Empirical Approaches*, Routledge, London/New York, pp. 224-246.
- Descartes, R. (1994). *A lélek szenvedélyei*, Budapest, Ictus.
- Drury, O. (1981). *Some notes on conversations with Wittgenstein*, in: *Ludwig Wittgenstein: Personal Recollections*. Ed. Rush Rhees (ed.), Oxford, Oxford University Press, Totowa, Rowmann and Littlefield.
- Erdélyi, M. H. (1985). *Psychoanalysis, Freud's Cognitive Psychology*, New York, W. H. Freeman & Co.
- Erdélyi, M. H. (2006). The unified theory of repression. *Behavioral and Brain Sciences*, 29, 499-551.
- Erdélyi, M. H. (1988). *Issues in the Study of Unconscious and Defense Processes*, in: Horowitz, Mardi, J. (szerk.), *Psychodynamics and Cognition*, Chicago, University of Chicago Press.
- Eshleman, M. C. (2007). The Cartesian Unconscious. *History of Philosophy Quarterly*, 24(3), 297-315.
- Fehér, F. (1991/2.). Ki a Dóra-történet szerzője?, *Thalassa*, II. évfolyam 5-19.
- Ferencz-Flatz, C. (2011). Traum-Ich und Phantasie bei Husserl und Fink, in: Ion C., Pavlos K., Agustín S. de Haro (eds.), *Phenomenology 2010. Volume 3: Selected Essays from the Euro-Mediterranean Area*. The Horizons of Freedom (Zeta Books), pp. 140-161.

- Fink, E., (1966). *Vergegenwärtigung und Bild*, in: Fink, E., *Studien zur Phänomenologie 1930-1939*, Nijhoff, The Hague, pp. 1-78.
- Fodor, J. (1983). *The Modularity of Mind*, Cambridge, MA: MIT Press.
- Foucault, M. (1970). *Theatrum Philosophicum*, in *Critique* 282, pp. 885-908 (trans. Donald F. Brouchard and Sherry Simon)
- Freud, S. (1900/1916). *Álomfejtés*, Budapest, Helikon.
- Freud, S. (1908/1983). *A költő és a fantáziaműködés* in: *Művészetpszichológia*, (szerk. Halász László). Budapest, Gondolat, pp. 193-200.
- Freud, S., & Bonaparte, M., Freud, A., & Kris, E. (Eds.). (1954). *The origins of psycho-analysis: Letters to Wilhelm Fliess, drafts and notes: 1887-1902*. (E. Mosbacher & J. Strachey, Trans.). Basic Books
- Freud, S. (1986). *Bevezetés a pszichoanalízisbe*, ford. Hermann Imre, Budapest.
- Freud, S. (1989). *Önéletrajz*, in: *Önéletrajzi írások*, Budapest, Cserépfalvi.
- Freud, S. (1997). *Ösztönök és ösztönsorsok. Metapszichológiai írások*, Budapest, Filum.
- Gerassi, J. (2009). *Talking with Sartre. Conversations and Debates*, New Haven, Yale University Press.
- Globus, G. G. (1987). *Wake Life through Dreams*, Albany, State University of New York Press.
- Halász P., Bódizs Róbert (2001). Az alvás és az álmodás idegélettana. *Hippocrates*, 3(3): 169-174.
- Heller Ágnes. (2011). *Az álmodás filozófiája*. Budapest, Múlt és Jövő Kiadó
- Heidegger, M. (1982). *Hölderlins Hymne „Andenken”*, GA Bd. 52., Klostermann, Frankfurt/M.
- Helting, H. (2007). *Bevezetés a pszichoterápiás daseinanalízis filozófiai dimenzióiba*, Budapest, L'Harmattan.
- Héring, J. (1947). Concerning Image, Idea, and Dream. *Philosophy and Phenomenological Research*, 8(2), pp. 188-205.
- Horváth L., & Szabó A. (2012). *Integratív tudatállapotok fenomenológiája. Az észlelés és fantázia határmezsgyéjén*, Magyar Filozófiai Szemle, 56 (3), 125-150.
