

Původná práce

Snový život a přirozený svět

Jiří Ružička

Souhrn

Článek má uvést čtenáře do daseinsanalytického výkladu snů a ukázat, jak se o snění v daseinsanalýze teoreticky přemýšlí a jak je možné snům porozumět, aniž bychom se musely opírat o cokoli jiného, než je sněný sen sám o sobě. Autor také nehovoří o jednotlivých snech, ale o snovém životě, který považuje za samostatný, samodaný a v řadě rysů od života bdělého odlišný způsob bytí. Má za to, že pobývání ve snech je bezprostřední setrvávání v přirozeném, kulturou nepředepsaném, otevřeném, autenticky zakoušeném snovém světě. Zdůrazňuje, že sny mají povětšinou mocně se prosazující událostní charakter. V textu jsou připomenuti zakladatelé moderního snového pojetí S. Freud i C. G. Jung a také gestaltista F. Perls. V krátké expozici srovnává DA přístup M. Bosse s psychoanalytickým a hlubinně analytickým. Základní rozdíl mezi jimi a fenomenologickým pojetím je podle autora třeba hledat ve výchozím chápání světa a skutečností v něm, což vždy další myšlenkové kroky předznamenává i tehdy, když si jich nejsme vědomi. Nezavrhuje přírodovědecký přístup, ale na DA výkladu snů demonstruje jeho limity. Na rozdíl od Bosse klade důraz na výklad prováděný ve snové expozici v bdění po celou dobu jejího trvání. Snový život podle něj není určen bděním, ale spíše řádem bezprostředního zjevování a autentičností naší otevřenosti světu, a to jak v bdění, tak ve snění. Ukazuje, že snová bezprostřednost jevení je typická. Cílené a prvoplánové vyvádění snu do bdění považuje za zavádějící, což vykazuje srovnáním obou metodologií. Uvádí původní, autorem koncipovanou daseinsanalytickou metodu rozhovoru O. Čálkem pojmenovanou jako vrozumívání. Je přiměřená snovému výkladu i daseinsanalytické psychoterapii samotné.

Klíčová slova: snový a bdělý život, fenomenologie, ontické a ontologické ve snových událostech, daseinsanalýza, metodologické problémy výkladu vedeného „ke snu“, „ze snu“ a „ve snu“, vrozumívání.

Dvojitý mody pobytu (da-sein)

Žijeme dvojitým životem.¹ Bdělým a snovým.² Bdělý život je život vzájemně sdílený s ostatními lidmi na společně sdílených místech, událostech, ve stejně sdíleném veřejném čase a ve společné kultuře a dějinné epoše. Snový život je privátní, druzí lidé jsou na něm účastní v rámci mých (vašich) snových životních horizontů, mých (vašich) snových intencí, mého času a snového světa. Situace ve svých snech s nikým nesdílíme. V tom spočívá privátnost snového života. Sny jsou jen vaše stejně tak, jak je ryze osobní jejich smysl (Boss, 1974). Velmi důležité však je, že společný se může stát jejich význam. Privátní snový život je zpravidla srozumitelný až za

snový život je „neviný“ i z důvodu, že je „pouhou představou“ a proto, že sny většinou okamžitě zapomínáme. Z klinické zkušenosti jiných (zejména Freud, Jung, Boss, Perls aj.), z naší zkušenosti i z řady let trvajících snových seminářů jsme seznali, že snový život vstupuje do bdění permanentně a významně. A to nezřídka tak, že zcela a dlouhodobě změní naše ladění i porozumění životu v bdění. Noční můry, psychotické dekompenzace, paniky a úzkostné, či depresivní propady, ústřední (centrální), osudové, jasnozřivé, předjímavé či prognostické sny jsou příkladem. S některými z nich se setkáme i v tomto pojednání.

Další charakteristikou snového života je jeho prolinání s bděním. Snové skutečnosti a jejich bohatství je vynášeno do bdění, kde se ocitá ve zcela jiném prostředí, než ve snovém životě. Snové skutečnosti se do bdění a zkušenosti bdění do snů rozlévají podobně, jako se krev velkými tepnami rozvětluje do stále menších a menších tepének a na své cestě zásobují tkáň okysličenou krví, která se pak nazpět vrací žilami odkysličená do srdce, odkud, aby se okysličila, putuje do levé plic a následně malým oběhem do plic, odtud do

ESET, Psychoterapeutická klinika, Praha, ČR

Adresa pro korespondenci: Doc. PhDr. Jiří Ružička, PhD.,

ESET, Psychoterapeutická klinika, Hekrova 805, Praha

bdění, v němž je s odstupem proveditelná snová reflexe, případně celý snový výklad. To ale neznamená, že snění nás ovlivňuje až po jeho bdělé reflexi, neplatí také představa, že

^{1,2}Střídání snění a bdění je jako chůze. Noha vysunutá dopředu je chodci viditelná a právě té uděláme naše pokyny; směr, délku kroku i ráz chůze. Druhá zůstává vzadu, mimo naše zorné pole. Ta přední vykračuje a tím vytýčuje směr a započiná posun člověka dopředu, druhá nese váhu těla, zajišťuje stabilitu chůze a udílí odrazovou sílu celému pohybu. Vzájemně sladěné protipohyby nohou tvoří krok, a tak i přirozený pohyb chůze. V hrubém

poměru je to podobně rytmizací a vzájemné součinnosti i významech bdění a snění.

