

Adalékok az álom fenomenológiájához*

[A]z álmodó számára sokszor úgy tűnik, mintha az álmok arra várnának, hogy megfelejtsék őket. Arra aligha hajlamos az ember, hogy egy nappali álmodozását leírja, valakinek elmesélje vagy megkérdezze, „mit jelent”. De az álmokban valami rejtelmet és különösen érdekeset sejtünk – így aztán meg akarjuk fejteni őket. (Wittgenstein 1993. 73.)

I. BEVEZETÉS

Az életvilág a predikatív észlelésnek a nyelv és a habitusok által rögzített világa. A predikatív tapasztalatban a spontán értelemképződés kész értelemalakzatokká dermed, az észlelés rutinszerűen, automatizmusokkal megy végbe. Ezek a beidegződések egyrészt *elfedik*, másrészt ténylegesen *lefojtják az Urerfahrung* dinamizmusát. Léteznek ugyanakkor olyan élménytartományok, amelyekben az intencionális értelemkonstitúció rutinjai kevésbé takarják el a prepredikatív szinten zajló működések. Ezek az akár mesterségesen létrehozott, akár spontán módon kialakuló megfigyelési helyzetek, a hétköznapitól különböző tapasztalati tartományok, például az álom, a gestaltista észlelési kísérletek, a csecsemő élményvilága, a hallucinogénnel stimulált fantázia, a skizofrén hallucinációk, a misztikus élmények vagy akár az éber fantáziálás (álmodozás) értékes lehetőségeket hordoznak magukban, ha a spontán értelemképződést akarjuk tanulmányozni. Jelen írás ezek közül az álmot tárgyalja.

Fenomenológiai szempontból az álom az alvás sajátos körülményei közepette végbemenő értelemképződés. Az intencionális értelemkonstitúció, a predikatív fogalmi működés az álom közben általában hiányzik. A nappali fantáziákba merülő tudattal szemben az álmodó tudat szinte teljes mértékben el van szigetelve a „kinti” világtól. Az *álmodó tudat* ezért döntő részben *önmagát afficiáló tudat*. Az álmodó tudatot afficiáló tárgyak változatos természetűek: a nappali tudatot is

* A tanulmány megírását az NKFIH „Affektivitás, fantázia, emlékezet: nem-intencionális tudatformák Kanttól a fenomenológiáig” című, K 138745 számú pályázata és a Bolyai János Kutatási Ösztöndíj (BO/00189/21/2) támogatta.

foglalkoztató célok, szándékok, problémák; aktuálisan az álom során keletkező érzelmek és fantáziák; előző napi vagy régebbi emlékek; az alvó test szomatikus ingerei; végül az álomba beszűrődő halványabb külvilági ingerek.

II. AZ ÁLOM AZ ÁLOM-ÉN PERSPEKTÍVÁJÁBÓL

Wittgenstein (1993. 73) megjegyzi, hogy az álmok fontosabbnak és jelentőségesebbnek tűnnek számunkra, mint a nappali fantáziák. Miért gondoljuk vajon, hogy álmaink, Wittgenstein szavaival, „rejtelmesekek” és „különösen érdekesek”, miközben nappali fantáziáinkat jóval kisebb becsben tartjuk? Ez összefügghet azzal, hogy az álom *módosult tudatállapot* terméke, bizonyos szempontból hasonló ahhoz, mint amikor valaki hallucinogén szerek hatására él át víziókat. Az alany mindkét esetben valóságnak véli saját fantáziáit.¹ A legtöbb európai nyelv ugyanakkor utal arra, hogy már a fantáziálás („*álmodozás*”, „*day dreaming*”, „*Tagtraum*”, „*rêverie*”, „*ensueño*”, „*мечтательность*”) is az éber tudatállapottól az álom tudatállapota felé történő elmozdulást képvisel. Kevésbé *éber* és kevésbé *fesztes* ilyenkor a tudat.

Éber állapotban a fantáziált én (fantázia-én) *belevész* a képzeletbe, számára a fantázia világa éppúgy észlelési valóság, ahogyan az álom-én számára az álom. Az álomhoz képest a különbség az, hogy a nappali fantáziálás esetében megmarad az éber én mint a reflektív öntudat hordozója. „Vajon a jelenség, amelyet én most fantáziajelenségnek nevezek, és amelyet a mostani énem ilyen módon fog fel, a képzelt én számára is fantáziajelenségként jelenik meg?” – teszi fel a kérdést Husserl. Majd így válaszol:

ugyanazt a jelenséget kettősen fogom fel. A fantázia-énre vonatkozóan észlelésjelenségként: elképzelem, hogy „én ebben és ebben a szituációban ezt és ezt észlelem”, azaz képzeletben a jelenséget észlelésként raktározom el a fantázia-énben. A mostani énemre vonatkozóan viszont, tehát az aktuális, nem fantáziált énemre vonatkozóan, „ez a jelenség az észlelési jelenség fantáziaképe lesz”. (Husserl 1997. 11.)

¹ Más szempontból a különbségek természetesen jelentősek, mivel a pszichedelikus élményben (1) az érzelmi és figurális sematizációs aktivitás intenzívvé és volatilisá válik; (2) a szelf határai fellazulnak, az én és a környezet elkülönülése porózussá válik; (3) az észlelés esztétikai dimenziója felerősödik; (4) a hétköznapi tárgyak funkciója, gyakorlati hasznossága elveszíti relevanciáját az alany számára; (5) az álmoktól és nappali fantáziáktól eltérően a pszichedelikus víziók tartalma csupán csekély mértékben kapcsolódik az alany epizodikus emlékeihez vagy aktuális élethelyzetéhez; (6) a személyes vonatkozások helyett inkább a mítoszokhoz, vallási narratívákhoz hasonló tartalmú fantáziák bukkanak fel; (7) megváltozik az alany hangoltsága (*Stimmungja*), a létezés egyfajta ünnepélyességre tesz szert számára (részletesebben lásd Szummer 2023).

Husserl szerint az álom – a hallucinációval és az illúzióval együtt – abban különbözik a fantáziától, hogy az álmodó előtt az *észlelés* módján, vagyis mint *valós* és *jelenlévő* tűnik fel. Husserl *prezentációnak* (*Gegenwärtigung*) nevezi ezt a fajta megjelenítési móduszt. A fantázia tárgyai ezzel szemben sem nem jelenlévők, sem nem valóságok. „A fantáziatudat nem észlelés, hanem »mint egy észlelés«. Az egész tudat megjelenített és reprezentáló.” (Husserl 1997. 12.) Ez a fajta megjelenítés Husserl terminusával *re-prezentáció* (*Vergegenwärtigung*). Úgy tűnik, ha az éber én (Husserl kifejezésével az „aktuális én”) elveszíti reflektív tudását a fantázia illuzórikus voltáról, és behullik az általa létrehozott képzelt világba, mint az álomban vagy a pszichotikus beteg hallucinációjában, a fenomén már egy másfajta fenomenológiai leírást követel.

III. AZ ÁLOMTAPASZTALAT TÖREDÉKES JELLEGE

Az álom főszereplője az álom-én. Ahogyan az éber lét eseményei az éber én perspektívájából tárulnak elénk,² az álmot az álom-én nézőpontjából látjuk. Torma Anita *Az álom-tudat problémája a fenomenológiában* című tanulmányában megállapítja, hogy az álom-én éppúgy a jelentésképződés pólusaként fungál, mint az éber én.³ Az álom-én, ahogyan Torma mondja, *felébred* az álom valóságában, miközben tovább alszik a kinti objektív valóság vonatkozásában.⁴ Mi a különbség mármint az éber tudat és az álmodó tudat értelemalkotása között? Egy korábbi tanulmányában – *Álvás és éberség Husserl szerint* – Torma (2013) megjegyzi, hogy az álom „és az ébrenlét közötti elsődleges különbség az éber élet összefüggésgészét, a személyes én és életének egységét biztosítani hivatott, elemi szinten

² A 90-es évek fenomenológiai pszichiátriájában jelenik meg az úgynevezett ipszeitás vagy minimális szelf koncepciója, Dan Zahavi (2018), illetve Luis Sass (2005) munkáiban. Zahavi szerint felbukkanó tapasztalataink alapvető jellemzője, hogy ösztönösen érezzük, azok hozzánk tartoznak, egyes szám első személyű perspektívából adódnak számunkra. Henriksen és Parnas (2014) szerint az ipszeitás az énidentitás magját képezi. A szerzők szerint az ipszeitás teszi lehetővé, hogy reflektálatlan és önkéntelen módon merülhessünk bele egy interszubjektív módon validált és megosztott társas világba, amely „már eleve adott, evidens háttere” minden élménynek és jelentésképződésnek. „Ez a hallgatólágoosan feltételezett fundamentális én-világ szerkezet jelenik meg a hétköznapi »természetes ontológiai beállítódásban«: a világ mint valódi, elme-független entitás már eleve adott a számunkra”, mégpedig „a tér, az idő, az okság és az ellentmondásmentesség kategóriái által meghatározva”, amelyek „megbízhatóvá, kiszámíthatóvá és ontológiai szempontból biztossá teszik” számunkra a valóságot (Henriksen – Parnas 2014. 545).

³ Torma szavaival „az álombéli és az éber én diszkontinuitása pusztán a személyes énré, ám nem a pólusként felfogott énré vonatkozik” (Torma 2020. 42).

⁴ Torma szerint ezért az éberség „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” (Torma 2020. 44).

működő szintézisre vezethető vissza” (Torma 2013. 256). Az éber tudat számára „[v]égső soron minden egy egységet alkot, és az éberségben minden éber érdeklődés; és az éberség azt jelenti, hogy ezek mind egységesen összeszövődnek, az akarat-módusoknak egy én-pólusú szövetékét alkotják” (Torma 2013. 269–270). Bár az alvás periódusa minden éjjel megszakítja a normál tudati működéseket és az éber élet összefüggésegszét, az ébredéssel újra és újra összeáll ez az összefüggésegsz. Torma Husserl-t idézi: „Aktuális visszaemlékezések és visszaemlékezések iteratív szintézise révén nyerem [...] múltamat és napomat mint az éber periódus egységét.” (Hua XXXIX, 587, idézi Torma 2013. 256.)⁵ Torma gondolatmenete azt implikálja, hogy mivel az emlékezési folyamatok csak sporadikusan terjednek ki az álmokra, az álmok nem tagolódhatnak be az éber tudat spontán és akaratlagos jelentésszövéseinek élettörténeti egységébe.