- Horváth, L., Szummer, C., & Szabo, A. (2017). Weak phantasy and visionary phantasy: The phenomenological significance of altered states of consciousness. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 17(1), 117-129.
- Hua [= Husserliana. Edmund Husserl Gesammelte Werke]
- Husserl, E. (1988). *Az európai tudományok válsága I-II*. (ford. Berényi Gábor, Mezei Balázs, Egyedi András, Ullmann Tamás) Budapest: Atlantisz
- Husserl, E. (2005). *Phantasy, Image Consciousness, and Memory, 1898-1925* (Edmund Husserl Collected Works) (Husserliana: Edmund Husserl – Collected Works) (v. 11)
- Husserl, E. (1980). *Phantasie, Bildbewusstsein, Erinnerung. Zur Phänomenologie der anschaulichen Vergegenwärtigungen. Texte aus dem Nachlass*, (1898- 1925), in: E. Husserl, *Gesammelte Schriften*, Bd. XXIII, hrsg. von E. Marbach, Nijhoff, The Hague.
- Husserl, E. (1993). *Briefwechsel*, hrsg. von K. Schumann, Kluwer Academic Publishers, The Hague.
- Husserl, E. (2005). *Phantasy, Image Consciousness, and Memory, 1898-1925* (Edmund Husserl Collected Works) (Husserliana: Edmund Husserl – Collected Works) (v. 11) /eredeti megjelenés: Husserl, Edmund: *Phantasie, Bildbewusstsein, Erinnerung*, (Husserliana XXIII.). Hrsg. von E. Marbach. Dordrecht, Boston, London: Kluwer, 1980).

- Husserl, E. (2008). *Zwei Welten für ein Ich*, in: E. Husserl, *Gesammelte Schriften*, Bd. XXXIX, hrsg. von R. SOWA, Springer, Dordrecht 2008, pp. 219-224.
- Husserl, Edmund (1989). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy. Second Book: Studies on the Phenomenology of Constitutions* (trans. R. Rojcewicz and A. Schuwer) Dordrecht, Kluwer.
- Husserl, E. (1997). Fantázia, képtudat, emlékezet” in: *Kép-Fenomén-Valóság*. Szerk. Bacsó Béla, Ki-járat, Budapest, pp. 9-46.
- Husserl, E. (2000). *Karteziánus elmélkedések*, (ford. Mezei Balázs) Budapest, Atlantisz.
- Husserl, E. 1966. *Analysen zur passiven Synthesis, Aus Vorlesungs- und Forschungsmanuskripten (1918-1926)* (Hrsg. Fleischer, M.) Hua 11.
- Husserliana XXIII (1980). *Phantasie, Bildbewusstsein, Erinnerung*, Hrsg. von E. Marbach. Dordrecht, Boston, London, Kluwer.
- Husserliana XXXIX. Sowa, R. (Hrsg) (2008). *Diel Lebenswelt. Auslegungen der vorgegebenen Welt und ihrer Konstruktion. Texte aus dem Nachlass (1916-1937)*.
- Husserliana. Martinus Nijhoff/Kluwer AP/ Springer. (1950-2018).
- Iribarne, V. J. (2003). *Contributions to the Phenomenology of Dreams*, in: C.-F. Cheung, I. Chvatik, Copoeru, I. Iribarne, J. Embree, L. Sepp H.R. (eds.), *Essays in Celebration of the Founding of the Organization of Phenomenological Organizations*, online available at www.o-p-o.net
- James, W. (1882). Subjective Effects of Nitrous Oxide, in *Mind*, Vol. 7.
- James, W. (2009). *The Varieties Of Religious Experience: A Study In Human Nature*, CreateSpace Independent Publishing Platform.
- Jones, E (1983). *Sigmund Freud élete és munkássága*, Budapest, Európa.
- Jung, C. (1987). *Emlékek, álmok, gondolatok*, Budapest, Európa.