Noha elfogadhatjuk Torma tézisé, miszerint mind az éber én, mind pedig az álom-én a jelentésképződés pólusaként fungál, úgy véljük, döntő különbséget jelent, hogy az álom-én az éber énnel szemben nem „lép fel” a jelentésképződés egologikus szintjére. Az álom-én nem kerül valódi intencionális viszonyba az őt afficiáló tárgyakkal, hanem passzívan hanyódik ide-oda az álomvilágban, aszerint, hogy éppen milyen érzélem,⁶ leülepedett emlék, az álom során keletkező fantázia, esetleg az álomba kívülről beszűrődő, gyöngébb szomatikus vagy külvilági érzéket ébresztő hatása éri el. Ahogyan Heller Ágnes mondja: „Az álom-én szabadsága [...] korlátozott. [...] az álom-én nem választ, vele a dolgok egyszerűen megtörténnék.” (Heller 2011. 172–173.) Mi lehet az oka az álom-én passzivitásának? Amikor egy tárgy éber állapotban afficiálja, ébreszti az ént, és az én e tárgy felé fordul, akkor „az én számára nemcsak egy elszigetelt intenció ébred fel, hanem vele együtt egy érdeklődésegsz” (Torma 2013. 269). A tárgyhoz ugyanis,

amely éber figyelmünket felkelti, hozzátartozik háttere, de nemcsak az érzéki külső és belső háttér, hanem minden aktívvá vált értelem-összefüggés, sőt olyan utalások végtelenje, amelyek éppen nincsenek előtérben, viszont potenciálisan aktívvá válhatnak. Amint szó esett róla, az érvényességeknek a háttere burkolt intenciói révén szerephez jut (Torma 2013. 269–270).

⁵ Husserl megállapítását azonban csak akkor fogadhatjuk el, ha a visszaemlékezésbe az intencionális, akaratlagos emlékezés mellett beleértjük a spontán értelemképződést is. Az idő ugyanis, ahogyan Szabó megállapítja, „változás: nemcsak szedimentáció, hanem szétszakadás és diszperzió is. A jelenek nemcsak ismétlik a felhalmozódott perceptuális, nyelvi, gondolkodásbeli értelmet (sens), hanem újra és újra megváltoztatják, új értelem (sens) irányába térítik ki” (Szabó 2005. 80).

⁶ Borges szerint „[a]z álomban [...] azokat a benyomásokat jelenítik meg a képek, amelyeket mi hatásuknak vélünk; nem azért rettegünk, mert egy szfinx kísért bennünket, hanem azért álmodunk egy szfinxról, mert magyarázatot akarunk adni a rettegésünkre” (Borges 1986. 117). Vagyis az álom-én, amikor valamilyen érzélem afficiálja, képzelegni kezd, maga elé vetíti egy álombéli szörny képzetét, amit azután valóságnak hisz, akárcsak egy éber állapotban lévő pszichotikus egység.

Mivel az álomban ez a horizont hiányzik, az álomtapasztalat az éber tapasztalathoz viszonyítva *töredékes természetű*.

IV. AZ ÁLOMBAN KÉPZŐDŐ ÉRTELEMEGYSÉGEK HETEROGENITÁSA

„Minden valóságesség »értelemegység«” – írja Husserl (Husserl 1977. 120, idézi Tengelyi 2007. 17). Tengelyi pedig ehhez hozzáteszi: „A fenomenológia a világot [...] nem dolgok vagy tények összességeként fogja fel, hanem szakadatlanul áramló és átalakuló értelemképződmények átfogó összefüggéseként.” (Tengelyi 2007. 17.) Természetesen igaz ez az álomra is. Az álomban megvalósuló értelemképződés leírása ugyanakkor keményebb diónak látszik, mint az észlelésé, amire Husserl az egész fenomenológiai vállalkozást alapozza. Az álom, ahogyan Torma megállapítja, „minden másnál jobban fenyegeti a fenomenológia [...] áttetsző, azaz tudatos és egységes énről alkotott képét” (Torma 2020. 46). Részben ez lehet a magyarázata annak, hogy Husserl érezhető averzióval viszonyul az álom fenoménjéhez.⁷ A fenomenológia klasszikus szerzőit ugyanakkor foglalkoztatja az álmodás,⁸ ahogyan a kortárs fenomenológiában is megfigyelhető bizonyos érdeklődés az álmok iránt.⁹ Az egyes szerzők azonban eltérő módon ragadják meg az álmodás sajátosságait, miközben alig reflektálnak egymásra.¹⁰

Ez nem tekinthető véletlennek. Az álom fenomenológiai vizsgálata jelentős akadályokba ütközik. Ezek közül az első, hogy az álmodó szubjektum nem rendelkezik az éber szubjektum reflexív tudatosságával. Így az álomfenomén közvetlenül nem, csupán kerülő úton, az emlékezés fénytörésén keresztül válik hozzáférhetővé a fenomenológiai elemzés számára. Az álmok felidézésének képessége fejleszthető ugyan, mégis meglehetősen bizonytalan. Az egyéni képességek nagy szórást mutatnak ezen a téren. A második akadály, hogy a felidézés

⁷ Ahogyan Nicola Zippel megállapítja, Husserl az álmodás kifejezést „voltaképpen negatív értelemben használja, szembeállítva azt a fenomenológia autentikus kutatási területével, azaz a transzcendentális szubjektivitás éber életével” (Zippel 2016. 181). Zippel (2016) szerint Husserl a következő négy szövegben foglalkozik az álommal: a Husserliana XXIII-ban; a Héringnek írt levélben; egy kéziratban, amely 1933 tavaszára datálható; végül egy 1920-as években publikált szövegben, amely a Husserliana XXXIX. kötetének 17. függelékében jelent meg.

⁸ Lásd Fink 1966, Conrad 1968, Héring 1947, Patočka 1991, Schütz 1996, Sartre 1948, Merleau-Ponty 2006.

⁹ Lásd Morley 1999, Ferencz-Flatz 2010, Iribarne 2003, De Warren 2012, De Warren 2016, Zippel 2017, Sepp 2010.

¹⁰ Husserl például nem volt hajlandó kommentálni Fink tőle eltérő álláspontját az álomról, amelyet Fink disszertációjában fejt ki, noha ő volt Fink témavezetője (vö. Zippel 2016). Úgy tűnik, az egyetlen kivétel ebből a szempontból Héring, aki levelezést folytat Husserlrel többek között a lucid álomról. (A Héring–Husserl-velezést az álomról Ferencz-Flatz [2010] dolgozza fel.) Héring továbbá utal Sartre-ra és Finkre is az álommal kapcsolatban.

során az éber tudatnak az álom nemlineáris, nemnyelvi, nemdiszkurzív struktúráját kell szavakba öntenie. Ezért lehetetlen szétválasztani, hogy a felidézett és elbeszélte álom milyen mértékben tartalmazza az eredeti élményt, és milyen mértékben változtatja meg azt. A cikk befejező részében erre a problémára részletesen kitérünk. Harmadszor, és legfőképpen, figyelembe kell venni azt, hogy az álom heterogén értelemképződmények gyűjtőneve. A laboratóriumokban gyűjtött fenomenológiai beszámolók szerint álmunk a ködös, elmosódott álomtöredékektől kezdve a jól kidolgozott, világos narratív struktúrával jellemezhető álmokig nagy változatosságot mutatnak. Ha meglehetősen ritkák is, de vannak jól strukturált, az éber képzelethez, olykor a fogalmi gondolkodáshoz, néha pedig akár a műalkotásokhoz hasonló tökéletességgel megformált álmok.

Az ötvenes évek óta folyó laboratóriumi alváskutatások nem csupán ideglettani adatokat gyűjtöttek, hanem hatalmas mennyiségű első személyű beszámolókat is a három álom-típus, az elalvás, a REM-alvás és a nem-REM- (a továbbiakban NREM-) alvás során zajló értelemalkotás eltérő karakteréről. A fenomenológiának ezt az empirikus anyagot mindenképpen ajánlatos figyelembe vennie. A három alvás-szakasz fenomenológiai jellemzői a következők. (1) Az *elalvás* hipnagóg képzetei (a) színek és formák bonyolult keverékei, (b) a narratív szerkezet hiánya jellemzi kapcsolatukat, (c) az álmodó nem jelenik meg ezekben a képzetekben, (d) nem színezik őket érzelmek. (2) A *NREM-fázis* (a) a vizuális képzetek mellett megjelenő *fogalmi* jellegű tartalmak dominálják, (b) konkrét emlékek vagy aktuális feladatok témái bukkannak fel, és (c) az alany nem mindig éli meg álomnak ezeket a lelki jelenségeket. Végül (3) a *REM-álomfázis* jellemzői a következők: (a) az uralkodó modalitás vizuális, (b) a képzetek hiperasszociatív módon, bizarr jelleggel, de mégis narratív szerkezettel kapcsolódnak egymáshoz, (c) érzelmekkel átítatott fantáziák jelennek meg, (d) a történetek főszereplője az álmodó személy, (d) az emóciók inkább negatívak, mint kellemesek; a leggyakoribb érzelmek a szorongás, a félelem és a meglepődés; fájdalomérzékelést ugyanakkor nem tartalmaznak a REM-álmok. A korábbi vélekedésekkel szemben ugyanakkor kiderült, hogy képi elemek a nem-REM fázisról szóló beszámolók mintegy 80 %-ában is megjelennek. Témánk szempontjából fontos, hogy ezek a képek „általában kevésbé élesek és körvonalazottak, mint a hipnagóg hallucinációkban és a REM-álmokban” (Halász és Bódizs 2001. 173).

Látnunk kell ugyanakkor, hogy az empirikus vizsgálódások eredményei jelentős mértékben *divergálnak*. Jennifer Windt (2015. 56), a kutatások vezéralakja szerint az újabb kutatások konszenzusa az, hogy az álom nem kötődik a REM-alváshoz, hanem „bármelyik alvási szakaszban előfordulhat”. Schwartz és munkatársai (2005. 461) szerint „[a] REM-alvás nem szükséges feltétele, csupán facilitáló feltétele az álomnak”. Mások is azt találták, hogy a NREM fázisban is előfordulhatnak komplex és élénk álmok (Antrobus 1990, Foulkes 1993, Foulkes 1999). Mi több, vannak, akik azt is vitatják, hogy *bármelyik*

lyen kivételes szerepe lenne a REM szakasznak az álom szempontjából (Solms 1997, Solms 2000, Domhoff 2003). Windt (2015. 532) szerint „az elalvás közben előforduló élmények majdnem olyan változatosak és heterogének, mint az álmok”. Vannak olyan kutatások, amelyek az elalvás során elszigetelt képzeteket regisztráltak (Mavromatis 1987, Stickgold et al. 1999), mások pedig a kifejlett, azaz REM-álmhoz hasonló élményeket (Nielsen – Stenstrom et al. 2005, Stenstrom et al. 2012).

Elalvás közben, a hipnagóg fázisban, csakúgy, mint a REM-álmoknál, „a leggyakoribb képzetek vizuális jellegűek, ezeket gyakoriságban az auditorikus, valamint a vesztibuláris (egyensúlyélménnyel kapcsolatos) érzetek követik, mint amilyen a lebegés vagy zuhanás” (Windt 2015. 532). Mindhárom modalitás egyszerre, tehát a képi, auditorikus és vesztibuláris azonban csak ritkán jelenik meg ugyanabban a beszámolóban (Germain & Nielsen 2001). Az alanyok gyakran számolnak be ezen kívül arcokról a hipnagóg fázisban (Mavromatis 1987). A legtöbb beszámoló szerint ilyenkor az egyszerűbb mintázattól az összetettebb felé halad az álmokképződés, például „arcok emelkednek ki a sötétből, mint egy ködből, majd gyorsan éles körvonalat öltenek, kerekké, élénkké, élettel telivé válnak” (Windt 2015. 532).

Külön említést érdemel az álmok heterogenitásával kapcsolatban, hogy az ókor óta ismert a *tudatos* (vagy *lucid*) *álmódás* különös jelensége, amikor a *hipnonauta* (az álmódó alany) 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. 43). Husserl és a fenomenológia olyan klasszikusai, mint Fink vagy Sartre egyszerűen elutasították a tudatos álmok létezését, annak ellenére, hogy Platónról és Arisztotelésztől kezdve Ágostonon keresztül Freudig számos jelentős gondolkodó tudósított létezésükről. Torma szerint az elutasítás oka az lehet, hogy Husserlék feltételezték, „az ilyen álmokból kiindulva radikálisan meg kellene osztanunk az egységes fenomenológiai szubjektumot, illetve az álmot egyfajta percepciónak kellene tekintenünk” (Torma 2020. 34). Stephen LaBerge (1985) azonban a 80-as években empirikus módon is igazolta, hogy a tudatos álmódás nem mítosz, hanem reálisan létező mentális fenomén. Úgy gondoljuk, a fenomenológia innentől kezdve nem teheti meg, hogy ne számoljon létezésével.

V. A FENOMENOLÓGIA ÉS AZ EMPIRIKUS KUTATÁSOK VISZONYA

A köznapi felfogás szerint az álmok az éber tudat jelentéskonstitúcióihoz hasonló, kész értelemalakzatokból állnak. Tudjuk persze, hogy az álom *cselekménye* logikátlan, bizarr, inkohereciáktól terhes. Az álmok mégis azt az illúziót keltik

bennünk, mintha a nappali gondolkodás *predikatív értelemalakzataihoz* hasonló jelentésegységeket tartalmaznának. A szépirodalmi leírásokban és a pszichoterápiás esettanulmányokban is jól megformált, világos értelemalakzatokról olvashatunk.¹¹ Végül el kell ismernünk, hogy olykor a fenomenológiai vizsgálódások is így tekintenek az álmokra. A laboratóriumi álmokutatásokból azonban egy másfajta kép tárul elénk.

Az empirikus álmokutatások módszere egyszerű, ám hatékony. Az álmodót az alvás különböző szakaszaiban felébresztik és beszámoltatják arról, hogy éppen milyen mentális folyamatok zajlanak elméjében. Ezzel párhuzamosan általában regisztrálják a személy neurológiai és egyéb élettani aktivitását is, és az így nyert adatokat igyekeznek összekapcsolni az első személyű fenomenológiai beszámolókkal. A laboratóriumi álmokutatások azt mutatják, hogy az álmodót létrehozó mentális működések alatt az agykéreg aktivitása ciklikusan és jelentős mértékben ingadozik, a fenomenológiai beszámolók pedig korrelálnak ezekkel a változásokkal (vö. Windt 2015. 88–94). Az álombeszámolók jelentősége, hogy olyan tapasztalatról tudósítanak, amelyhez normális körülmények között csak rendkívül ritkán férhetünk hozzá.

Figyelembe kell-e venni az empirikusan összegyűjtött anyagot a fenomenológiának, amely a világot értelemegységek összességének látja? A fenomenológia a filozófiai alapozás igényével lép fel a pszichológiával és más tudományokkal szemben.¹² Ugyanakkor az is igaz, hogy bár a fenomenológia elutasítja a természettudományok szcientizmusát, olykor inspirációt merít az empirikus kutatásokból. Ilyen inspirációnak tekinthető voltaképpen már a brit empiristák naturalista természetű asszociáció fogalma is, amelynek Husserl *A passzív szintézisre vonatkozó elemzésekben* új értelmet adott. Míg a brit empiristák és a huszadik század eleji kísérleti pszichológusok asszociáción valamilyen objektív, pszichofizikai kauzalitás jelenségét értették, Husserl intencionális tartalmat adott a fogalomnak (Husserl 2000. 95). A fenomenológia felfigyelt azokra a kivételes megfigyelési helyzetekre is, amelyeket a gestaltista pszichológusok kísérletei

¹¹ A *Karamazov testvérekben* például ezt írja Dosztojevszkij az álomról: „álmában, különösen gyomorrontástól vagy efféléttől eredő lidércálmában néha olyan művészi álmokképeket lát az ember, olyan bonyolult és kézzelfogható valóságot, olyan eseményeket vagy éppenséggel az események egész világát, amelyet olyan meglepő részletek szövvénye fűz össze – legmagasabb megnyilatkozásokon kezdve az utolsó inggombig –, hogy esküszöm, Lev Tolsztoj sem alkot különbet, holott néha korántsem alkotók, hanem a lehétköznapi emberek, hivatalnokok, tárcsárok, papok látnak ilyen álmokat...” (Dosztojevszkij 1982. 456–457.) Ebben a szövegrészletben a félig már megőrült Iván az általa hallucinált ördöggel társalog, aki ironikus módon azt fejtegeti neki, hogy amit az álomban idegen forrásnak tulajdonítunk, az éppenséggel saját képzeletünk terméke.

¹² „A pszichikait leíró, ténylegesen kielégítő empirikus tudomány a maga természeti vonatkozásaiban csupán akkor folytathatja vizsgálódásait, ha a pszichológia rendszeres fenomenológiára épül, tehát akkor, ha a tudatot, valamint immanens korrelátumait lényegalakzataik szisztematikus összefüggésében, tisztán szemléletileg vizsgáljuk és rögzítjük” – mondja Husserl (1910/1972. 160).

kínáltak.¹³ Ezek a kísérletek nyilvánvalóvá tették, hogy a látszólag a tárgy által determinált észlelés mögött Husserl elgondolásainak megfelelően valójában tudat és tárgy élénk, vibráló interakciója lappang.¹⁴ Az 1910-es évek a filozófia és a pszichológia egymásra hatásának egyik legtermékenyebb időszaka.¹⁵ Husserl új filozófiája erőteljesen inspirálja a *Gestalt*-pszichológusokat. A Wertheimer által felfedezett phi-jelenség, amelynek publikálásával 1912-ben zászlót bont a gestaltista mozgalom, valamint a kétesélyű ábrák, a Müller–Lyer-illúzió és más, a Gestalt-pszichológusok által kialakított sajátos észlelési helyzetek megmutatták, hogy a valóság – Ullmann szavaival – „nem nyers adottság, hanem megfigyelt és megfigyelő bonyolult viszonya, tapasztalt és tapasztaló egymásra hatása, tárgy és tudat összetartozása” (Ullmann 2010. 13). Az alaklélektan megfigyelései pedig visszahatottak a filozófiára. Husserl elismeri az általa is elutasított wundti elementarizmuson túllépő Oswald Külpe és Karl Bühler munkásságát (Husserl 1998/I. 285). Szerinte a pszichológusok közül csupán ők ketten értették meg a *Logische Untersuchungen* pszichológiai következményeit. A harmincas években Wittgenstein (1998. II. rész. XI. szakasz), a negyvenes években Merleau-Ponty (1945/2012) egymástól függetlenül döbben rá: a *Gestalt*-pszichológusok kétesélyű észlelésábrái nem egzotikus furcsaságok, hanem az észlelés *par excellence* esetei, amelyekben tudat és tárgy egymásra hatása a legvilágosabb, legpregnansabb formában jelenik meg (vö. Ullmann 2010. 341–418).

VI. AZ EMPIRISTA ÁLOMKUTATÁSOK FENOMENOLÓGIAI TANULSÁGAI

Az empirikus álmokutadásoknak fenomenológiai szempontból négy lényeges tanulságuk van. Az első az, hogy meg kell különböztetni az ébredés után (vagy ritkábban napközben) *spontán módon* eszünkbe jutó álmokat, valamint az otthoni, normál körülmények között *elfeledett* álmokat. Ez utóbbiak lényegében csak mesterséges módon hozzáférhetők. (Kvázi-laboratóriumi körülményeket persze otthon is tudunk teremteni magunknak azzal a fáradságos módszerrel, hogy az éjszaka különböző pontjain random jelleggel felébresztjük magunkat ébresztőórával.) A második tanulság, hogy bár „a spontán módon eszünkbe jutó álmok határozzák meg az álmokról vallott meggyőződéseinket és elképzeléseinket,

¹³ A Gestalt-pszichológia, állapítja meg Pléh, „klasszikusan nem bizonyít kísérleti csoportokkal, hanem demonstrál. Olyasmit mutat fel, ami mindenki számára kötelezően átélendő s átélhető” (Pléh 2010. 269, 276).

¹⁴ Arthur Eddington az 1919-es napfogyatkozás idején képes volt megfigyelni a Nap gravitációs lencsehatását, és ezzel empirikusan alátámasztani Einstein néhány évvel korábban publikált általános relativitás-elméletét. A gestaltisták kísérletei ezzel analóg módon támasztották alá Husserl intencionalitás-konceptióját.