- Koestler, A. (1964). Előszó Whyte, L.L. (1978). *The Unconscious Before Freud*, New York, Basic Books c. könyvéhez
- Kozyreva, A. (2018). Nonrepresentational approaches to the unconscious in the phenomenology of Husserl and Merleau-Ponty, *Phenomenology and the Cognitive Sciences* 17(1), 199-224.
- Krékits J., & Kőváry Z. (2017). Back to the Dreams; The Phenomenological-Daseinsanalytical Interpretation of Dreams, in: Okagbue Nebeolisa (ed.): *Dreams and Dreaming: Analysis, Interpretation and Meaning*. New York, Nova Science Publishers, pp. 1-26.
- Krékits J. (2017). Az álmom én vagyok – A daseinanalitikus álmomértelmezésről, *Imágó Budapest online*, 6(2): 37-52.
- Laberge, S. (1985). *Lucid Dreaming. The Power of Being Awake and Aware in Your Dreams*, New York, Ballantine.
- Laplanche, J., & Pontalis, B. (1994). *A pszichoanalízis szótára*, Budapest, Akadémiai.
- Lohmar, D. (2008). *Phänomenologie der schwachen Phantasie* (Phaenomenologica 185). Dordrecht, Boston, London, Kluwer Academic.
- Lundborg, P. (2012). *Psychedelia. An Ancient Culture, A Modern Way Of Life*. Lysergia – Subliminal Sounds.
- Marcuse, H. (1969). *An Essay on Liberation*, Boston, Beacon Press.
- Marosan Gy. B. (2015). *Életfilozófia és értelemképződés a Bernai kéziratokban*. (Tengelyi László-emlékkonferencia, ELTE BTK Filozófiai Intézet, Budapest, 2015. március 20-21)

- Marosan Gy. B. (2019). *A romantikus életfogalom recepciója a német életfilozófiában*. (Romantika-konferencia. ELTE Germanisztika Intézet, Budapest, 2019. március 29)
- Marosan Gy. B. (én.). *Az individuális és a kollektív tudattalan fenomenológiájáról Freud, Jung és Husserl nyomán*, kézirat
- Merleau-Ponty, M. (2006). *A látható és a láthatatlan*, ford. Farkas Henrik és Szabó Zsigmond, Budapest, L'Harmattan.
- Morley, J. (1999). *The Sleeping Subject. Merleau-Ponty on Dreaming*. *Theory and Psychology*, 9(1), 89-101.
- Patočka, J. (1991). Die Frage des Solipsismus und das Argument des zusammenhängenden Traums, in: J. Patočka, *Die Bewegung der menschlichen Existenz. Phänomenologische Schriften II*, hrsg. von K. Nellen, Klett-Cotta, Stuttgart, pp. 43-60.
- Pléh Csaba (2011/2.). Kísérleti és neurális Freud-értelmezés ma. *Imágó Budapest*, 22(1), 45-76.
- Rembeczki E. (2017). *Szubszektívitás és interszubszektívitás Descartes-nál. Az én- és a személyiség-felfogás problémái*, Doktori disszertáció, Szeged.
- Rock, A. J., & Krippner, S. (2011). States of consciousness redefined as patterns of phenomenal properties: An experimental application, in: Cvetkovic, D., & Cosic, I. (szerk.): *States of consciousness: Experimental insights into meditation, waking, sleep and dreams*. New York and London, Springer, pp. 257-272.
- Sartre, J.-P. (1948). *The Psychology of Imagination*, trans. M. WARNOCK, London, Methuen & Co. Ltd.
- Schmal, D. (2015): *Az elme filozófiája a kora újkorban. A test-lélek probléma*. Gondolat, Budapest.
- Schutz, A. (1996). *Collected Papers, IV*, Dordrecht, Kluwer Academic Publisher.