¹⁵ A másik ilyen korszak az analitikus filozófia, elsősorban a funkcionalizmus hatása az 1960-as évek kognitív pszichológiájára, aminek gyümölcse a kognitív tudomány lett (vö. Pléh 2010).

ezek az álmok valójában atipikus álmok” (Windt 2015. 94). Domhoff (1996. 41) szerint az ilyen álmok „legfeljebb az álmok 5-10 %-át teszik ki”.¹⁶ A harmadik tanulság, hogy az ilyen típusú álmok, nevezzük őket „klasszikus” álmoknak, könnyebben felidézhetőek. A könnyebb felidézés miatt alakulhatott ki az a hiedelem, hogy az álmok mint olyanok a „klasszikus” álmokkal egyenlőek. Végül a negyedik, és gondolatmenetünk szempontjából legfontosabb eredmény, hogy az elfeledett álmok a spontán felidézett álmokkal szemben inkább *elmosódott* értelemalakzatokból állnak. Fenomenológiai szempontból az „elfeledett” álmok a tanulságosabbak, mivel ezek biztosítanak közvetlenebb hozzáférést a pre-predikatív értelemképződéshez. Az „elfeledett” álmok alátámasztják Foucault megállapítását, aki szerint „[a]z álom képzeletbeli formái a tudattalan burkolt jelentéseit hordozzák: afféle *kvázi-jelenlétet* adományoznak nekik az álomvilág félhomályában” (Foucault 2000. 17 – kiemelés az eredetiben).

VII. RETROAKTÍV ÉRTELEMKÉPZŐDÉS AZ ÁLOM FELIDÉZÉSE SORÁN

Az álomban, ahogyan Szabó Zsigmond megállapítja, „fellazul a predikatív, kész fogalmak által irányított tapasztalás szerkezete. Sokszorosan túldeterminált, eltolt, sűrített motívumok vannak jelen, és teljesen más az idő tapasztalata is” (Szabó 2005. 73–74). Tegyük fel, a régi iskolámról álmodom, éppen felelek a táblánál. Miközben ez történik az álomvilágban az álom-énemmel, a kinti világban megszólal az ébresztőóra. A két világ, a valódi és az álombéli egy pillanatra találkozik, akárcsak Babits fiatalkori fantasztikus kisregényének, *A gólyakalifá-*nak a végén. Felébredek és csodálkozva állapítom meg, hogy éppen akkor szólalt meg az ébresztőóra, amikor álomban az óra végét jelző csöngetés. Mintha csak előre tudtam volna, miközben álmodtam, hogy az álomtörténet végén fel kell majd hangoznia a csengetésnek. Hogyan lehetséges ez?

A rejtély magyarázata a retroaktív értelemképződés, a múlt visszamenőleges megváltoztatása. Amit úgy hívunk, hogy „az emlékek felidézése”, az valójában *konstrukció*, a múltbeli jelentéseket a jelennel egybeszövő emlékezeti és képzeleti működések eredménye. Ennek következtében a múlt folyamatosan változik emlékeinkben, legyen szó egy éber állapotban átélt esemény, egy álom vagy akár egy hallucinogénnel kiváltott élmény emlékiról. A tudat újra és újra egybeszövi a múltat a jelennel: „[a] jelenbeli tudás megváltoztatja az emlékezetben őrzött múltat is, az a múlt ugyanis nem pusztán egyszer és mindenkorra rögzített információk és adatok egymásmellettiége, hanem értelem-összefüggés” – írja Ullmann (2012. 100). A retroaktív értelemképződés természetesen nem

¹⁶ „Míg az alváslaboratóriumokban az alanyok 4-6 álomról számolnak be átlagosan egy éjszaka, otthon az emberek csak ritkán képesek felidézni álmaikat.” (Windt 2015. 94.)

az álomfelidezés sajátossága, hanem az eleven jelen része.¹⁷ A tudat élményfolyam, a tudatáram mozgása látszólag egyértelmű. A jövő felé tart, szukcesszív mozzanatokból áll. A szukcesszív struktúra alatt azonban egy, a múlt és a jövő között oszcilláló dinamikát találunk. Az emlékezés jelentős részben a jelenből a múlt felé áramló értelemképződésről tanúskodik. Husserl a retencióba süllyedt ősbnyomásokat átíró jelentésképződést nevezi retroaktivitásnak. Hallok zenei hangokat, de csak *utólag* észlelem őket dallamként. Már régóta fázom, de csak *utólag* jövök rá, hogy már jó ideje kialudt a kályha a szobámban.

A retroaktivásban megvalósuló spontán értelemképződés, a múlt folyamatos átírása teszi lehetővé azt, hogy a váratlan újdonságélményeket utólagosan beilleszthessük a tudat élményfolyamába.¹⁸ A fenti álom esetében például a kinti világból betörő hang mint „idegen tapasztalat” lepi meg tudatomat, és arra kényszeríti, hogy felébredés után utólagosan adjon értelmet ennek a tapasztalatnak a felidezés során. Amikor azt mondom, hogy „felidéztem az álmomat”, a szóhasználat az implikálom, hogy ez a „felidezés” hasonló ahhoz, mint amikor például egy éber tudatállapotban lefolytatott beszélgetést próbálok minél pontosabban visszaidézni, amit mondjuk tegnap folytattam valakivel. Ez a szóhasználat azonban *megettévesztő*. Egy álomra való emlékezés sajátossága abban áll, hogy *fluidabb* értelemalakzatokat kell felidézniem, mint amikor éber állapotban átélt eseményekre emlékezem.

¹⁷ Ahogyan Ullmann megállapítja: „A retroaktív ébresztés egyáltalán nem egy különleges, ritkán előforduló eseménye a tudatéletnek, sőt, ha jobban szemügyre vesszük, világosan kiderül, hogy a retroaktív ébresztés minden tudatossá válási folyamat (vagyis minden tapasztalat) lényegi összetevője.” (Ullmann 2012. 96–97.) Azt mondhatjuk, hogy pillanatról pillanatra azzal a lehetetlen feladattal kell megbirkóznunk, hogy az ismeretlen és váratlan jövőt elővételezzük. A tapasztalás, ha valamilyen meglepő dolog történik velünk, „űgyszólván utólag dolgozza fel a történeteket, azután, hogy az előreláthatatlan esemény már megtörtént: a tudat retroaktív módon érti meg az események láncolatát. A megértés azt jelenti, hogy utólag konstituálunk egy történetet, amibe azután beillesztjük az előreláthatatlan eseményt, ráadásul olyan módon, mintha ez az esemény bizonyos értelemben a korábbiak következménye lenne, vagyis anticipálható lett volna” (Ullmann 2012. 102–103).

¹⁸ A tapasztalat tudatidegen aspektusa jelenik itt meg. Az ősbnyomás pillanata, vagyis a mindenkori jelen, egy spontán módon előálló előzetes várakozásnak (protenciónak) a beteljesülése. Ugyanakkor a tapasztalás folyamatában az ősbnyomás az őslétrehozással születő újat képviseli, amely „tudatidegen”, ezért a tudat receptivitásának a körébe tartozik; mint ilyen, szemben áll „a tudatspontaneitás által létrehozottal”. A tudatspontaneitás, vagyis a tudat intencionális jelentésképzése, állapítja meg Husserl, semmi újat nem teremt, csupán az ősbnyomást juttatja növekedéshez, kifejlődéshez. A fentiek a következő mondatban foglalkozhatók össze: „Az észlelés újat hoz, ez a lényege. [...] Ámde evidencia [...], hogy az új minden várakozást arcúl csaphat.” (Hua 11. 211, idézi Tengelyi 2007. 22.) Mindebből, ahogyan Tengelyi rávilágít, a következő látszólagos aporia adódik: (1) a protenciók a tudat előzetes várakozásai, amelyeket a mindenkori ősbnyomások teljesítenek be. (2) Ugyanakkor a tapasztalásban benne rejlik új, tudatidegen elem – Husserl szavaival – „minden várakozást arcúl csaphat” (Tengelyi 2007. 24). Hogyan lehet tehát valamit elővételezni, ami teljesen váratlan? A megoldást a retroaktivitás sematizmusa jelenti, a múlt folyamatos átírása. Ez teszi lehetővé, hogy az újdonságélményeket utólag illeszthessük be a tudatba.

A laboratóriumi álmok kutatások fenomenológiai jelentősége az, hogy feltárják az álmok értelemegységeinek fluid karakterét. Prahovean Vasile így írja le ezt a fluiditást *Sematizmus és költői fenomenológia* című könyvében, amikor egyik álma kapcsán megállapítja: a gondolkodás, ha „valamit meg is ragadott, az mindjárt tovatűnt; rögzített valamit, és a rögzítést mindig más látvány” jelenítette meg „egy összefüggéstelennek tűnő sorban. A gondolkodás – mint felszínre törő pisálkolás –, nem tudott tisztán körültekinteni, nem tudta egy csapásra tisztán átláthatóvá tenni az események sorát, sőt még az sem biztos, hogy bizonyos »képek« nem merültek el a teljes feledésbe. Azt mondhatom, hogy csupán sejtések között mozog” ebben a tudatállapotban az értelemképzés (Prahovean 2018. 158).

Amikor „felidézem” egy álmomat, egyszerre két dolgot teszek. Egyrészt az álombéli prepredikatív jelentés-csírákat fogalmakká transzponálom, vagyis az álmokképek félkész értelemalakzatait beleállítom a szavak szimbolikus rendjébe. Ennek következtében nem az eredeti homályos, elmosódott értelemalakzatokról számolok be (magamnak vagy másoknak), hanem *kész* jelentésekről. Másrészt az álmok különböző mozzanatait lineáris szekvenciába szervezem.¹⁹ Az álom felidézése ugyanis mindig egy történet formájában megy végbe, márpedig minden történet egy lineáris szekvenciát feltételez.²⁰ Az álomriportok narratív szerkezete minden valószínűség szerint nem az eredeti álmokképződés sajátossága, hanem az álom *felidezésének* a „műterméke”.

VIII. AZ ELSŐDLEGES ÁLMÓÉLMÉNYNEK ÉS AZ ÁLMÓ ÉRTELMEZÉSÉNEK AZ EGYBEFONÓDÁSA

Az eddigiek azt implikálják, hogy a primer álomélmény és annak felidézése elválaszthatatlan egymástól. Ez megint csak nem álomspecifikus jelenség. Mint említettük, a felidezés mindig megváltoztatja a múltat. Amikor emlékezem, nem a múltban végbement értelemalkotások eredményeit idézem fel, hanem *új értelmeiket* hozok létre a múlt eseményeiből a jelen relevanciáinak megfelelően.

¹⁹ Halász és Bódizs szerint a REM-álmok narratív szerkezete „az álomfolyamatok legfeltűnőbb sajátossága”. Úgy vélik, hogy „[s]zinte minden, amit álmodunk, történetek formájában ölt testet” (Halász és Bódizs 2001. 174). A REM-riportok, amellet hogy narratív szerkezetűek, általában hosszabbak és szervezettebbek, mint a nem-REM fázisról szóló beszámolók (Hobson, Pace-Schott & Stickgold 2000. 799–803, Antrobus & Wamsley 2009; Hobson & al. 2011; McNamara & al. 2010).

²⁰ Ricœur szerint a szekvencialitás, a „diakron” jelleg minden narratíva primer jellemzője. Ricœur úgy látja, hogy miközben a hatvanas-hetvenes években az analitikus történetfilozófia (például White 1974, Mink 1969) az irodalommal keresett érintkezési pontokat, ezt a tényt szem elől veszítette. Az irodalomelméletet ekkortájt domináló strukturalista törekvések ugyanis az idő-dimenziót megpróbálták kiiktatni a történetekből (Barthes 1966, Greimas 1966). Ricœur szerint ez elhibázott törekvés volt, „a narratíva diakronikus olvasatát nem lehet teljes egészében egy idő-dimenziót nélkülöző olvasattal felcserélni” (Ricœur 1981. 285).

A múltban megszületett jelentések éppoly készséges tárgyai lehetnek a jelenben végbemenő jelentésalkotásnak, akárcsak a jelen perceptuális benyomásai.

Szabó így jellemzi az ébredés utáni sajátos tudatállapotot, amely átmenetet képez az álom radikálisan módosult tudatállapota és az éber normál tudatállapot között:

Felébredés után hosszabb-rövidebb ideig még benne vagyunk az álom világában, hangulati telítettsége még hozzáférhető számunkra, túldeterminált tartalmi, logikátlanosságai továbbra is hatnak ránk, még nem estek szét inkohereus darabjaikra az emlékezés fényénél. De az akaratlagos visszaemlékezés és a logikus rekonstrukció folyamata már elkezdődött, hiszen megkérdezték tőlünk (vagy mi magunktól), hogy mi is volt az a megbabonázóan érdekes álom. Ebben az érdekes időszakban [...] alakul, kristályosodik ki az álomtartalomnak logikus, deformált magja, amit egyáltalán elsőre el tudunk mesélni. (Szabó 2005. 73–74.)

Mit jelenthet mármost a fenti leírásban, hogy felébredés után egy ideig „még benne vagyunk az álom világában”? Szabó minden bizonnyal arra utal, hogy ébredés után egy ideig többé-kevésbé még az álom módosult tudatállapotában maradunk. Tagadhatatlan, másképpen jár ilyenkor az eszünk, mint amikor teljesen éberek vagyunk. Az életvilág és saját aktuális élethelyzetünk praktikus relevanciái ekkor még nem töltik be a tudatunkat, és nem nyomják el az álom hangulatát és jelentéseit. Ennek köszönhetően az álmok még jól elérhetőek számunkra, és készségesen adják oda magukat a legkülönbözőbb képzettársításoknak. Bárki megtapasztalhatta ezt, ha közvetlenül ébredés után megpróbálta leírni egy álmát, és eltöprengett azon, hogy az álomnak milyen referenciái lehetnek saját jelene és múltja vonatkozásában.²¹

Közelebbről szemügyre véve – írja Foucault – az álomban megjelenő értelem korántsem azonos a maga teljes evidenciájában megvalósuló értelemmel, hiszen az álom, amennyire kibontakoztatja, épp annyira cserben is hagyja azt; felkínálja, ám eközben hígítja, körmönfonttá teszi. (Foucault 2000. 17.)

Mit értsünk azonban az álomban „megjelenő” vagy az álomban „kifejeződő” értelmén, amit – Foucault szavaival – az álom „kibontakoztat”, ám egyúttal „cserben hagy”; „felkínál”, miközben „hígít”? Szcientista rossz szellemének engedve Freud egy helyütt odáig merészkedik, hogy kijelenti: az álom értelmezésénél, akárcsak egy kirakós játéknál, csupán egyetlen jó megoldás van; ha az elemek „hézagmentesen illeszkednek egymáshoz, s a megoldás beleillik a já-

²¹ A laboratóriumi kísérletek, mellesleg, ugyancsak észlelték, hogy közvetlenül a REM-alvásból való ébresztés után még fennáll egyfajta hiperasszociativitás az álomfelidőzésre irányuló memóriafolyamatokban (vö. Sitckgold et al. 1999).

tékhoz adott keretbe [...], az ember tudja, hogy megoldotta a rejtvényt, s annak nincsen más megoldása” (Freud 1923/1953–1966. 116). Valójában azonban minden álmom *számtalan* módon értelmezhető tehát, akárcsak egy műalkotás. Wittgenstein, részben Freuddal vitatkozva, az álmodást egy mese megalkotásával és értelmezésével állítja párhuzamba. Feltehetjük a kérdést, „miért álmodunk, és miért írunk mesét”. A mesékben vannak például allegorikus tartalmak, azonban „nem minden allegorikus”. Nem lenne értelmes arra keresni a választ, „hogyan a szerző miért éppen azt a történetet írta meg, és miért éppen úgy?” (Wittgenstein 1993. 77.)²²

Már idézett könyvében Prahovean megpróbálja megfejtetni egyik saját álmát.²³ Maga az álomleírás mindössze két sor: „úgy vélem, nyírfát láttam, egy tágas és kivilágított termet, amelyben, mintha képkeretek és lányportrék mosódtak [volna] össze; egy kalapos férfi beszélt velem, és talán egy hölgy árnya is elsuhant mellettem.” (Prahovean 2018. 158.) Az álmot követő nap folyamán Prahoveannak többször eszébe jut az álmom.²⁴ Aznap este, egy beszélgetés során Tarkovszkij *Solarisa* kerül szóba. Ez váratlan módon emlékek és asszociációk özönét indítja el benne az álommal és álmán keresztül saját régi élményeivel kapcsolatban.

A többiek elkezdtek beszélni a filmről, én pedig fellazultan söröztem tovább, amikor hirtelen egy emlék villant föl bennem. Az első barátnőmre emlékeztem, akivel rövid ideig jártunk együtt. Az álmom jutott eszembe és hirtelen más értelmet tulajdonítottam neki. A kiállításon [mármint az álomban – Sz. Cs. – H. L.] több hölgyportré volt,

²² Wittgenstein nem tagadja, hogy léteznek vágyteljesítő álmok, elutasítja azonban Freud redukcionista teóriáját, amely szerint minden álmom hallucinatorikus vágyteljesítés. „Freud az egyetlen magyarázatát akarta megtalálni annak, hogy mi az álmom. Az álmom esszenciáját akarta megtalálni. És visszautasított volna bármely véleményt, ami szerint neki részben igaza lehet, de nem összességében. Ha részben téved, számára azt jelentette volna, hogy egészében nincsen igaza – hogy nem találta meg az álmom lényegét.” (Wittgenstein 1993. 75–76, kiemelés az eredetiben.)

²³ Richir fantázia-fogalmára utalva Prahovean így értékeli álmát: „az álmom [...] mint olyan háttér jelent meg, ahonnan bizonyos jelenségek bontakoznak ki. A keletkezés »legtisztább« eredetéként mutatkozott meg, amely nem egészében kaotikus, mivel mindig egy meghatározott értelem domborodott ki benne. Az álmom állandó referenciaként működött ahhoz, hogy az önmagát alakító értelem szüntelenül valamilyen szemléleti betöltésre tegyen szert.” (Prahovean 2018. 157.) Prahovean önmegfigyelése kivételesen ritka eset, ugyanis az álmodó szubjektum általában nem rendelkezik az éber szubjektum reflexív tudatosságával.

²⁴ Eleinte az előző nap eseményeihez igyekszik kapcsolni az álmot: vajon az álomnak van-e „köze ahhoz, hogy tegnap délben találkoztam a parkban a festő barátommal, aki kalapot viselt és elvitt a kiállítására? Erre utalhatnak a képkeretek, amelyekre külön felfigyeltem, mivel olyan fából szeretnék ablaktokokat csinálni szüleim vidéki házának verandájára. Mégis, mintha kalapja más lett volna, mint az, amelyet álmodtam. De ebben sem lehetek biztos, mert nem emlékszem tökéletesen sem a valóságos, sem az álombeli kalapra. Hogyan jön azonban ide a hölgy és a fa? Míg beszélgettem a barátommal, talán egy nyírfával álltunk, és valaki elsuhant mellettem. Van-e azonban a parkban nyírfák, és valójában elment-e mellettem valaki?” (Uo.)

és az egyik nagyon ismerősnek tűnt, bár nem tudtam senkivel sem összehozni. Pedig az akkori barátnőmre ismerhettem rá, és ezzel a felismeréssel lehet összefüggésben maga a nyírfa és a képkeret. Sőt, a nyírfa és a kép már egy Courbet-kiállításon összefonódtak a történet kapcsán, mivel az egyik képén olyan tájat mutatott be, ahol a délutáni napsütésben a nyírfák körül olvadozni kezd a hó. Arra a kisvárosra emlékeztetett, amelyben az első barátnőmet ismertem meg. (Prahovean 2018. 168.)

Némiképp leegyszerűsítve Prahovean képzettársításait a következő asszociációs-sort kapjuk: álombéli hölgy portréja – nyírfa körül olvadó hó – *Solaris* – első barátnő. Prahovean ehhez még hozzáteszi: sok-sok évvel azután, hogy először látta a *Solarist*, újra megelevenedett benne a lány emléke. A távoli bolygó, a *Solaris* körül keringő „úrállomásra kiküldött főszereplőt lelkifurdalások kísértik, amikor a kert nyírfái közt olvadó hóban feleségére és fiára emlékszik” (uo). Prahovean a beszélgetésben felmerülő, a leírt álom szempontjából teljesen esetleges *Solaris*-motívummal elindított asszociációkkal eljut addig a lelkifurdalásig, ami első barátnőjéhez kapcsolódik, és amit soha nem érzett át eddig az álomig tudatosan, világos formában. Ebben véli megragadni álma értelmét.