- Sepp, H. R. (2001). Phänomen Traum. Ein phänomenologischer Dialog, in: U. Kadi, B. Keintzel, H. Vetter (Hrsg.), *Traum, Logik, Geld. Freud, Husserl und Simmel zum Denken der Moderne*, Edition Discord, Tübingen, pp. 110-124.
- Sjöstedt-H, P. (2015). *Noumenautics*, Falmouth, Psychedelic Press.
- Sulloy, F. J. (1987). *Freud, a lélek biológusa, túl a pszichoanalitikus legendán*, Budapest, Gondolat.
- Szabó, A., Horváth, L., & Szummer, C. (2014). Phenomenology and Altered States of Consciousness: A New Framework for Analysis? *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 2(2), 7-29.
- Szummer, Cs. (2014). *Freud, avagy a modernitás mítosza: Esszék a pszichoanalitikus antropológiáról és narrációról*, Budapest, Károli Gáspár Református Egyetem, L'Harmattan Kiadó, 238 p.
- Szummer, Cs. (2015). A pszichedelikus élmény, mint a fenomenológiai kutatás eszköze a filozófiában és a pszichológiában. *Magyar Filozófiai Szemle*, 59(4), 136-150.
- Szummer, Cs. (2016) A csábítási elméletől a tudattalan hermeneutikájáig – a pszichoanalízis születése. *Magyar Filozófiai Szemle*, 60(1), 31-50.
- Szummer, Cs, Horváth, L., Szabó, A., Frecska, E., & Orzói, K. (2017). *The hyperassociative mind: The psychedelic experience and Merleau-Ponty's "wild being"*. *Journal of Psychedelic Studies*, 1, 1-10. <https://doi.org/10.1556/2054.01.2017.006>
- Szummer, Cs., Attila, Sz., Ocsovszky, Zs., Iszák, F., & Almási, A. (2019). Quasi-Mystical Experiences Induced By Psychedelic Substances. *Psychologia Hungarica*, 7(3), 130-144.
- Tengelyi, L. (2007). *Tapasztalat és kifejezés*, Budapest, Atlantisz.

- Tengelyi, L. (2013). Ősbenyomás és ősasszociáció, In: *Kortársunk, Husserl*, (szerk. Varga Péter András és Zuh Deodáth) Budapest, ELTE Eötvös Kiadó, pp. 69-85.
- Torma, A. (2013). Alvás és éberség Husserl fenomenológiájában, in: *Kortársunk, Husserl*, (szerk. Varga Péter András és Zuh Deodáth) Budapest, ELTE Eötvös Kiadó, pp. 255-264.
- Torma, A. (2020). Az álom-tudat problémája a fenomenológiában, *Psychologia Hungarica Carolinensis*, 8(2),
- Tymoczko, D. (1996). The Nitrous Oxide Philosopher. *The Atlantic Monthly*. May 1. 93-101.
- Ullmann, T. (2012). *Fantázia és intencionalitás*, in: Ullmann Tamás: *Az értelem dimenziói*, Budapest, L'Harmattan, pp. 125-149.
- Ullmann, T. (2016). Képzelet és tudattalan – a fenomenológia és a pszichoanalízis találkozási pontja, in: *Imagináció a filozófiában*, Budapest, L'Harmattan, pp. 79-105.
- Vajda, M. (szerk.): *Edmund Husserl válogatott tanulmányai*, Budapest, Gondolat. pp. 27-110.
- Whyte, L. L. (1978). *The Unconscious Before Freud*, New York, Basic Books.
- Windt, Jennifer M. (2015). *Dreaming: A Conceptual Framework for Philosophy of Mind and Empirical Research*, MIT Press.
- Wolin, R. (1994). *Walter Benjamin: An Aesthetic of Redemption*, Berkeley, University of California Press.
- Wilkes, K. V. (1988). *Real people: personal identity without thought experiments*. New York: OUP.
- Zippel, N. (2016). Dreaming Consciousness: A Contribution from Phenomenology, *Rivista Internazionale Di Filosofia E Psicologia*, 7(2), 180-201.