Első pillantásra úgy tűnhet, mintha Prahoveannak egy szerencsés véletlennel sikerült volna álma *valódi* jelentéséhez eljutnia. Az álmok értelmezésénél azonban ennél lényegesen bonyolultabb értelemképződésről van szó. A Prahovean által leírtakhoz hasonló asszociációs láncokban végbemenő spontán értelemképződéseket Merleau-Ponty *A látható és a láthatatlan* munkajegyzeteiben „husserli világ-sugaraknak” vagy „múlt-sugaraknak” nevezi. Freud értelmezései, írja Merleau-Ponty, „addig tűnnek olyan hihetetlennek”, amíg a Freud által feltételezett tudati működések „egy gondolkodó énnel tulajdonítjuk. De nem így kell ezt felfogni. Ezek az összekapcsolódások nem a gondolkodás konvenciói alapján valósulnak meg” (Merleau-Ponty 2006. 269). Merleau-Ponty szerint a tudatot nem így kell látnunk,

mint egyedi „én azt gondolom, hogy”-ok sorozatát (vonatkozzanak ezek a gondolatok érzékileg adott vagy tisztán gondolati tárgyakra), hanem általános konfigurációkra vagy konstellációkra, múlt-sugarakra vagy világ-sugarakra való nyitottságként. Sok hiányos, felejtéstől rongált és a képzelet által kiegészített emlék síkján keresztülhalotva ezek a sugarak szinte érzékileg megjelenő, pulzáló, eleven struktúrákat, egyedi emlékeket tárnak fel. Csak a tudatra és a dolgokra alkalmazott karteziánus idealizáció hitette el velünk, hogy egyedi *Erlebnissék* [tudatélmények] sorozatából álló tudatfolyamok volnánk, holott inkább lét-mezőik vagyunk (Merleau-Ponty 2006. 268).

Merleau-Ponty fogalmait alkalmazva, a freudi értelmezés a husserli világ-sugar útján halad. Pontosabban „visszafelé” halad. Freud esettanulmányaiban azokat a – ha faktikusan nem is mindig igaz, ám elméleti és gyakorlati szempontból *lehetséges* – asszociatív láncokat rekonstruálja, amelyek mentén a keletkezőben lévő

értelem a husserli passzív szintézisekben végighullámzik. A freudi értelmezések a gondolkodást keresztül-kasul átszövő kiazmusokat, túldetermináltságokat, azaz a logikus gondolkodás alapjául vagy háttéréül szolgáló nem-tudatos gondolkodás szerkezetét tárják fel. Ahogyan Merleau-Ponty írja *A látható és a láthatatlan*ban:

A túldetermináltság *mindig* fellép: az igaz retrográd mozgása (= az ideális előidejűsége, előzetes létezése) (a. m. Husserl szerint a Beszéd maga, a megnevezhető invokációja is erre utal) mindig újabb és újabb értelmet és mögöttes motivációt tár fel egy adott asszociációban. (Merleau-Ponty 2006. 269, kiemelés az eredetiben.)

Freud fogalomrendszere kapcsán pedig ezt olvashatjuk *A látható és a láthatatlan* egy másik munkajegyzetében: „A pszichológiai fogalmak egész architektúrája (érezlés, gondolat – affekció, gyönyör, vágy, szeretet, Erosz), ennek az egész szedett-vedett fogalmiságnak az értelme egy csapásra megvilágosodik”, ha e fogalmakat a „Léthez való hozzátartozásunk egyetlen masszív közegének differenciációiként” gondoljuk el, ami nem más, „mint a hús (a Lét »csipkéinek«, csipkézetének is lehetne ezt nevezni)” (Merleau-Ponty 2006. 301).

Nézzünk meg most egy másik álomelemzést, amely talán még közelebb enged bennünket az álomértelmezés sajátosságaihoz! Szabó Zsigmond már idézett könyvében, *A keletkezés ontológiájában* egyik saját álma kapcsán vizsgálja a spontán értelemképződést és az időtudatot az álomban. Egy reggel biciklire ül, hogy elintézzon valamit. A biciklinyereg a prosztatájánál nyomja a testét. Ettől a fizikai ingertől felködlik benne az álom, amit éjszaka álmodott: „Az inger hatására, visszamenőleg, a hangulatilag még erősen telített, az álomélet tartalmai által kísért hangulatomból kristályosodott ki apám haldoklásának a motívuma” – írja Szabó (2005. 74). (Az apa prosztatarákban halt meg.) *Nota bene*, Szabó nem azt mondja, hogy „eszébe jutott” az álma (amit egyébként talán elfelejtett volna), hanem éppenséggel azt hangsúlyozza, hogy álmából *teljesen más* jelentésalakzat is kikristályosodhatott volna: „ha aznap nem ülök biciklire, és nem ráz a macskakő, *valami egészen más* csapódott volna ki abból a telített, homályos ködből. [...] egyfajta interferencia-jelenséggel van itt dolgunk, két időben látszólag távol eső dolog összekapcsolódásáról” beszélhetünk (Uo. – kiemelés Sz. Cs. – H. L.)

Szabó álomfelfogása összhangban áll Wittgenstein elgondolásával, amely szerint az álom felidézése és értelmezése *elválaszthatatlan* az alvás állapotában átélt *elsődleges álomtapasztalattól*. A felidézés és az értelmezés voltaképpen még az álomhoz tartozik. „Ha egy álmot megfejtene, mondhatjuk azt, hogy olyan kontextusba helyezték, amiben rejtélyessége csökken.” Úgy is mondhatnánk, hogy a megfejtés során „az álmodó olyan környezetben álmodja újra álmát”, amelyben az álom jelentése megváltozik (Wittgenstein 1993. 73).²⁵ Ha azonban ez így

²⁵ Másutt Wittgenstein ezt mondja: „Az álomfejtésnek van egy része, ami, hogy úgy mondjuk, még magához az álomhoz tartozik. Ha például azt vizsgáljuk, mi történik az álommal,

van, akkor hogyan lehet eldönteni, hogy az értelmezés helyes-e vagy erőltetett, mint egy rossz, „belemagyarázós” filmkritika, amely teljesen félreért egy filmet? Nos, Wittgenstein a fentiekkel konzisztens módon úgy látja, hogy az álomértelmezés helyességéről csakis az álmodó személy dönthet. Egy 1948-as jegyzetében ezt írja. Tegyük fel, valaki meghallgat egy álomértelmezést saját álmáról, és elfogadja azt helyesnek.

Akkor ez lenne a megoldás, mégpedig azért, mert ő annak ismeri el. Mint amikor írsz, keresed a megfelelő szót, és így szólsz: „*Ez az a szó, amely kifejezi a mondandómat!*” – Azt, hogy megtaláltad, hogy valóban ez a szó az, amit kerestél, csupán azt fogja bizonyítani, hogy elfogadod a szót. (Wittgenstein 1993. 68, kiemelés az eredetiben.)

Az álomértelmezés *természete*, mutat rá Wittgenstein, amely indítékokkal és nem okokkal operál, teljes mértékben eltér a kauzális magyarázatától, ahogyan az utóbbi például a természettudományokban használatos.

Egy álom elemeinek a bemutatása, például egy kalapé (amely gyakorlatilag bármit jelenthet), nem egyéb, mint hasonlatok bemutatása. Akárcsak az esztétikában, dolgok kerülnek itt egymás mellé, hogy bizonyos sajátosságokat mutassanak. Ezek egy bizonyos megvilágításba helyeznek előttünk egy álmot; indítékok az álomra. [...] Fogalmi zavart okoz, ha azt mondjuk, az indíték olyan ok, amely belülről látható. [...] Az okokat kísérlet által határozzuk meg. (Wittgenstein 1993. 64.)

Meg kell azonban jegyeznünk, hogy az analitikus diád-helyzet hatalmi aszimmetriája folytán a dolog ennél bonyolultabb. Ha ugyanis az analizált nem ért egyet az analitikus interpretációjával, akkor azt az ellenállás jeleként lehet értelmezni: „Maga ezt és ezt érzi, vagy ezt és ezt gondolja. Csak éppen nincsen tudatában.” Ezzel pedig lehetetlen vitatkozni. Ezzel természetesen Wittgenstein is tisztában volt.²⁶

amikor más felidézett dolgokkal hozzák összefüggésbe. Mikor az ember felébred, sokféle benyomást kelthet benne az, amit álmodott. Lehet, hogy megijed tőle, és nyugtalanná válik, vagy miután leírta az álmot, egyfajta borzongást érez vagy egyfajta nagyon élénk érdeklődést tapasztal, és az álom fejtörést okoz neki. Ha valaki felidézi ekkor az előző nap eseményeit, és összefüggésbe hozza azzal, amit róluk álmodott, az álom ettől már más megvilágításba kerül. Az álmon való gondolkodás aztán az embernek eszébe juttat bizonyos kora gyermekkori dolgokat, amivel az álomnak megint más aspektusai kerülnek elő. És így tovább.” (Wittgenstein 1993. 74.) Gretl nevű nővére folytán Wittgensteinnek első kézből való ismeretei voltak Freud álomértelmezési technikájáról. Wittgenstein bensőséges viszonyban volt a nála nyolc évvel idősebb Gretl-lel (Margaret Stonborough-Wittgenstein, 1882–1958). Gretl éveket járt Freudhoz analízisbe, és kapcsolatuk egészen Freud haláláig megmaradt.

²⁶ Wittgenstein ezt írja a pszichoanalízisről: „[H]osszú időbe telik majd, míg feladjuk szolgáló engedelmeskedésünket neki.” (79.) „Az analízis valószerűleg ártalmas. Igaz, hogy az ember az analízis folyamán felfedezhet különböző dolgokat önmagáról, de nagyon erős, éles és állhatatos kritikával kell élnie ahhoz, hogy felismerje és átlássa a mitológiát, amit nyújtanak

IX. KONKLÚZIÓK

„Az álomfejtés [...] a tudattalan lelki élet megismerésének királyi útja” – írja Freud az *Álomfejtésben* (Freud 1900/2016. 572 – kiemelés az eredetiben). Amellett érveltünk, hogy az álom nem csupán a freudi, hanem a fenomenológiai tudattalanhoz vezető királyi út is. Az álom sajátos műhelyében közelebb kerülhetünk ahhoz, hogy milyen módon működik egy olyan tudat, amely nem emelkedik fel az énszerű működések, az intencionális értelemkonstitúciók szintjére. Az álom módosult tudatállapotában, a külvilágtól elszigetelt tudati működésekben a tudatosan irányított, intencionális értelemalkotás helyébe nagyrészt a spontán értelemképződés lép. Mint láthattuk, a felidézés során a retroaktív értelemképződés radikálisan megváltoztatja az eredeti álomélményt: az álom jelentéscsíráit predikatív fogalmakhoz kapcsolja, valamint lineáris, narratív struktúrába rendezi őket. A felidézés és az értelmezés során az álmot mintegy továbbálmodjuk az éber lét aktuális vagy élettörténeti relevanciáinak megfelelően.

Jennifer Windt szerint „az álomfenomenológia kérdéseit túlságosan gyakran próbálják a karosszékből megoldani” (Windt 2015. 290). El kell ismernünk, az empirikus álmokutatások imponáló tömegű első személyű beszámolókat halmoztak fel az alvás különböző szakaszaiban játszódó mentális jelenségekről. Amellett érveltünk, hogy a fenomenológiát ez saját álomfogalmának a felülvizsgálására kell hogy készítse. A revideált álomfogalom jóval szélesebb spektrumát öleli majd fel az értelemképződményeknek, a jól megformált álmok kifejlett értelemalakzataitól egészen az elfeledett álmok elmosódott értelemalakzataiig. Windt-tel szemben mégis úgy véljük, hogy az álom megértéséhez elsősorban éppen a „karosszékekben elvégezhető” munka hiányzik, nevezetesen az empirikus anyag fenomenológiai igényességű feldolgozása. Az álmokban, miként az éber létben is, *értelemképződés* megy végbe. Az álomfenomén megértéséhez ezéért figyelembe kell venni az éber tudati működések – mind a közelmúlt, mind pe-

neki vagy amire rábeszélük. [...] Hatalmas mitológia.” (Uo.) Másutt ezt olvashatjuk: „Freud azt állítja, hogy bizonyítékokra talált azokban az emlékekben, amelyek az analízis során napvilágra kerültek. De egy bizonyos szinten nem világos, hogy az ilyen emlékek mennyiben közzönhetők az analitikusnak.” (Wittgenstein 1993. 71.) Wittgenstein egyszerre volt Freud kritikus és csodálója. Számára Freud – nyilvánvalóan a kor előítéleteitől terhelt módon – a „zsidó produktivitás” példája, és olykor személyes példakép is. Wittgenstein feljegyzése 1931-ből: „Nem hiszem, hogy valaha is kitaláltam volna egy gondolkodási módot. [...] Tekintsünk Breuer és Freud kapcsolatára mint a zsidó reprodukció példájára. – Amit én találok ki, az új hasonlatokból áll.” (Wittgenstein 1993. 66.) Wittgenstein megállapítása abszurditása mellett már csak azért sem ül, mert Breuer maga is zsidó volt. Egy másik hasonló tartalmú megállapítása pedig így hangzik 1939/1940-ből: „Azt hiszem, az én eredetiségem (ha ez a megfelelő szó) az a fajta eredetiség, amely a talajjal hozható kapcsolatba, és nem a maggal. (Talán nincs is saját magom.) Vess egy magot az én földembe, és minden más földtől eltérően fog benne kicsírázni. Freud eredetisége is ilyen volt, úgy gondolom. Mindig is az volt a meggyőződésem – anélkül, hogy tudnám, miért –, hogy a pszichoanalízis igazi csírája Breuertől származik, nem Freudtól. Persze Breuer magyszeme csak egészen apró lehetett. A bátorság mindig eredeti.” (Wittgenstein 1993. 66–67.)

dig az élettörténet – jelentéskontextusát is, amit az empirikus álmokutatók eddig szinte teljes mértékben negligáltak. Ez pedig fenomenológiai módszert igényel, naturalista metodológiával itt nemigen juthatunk előre.

Husserltől Merleau-Pontyn át Thomas Fuchsig és Dieter Lohmarig számos jelentős fenomenológus gondolta úgy, hogy az empirikus tudományokkal folytatott párbeszédben maga a fenomenológia is fejlődhet és finomodhat. Ullmann Tamás mintegy másfél évtizeddel ezelőtt azt vizionálta, hogy mivel a fenomenológiának konkrét kulturális és életproblémákkal kell szembenéznie, „a többszörösen metafizikai spekulációkból” kénytelen lesz „visszatérni a tárgyszerű és konkrét vizsgálódásokhoz” (Ullmann 2007. 251). Az elmúlt két évtizedben ez a törekvés fejeződött ki a hazai fenomenológusok érdeklődésében többek között a pszichoanalízis, a daseinanalízis, a táncterápia, a pszichiátria és kognitív pszichológia iránt.²⁷ Jelen írás ezekhez az erőfeszítésekhez próbált hozzájárulni az álmok vizsgálatával.

IRODALOM

Rövidítések:

Hua = HUSSERLIANA. Martinus Nijhoff/ Kuwer AP/Springer. 1950–napjainkig.

Antrobus, John 1990. The neurocognition of sleep mentation: Rapid eye movements, visual imagery, and dreaming. In R. R. Bootzin – J. F. Kihlstrom – D. L. Schacter (szerk.) *Sleep and cognition*. Washington DC, American Psychological Association. 3–24.

Antrobus, John S. – Wamsley, Erin J. 2009. REM/NREM differences in dream content. In R. Stickgold – M. P. Walker (szerk.) *The Neuroscience of Sleep*. Amsterdam, Academic Press. 310–315.

Babits Mihály 1989. *A gólyakalifa*. Budapest, Helikon.

Barthes, Roland 1966. Introduction à l'analyse structurale du récit. *Communications*. 8. 1–27.

Binswanger, Ludwig 1930. Traum und Existenz. *Neue Schweizer Rundschau*. 23/9. 673–685, és 23/10. 766–799.

Borges, Jorge Luis 1986. *A titkos csoda*. Ford. Benczik Vilmos, Benyhe István, Benyhe János, Boglár Lajos, Huszágh Nándor, Csuday Csaba, Székács Vera, Karsai Gábor. Budapest, Európa Könyvkiadó.

Borges, Jorge Luis 2015. Shakespeare emlékezete. In *Az első magyar költőhöz*. Ford. Benczik Vilmos, Benyhe István, Benyhe János, Boglár Lajos, Csuday Csaba, Gajdos Zsuzsanna, Hargitai György, Imreh András, Jánosházy György, Kányádi Sándor, Lator László, Latorre Ágnes, Nagy Mátyás, M. Nagy Miklós, Scholz László, Somlyó György, Székács Vera, Takács Zsuzsa, Tomcsányi Zsuzsanna, Tótfalusi István, Tóth Éva, Végh Zsoldos Péter, Xantus Judit. Budapest, Európa Könyvkiadó.

Conrad, Theodore John 1968. *Zur Wesenlehre des psychischen Lebens und Erlebens*. Netherlands, Verlag Springer.

²⁷ Lásd például Sajó 2014, Vermes 2016, Olay 2018, Torma 2018, Torma 2020, Marosán 2021, Pintér 2014, Horváth et al. 2017, Horváth 2018, Horváth 2019.

- De Warren, Nicolas 2012. The Third Life of Subjectivity: Towards a Phenomenology of Dreaming. In R. Breuer – U. Melle (szerk.) *Life, Subjectivity and Art: Essays in Honor of Rudolf Bernet*. Dordrecht, Springer. 457–479.
- De Warren, Nicolas 2016. Eyes Wide Shut: Sartre's Phenomenology of Dreaming. In D. O. Dahlstrom – A. Elpidorou – W. Hopp (szerk.) *Philosophy of Mind and Phenomenology: Conceptual and Empirical Approaches*. London/New York, Routledge. 224–246.
- Domhoff, G. William 1996. *Finding meaning in dreams*. New York, Plenum Press.
- Domhoff, G. William 2003. *The scientific study of dreams: Neural networks, cognitive development, and content analysis*. Washington, DC, American Psychological Association.
- Dosztojevszkij, F. Mihajlovics 1982. *A Karamazov testvérek*. Ford. Makai Imre. Budapest, Európa.
- Ferencz-Flatz, Christian 2010. Traum-Ich und Phantasie bei Husserl und Fink. In C. Ion – K. Pavlos – S. de Haro Agustín (szerk.) *Phenomenology. Volume 3. Selected Essays from the Euro-Mediterranean Area*. The Horizons of Freedom (Zeta Books). 140–161.
- Fink, Eugen 1966. Vergegenwärtigung und Bild. In uő: *Studien zur Phänomenologie 1930–1939*. Nijhoff, The Hague. 1–78.
- Foucault, Michel 2000. Bevezetés Binswanger „Álom és egzisztencia” című művéhez. Ford. Sutyák Tibor. In Sutyák Tibor (szerk.) *Nyelv a végtelenhez*. Debrecen, Latin Betűk. 13–60.
- Foulkes, David 1993. Dreaming and REM sleep. *Journal of Sleep Research*. 2/4. 199–202. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.1993.tb00090.x>
- Foulkes, David 1999. *Children's dreaming and the development of consciousness*. Cambridge, MA, Harvard University Press.
- Freud, Sigmund 1900/2016. *Álomfejtés*. Ford. Hollós István. Budapest, Helikon.
- Freud, Sigmund 1923/1953–1966. Remarks on the Theory and Practice of Dream-Interpretation. In *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. Vol. XIX. Ford. James Strachey. London, Hogarth Press – Institute of Psycho-Analysis. 108–118.
- Germain, Anne – Nielsen, Tore A. 2001. EEG power associated with early sleep onset images differing in sensory content. *Sleep research online*. SRO 4/3. 83–90.
- Greimas, Algirdas Julien 1966. *Sémantique structurale: recherche de méthode*. Paris, Librairie Larousse.
- Halász Péter – Bódizs Róbert 2001. Az alvás és az álmodás idegélettana. *Hippocrates*. 3/3. 169–174.
- Heller Ágnes 2011. *Az álom filozófiája*. Budapest, Múlt és Jövő Kiadó.
- Henriksen, Mads G. – Parnas, Josef 2014. Self-disorders and schizophrenia: A phenomenological reappraisal of poor insight and noncompliance. *Schizophrenia Bulletin*. 40/3. 542–547. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbt087>
- Hering, Jean 1947. Concerning Image, Idea, and Dream. *Philosophy and Phenomenological Research*. 8/2. 188–205.
- Hobson, J. Allan – Pace-Schott, Edward. F. – Stickgold, Robert 2000. Dreaming and the brain. Toward a cognitive neuroscience of conscious states. *Behavioral and Brain Sciences*. 23/6. 793–842. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00003976>
- Hobson, J. Allan – Sangsanguan, Suchada – Arantes, Henry – Kahn, David 2011. Dream logic – the inferential reasoning paradigm. *Dreaming*. 21/1. 1–15. <https://doi.org/10.1037/a0022860>
- Horváth Lajos 2016. Gyenge fantázia és vizionárius fantázia. A módosult tudatállapotok fenomenológiai jelentősége. In Fehér M. István – Lengyel Zsuzsanna Mariann et al. (szerk.) *Imagináció a filozófiában*. Budapest, L'Harmattan. 121–140.
- Horváth Lajos – Szummer Csaba – Szabó Attila 2017. Weak fantasy and visionary fantasy: the phenomenological significance of altered states of consciousness. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*. 17/1. 117–129. <https://doi.org/10.1007/s11097-016-9497-4>

- Horváth Lajos 2018. Fenomenológiai tudattalan és testemlékezet. *Magyar Filozófiai Szemle*. 62/3. 30–43.
- Horváth Lajos 2019. Az énhasadás alakzatai. A szelfzavar szerepe a kortárs fenomenológiai pszichiátria szkizofrénia kutatásaiban. *Metszetek*. 8/1. 18–31.
- Husserl, Edmund 1980. *Phantasie, Bildbewusstsein, Erinnerung* (Husserliana XXIII.). Ford. John B. Brough. Hrsg. von Eduard Marbach – E. Dordrecht. Boston, London, Kluwer.
- Husserl, Edmund 1997. Fantázia, képtudat, emlékezet. Ford. Rózsahegyi Edit. In Bacsó Béla (szerk.) *Kép Fenomén Valóság*. Budapest, Kijárat. 9–46. (Eredeti megjelenés: Husserl 1980.)
- Husserl, Edmund 1998. *Az európai tudományok válsága I–II*. Ford. Berényi Gábor – Mezei Balázs – Egyedi András – Ullmann Tamás. Budapest, Atlantisz.
- Husserl, Edmund 2000. *Kartezianus elmélkedések*. Ford. Mezei Balázs. Budapest, Atlantisz.
- Husserl, Edmund 2008. Zwei Welten für ein Ich. In Husserl, E. 2008. *Gesammelte Schriften*. Bd. XXXIX, hrsg. von R. Sowa. Dordrecht, Springer. 219–224.
- Iribarne, V. Julia 2003. Contributions to the Phenomenology of Dreams. In C.-F. Cheung – I. Chvatik – I. Copoeru – Julia Iribarne – L. Embree – Hans R. Sepp (szerk.) *Essays in Celebration of the Founding of the Organization of Phenomenological Organizations*. online available at www.o-p-o.net.
- Krékits József 2020. Az álom szabadsága vagy a szabadság álma? *Psychologia Hungarica Caroliensis*. 8/1. 11–18. https://btk.krc.hu/images/PsyHu/2020_1/krekits.pdf
- LaBerge, Stephen 1985. *Lucid dreaming. The Power of Being Awake and Aware in Your Dreams*. Los Angeles, Tarcher.
- Marosán Bence Péter 2021. Az individuális és a kollektív tudattalan fenomenológiájáról Freud, Jung és Husserl nyomán. *Magyar Filozófiai Szemle*. 65/1. 65–87.
- Mavromatis, Andreas 1987. *Hypnagogia. The unique state of consciousness between wakefulness and sleep*. London, Routledge.
- Mazzoni, Guiliana A. L. – Loftus, Elizabeth F. – Seitz, Aaron – Lynn, Steven J. 1999. Changing beliefs and memories through dream interpretation. *Applied Cognitive Psychology*. 13/2. 125–144. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0720\(199904\)13:2<125::AID-ACP560>3.0.CO;2-5](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0720(199904)13:2<125::AID-ACP560>3.0.CO;2-5)
- McNamara, Patrick – Johnson, Patricia – McLaren, Deirdre – Harris, Erica – Beauharnais, Catherine – Auerbach, Sanford 2010. REM and NREM sleep mentation. *International Review of Neurobiology*. 92. 69–86. [https://doi.org/10.1016/S0074-7742\(10\)92004-7](https://doi.org/10.1016/S0074-7742(10)92004-7)
- Merleau-Ponty, Maurice 2006. *A látható és a láthatatlan*. Ford. Farkas Henrik, Szabó Zsigmond. Budapest, L'Harmattan – SZTE Filozófiai Tanszék.
- Merleau-Ponty, Maurice 2012. *Az észlelés fenomenológiája*. Ford. Sajó Sándor. Budapest, L'Harmattan – Magyar Fenomenológiai Egyesület.
- Mink, Louis O. 1969. History and Fiction as Modes of Comprehension. *New Literary History*. 1/3. 540–552. <https://doi.org/10.2307/468271>
- Morley, James 1999. The Sleeping Subject. Merleau-Ponty on Dreaming. *Theory and Psychology*. 9/1. 89–101. <https://doi.org/10.1177/0959354399091005>
- Olay Csaba 2018. Az alany kérdése Freudnál: vágyteljesülés és szublimáció. *Magyar Filozófiai Szemle*. 62/3. 44–66.
- Patočka, Jan 1991. Die Frage des Solipsismus und das Argument des zusammenhängenden Traums. In uó: *Die Bewegung der menschlichen Existenz. Phänomenologische Schriften II*. Hrsg. von K. Nellen. Stuttgart, Klett-Cotta. 43–60.
- Pintér Judit Nóra 2014. *A nem múltó jelen: trauma és nosztalgia*. Budapest, L'Harmattan.
- Prahovean, Vasile 2018. *Sematizmus és költői fenomenológia*. Budapest, GlobeEdit.
- Ricoeur, Paul 1981. The Narrative Function. In J. B. Thompson (ed.) *Hermeneutics and the Human Sciences*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Sajó Sándor 2014. *Majdnem minden. A megtört totalitás dialektikája*. Budapest, L'Harmattan.

- Sartre, Jean-Paul 1948. *The Psychology of Imagination*. Ford. M. Warnock. London, Methuen & Co. Ltd.
- Sass, Louis – Borda, Juan P. – Madeira, Luis – Pienkos, Elizabeth – Nelson, Barnaby 2018. Varieties of Self Disorder: A Bio-Pheno-Social Model of Schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*. 44/4. 720–727. <https://doi.org/10.1093/schbul/sby001>
- Sass, Louis – Ratcliffe, Matthew 2017. Atmosphere: On the Phenomenology of „Atmospheric” Alterations in Schizophrenia – Overall Sense of Reality, Familiarity, Vitality, Meaning, or Relevance. (Ancillary Article to EAWE Domain 5.) *Psychopathology*. 50/4. 90–97. <https://doi.org/10.1159/000454884>
- Schütz, Alfred 1996. *Collected Papers*. IV. Dordrecht, Kluwer Academic Publisher.
- Schwartz, Sophie – Dang-V, Thien Thanh – Ponz, Aurelie. – Duhoux, Stéphanie – Maquet, Pierre 2005. Dreaming: A neuropsychological view. *Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie*. 156/8. 426–439. <https://doi.org/10.4414/sanp.2005.01657>
- Sepp, Hans Rainer 2010. Phänomen Traum. Ein phänomenologischer Dialog. In U. Kadi – B. Keintzel – H. Vetter (szerk.) *Traum, Logik, Geld. Freud, Husserl und Simmel zum Denken der Moderne*. Tübingen, Edition Discord. 110–124.
- Solms, Mark 1997. *The neuropsychology of dreams: A clinico-anatomical study*. Mahwah, NJ, Erlbaum.
- Solms, Mark 2000. Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*. 23. 843–885. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00003988>
- Stickgold, Robert – Scott, Laurie – Rittenhouse, Cynthia – Hobson, J. Allan 1999. Sleep-induced changes in associative memory. *Journal of Cognitive Neuroscience*. 11/2. 182–219. <https://doi.org/10.1162/089892999563319>
- Szabó Zsigmond 2005. *A keletkezés ontológiája*. Budapest, L’Harmattan Kiadó.
- Szummer Csaba 2023. *Trauma, álom, pszichedelikus élmény – spontán értelemképződés módosult tudatállapotokban*. Budapest, L’Harmattan Kiadó.
- Tengelyi László 2007. Az élménytől a tapasztalatig. In uő: *Tapasztalat és kifejezés*. Budapest, Atlantisz. 15–36.
- Torma Anita 2013. Alvás és éberség Husserl fenomenológiájában. In Varga Péter András – Zuh Deodáth (szerk.) *Kortársunk, Husserl: Tanulmányok a 150 éves Edmund Husserl filozófiájáról*. Budapest, ELTE Eötvös Kiadó. 255–263.
- Torma Anita 2018. *A tudattalan problémája a husserli fenomenológiában*. Filozófiatudományi Doktori Iskola, Fenomenológia Filozófiai Program, Eötvös Loránd Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar, Doktori Disszertáció.
- Torma Anita 2020. Az álom-tudat problémája a fenomenológiában. *Psychologia Hungarica Caroliensis*. 8/1. 33–43.
- Ullmann Tamás 2007. Maurice Merleau-Ponty. In Boros Gábor (főszerk.) *Filozófia*. Budapest, Akadémiai Kiadó. 1042–1046.
- Ullmann, Tamás 2010. *A láthatatlan forma. Sematizmus és intencionalitás*. Budapest, L’Harmattan.
- Ullmann Tamás 2012. *Az értelem dimenziói*. Budapest, L’Harmattan.
- Ullmann Tamás 2016. Hogyan működik a tudattalan? *Kellék*. 55. 143–176.
- Vermes Katalin 2016. A testi kifejezés rétegei: fenomenológiai és pszichoanalitikus reflexiók. *Kellék*. 55. 195–216.
- White, Hayden 1974. The Historical Text as Literary Artifact. *Clio*. 3/3. 277–303.
- Windt, Jennifer M. 2015. *Dreaming: A Conceptual Framework for Philosophy of Mind and Empirical Research*. MIT Press.

- Wittgenstein, Ludwig 1993. Előadások, feljegyzések és beszélgetések a pszichoanalízisről. Ford. Bánfai Bea. In Szummer Csaba – Erős Ferenc (szerk.) *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről*. Budapest, Cserépfalvi. 63–81.
- Wittgenstein, Ludwig 1998. *Filozófiai vizsgálódások*. Ford. Neumer Katalin. Budapest, Atlantisz.
- Zahavi, Dan: *Subjectivity and Selfhood: Investigating the first-person perspective*. Cambridge, MIT Press, 2005. <https://doi.org/10.7551/mitpress/6541.001.0001>
- Zippel, Nicola. 2016. Dreaming Consciousness: A Contribution from Phenomenology. *Rivista Internazionale Di Filosofia E Psicologia*. 7/2. 180–201.