³Metoda byla vypracována, je dále ověřována a promyšlena na Pražské Vysoké škole psychosociálních studií a Psychoterapeutické a psychosomatické klinice Eset.

levé síně, pak je přepumpovaná do levé komory, odkud je opět aortou a dalšími tepnami a tepénkami hnána do tělesných orgánů a tkání. Za bdění je člověk sycen světskými událostmi, které se ho přímo, či nepřímo dotýkají a na kterých náhodně, vynuceně a také volbou participuje. Bohatství bdění je vneseno do spánkového života, kde se v soutoku se zkušenostmi snového života ve snovém světě proměňuje v nový sen. Na příkladu s krevním oběhem, který je více obrazivý, nežli funkční, lze ještě spatřit stejnost a zároveň jinakost téže věci v různých prostředích a jejím významu pro celek. Krev tím, že prochází celým tělem, podobně jako zkušenost prochází celým životem, vykonává činnosti, které mají různé významy pro tělo, potažmo bdělé zkušenosti vstupují do různých oblastí snového života a otevírají v nich různá životní témata, na nichž je člověk tak, či onak účasten a kterými je existenciálně všelijak zasažen.

Před daseinsanalýzou

V roce 1900 vyšel slavný Výklad snů (Freud, 1900). Zmíněné dílo bylo předělem, po němž se zejména lékaři zabývající se duševními potížemi začali zajímat o vědecké zkoumání snů. Snům byl připsán úkol vyjádřit, ale zároveň také utajit některé nežádoucí, nebezpečné nebo svědomí se přičítící myšlenky a touhy, kterých si snící nebyl, nemohl a ani ze společensko-kulturních důvodů nesměl být vědom. Nevěděl, že má podle psychoanalytické koncepce animální, agresivní, asociální a perversní motivace a sklony. Nemožnost přístupu k oněm negativním tendencím byla zajišťována jejich vytěsněním, potlačením, popřením. Další kamuflážní krok byla symbolizace, což mělo s dalšími obrannými mechanismy³ zajistit duševní rovnováhu psychického systému. Sny měly za úkol ony hrozné sklony nejen držet pod kontrolou, ale měly jim dát možnost uplatnění způsobem, který by nebyl nebezpečný ani pro snícího, ani pro jeho okolí. Nejlépe se uplatnily teorie, ve kterých byl sen pojat jako iracionální psychická funkce ega, která plnila určité biologické, psychické, společenské (Freud, Perls), ale i duchovní účely (Jung, Kereney a jiní). Podle psychoanalýzy i analytických směrů se mělo za to, že pochopení snových obsahů je královskou branou do nevědomých oblastí mysli, kde byl údajně uložen klíč k lidské motivaci, náladám, k chování i duševním poruchám. Nestačilo však do nevědomí pouze vstoupit, ale bylo ještě třeba se v nevědomém světě orientovat. K obecné orientaci ve snech sloužily teoretické hypotézy významných modelů (psychoanalýza, analytická psychologie, sen jako opakování traumatu v gestaltistické psychoterapii). Aby však bylo možné jednotlivý sen podle dané teorie vyložit, bylo třeba vypra-

covat speciální výkladové postupy ve Freudově psychoanalýze postavené na volných asociacích. Asociované nápady byly přiřazovány k hypotetickým významům, u Junga k tomu ještě přibýly amplifikace⁴, volné imaginace a řízené výtvarné projevy, Perls (Mackewn, 2004, Perls, 1996) přinesl solipsistickou hypotézu, že snové vnímání a zakoušení je projekcí psychických struktur i duševního života a duševních stavů⁵. Tyto metody měly za úkol snové obsahy uspořádat, aby byly připravené k převodu do bdění, což ve společně sdíleném světě v bdění bylo předpokladem jejich srozumitelnosti. Teorie o snovém výkladu měly společné psychologické principy, a tak nebylo divu, že postupně chtěly vyložit celou psychologii člověka. Vycházely z abstraktních, kauzálně vývojových biologických, sociálních či genetických doktrín o lidské motivaci, chování a fungování. Sen byl pojat jako iracionální psychická funkce, která plnila několikero abstraktní hypotetické cíle. Všechny analytické a hlubinné metody zkoumání lidské psychiky proto vycházejí z přesvědčení, že to, co se nám ukazuje v bezprostřední zkušenosti nelze brát vážně a doslovně, protože je pro účely nevědomí, nejtemnější částí duše, zformováno do nesrozumitelných, nelogických a bdělým rozumem nepochopitelných tvarů a obsahů. Údajně teprve rozpoznáním klíčových mechanismů fungování mysli založené na činnostech materiálních struktur mozku, ve kterých jsou genetickým kódem uloženy nejpůvodnější životní principy, hybatelé našeho života - například archaické vzorce chování, instinktivní drivy, animální pudy, kognitivní schémata -, snům porozumíme (Lounsbury, 1969, Hook, 1994). Neonatální schemata jsou kognitivní struktury, které Piaget chápe jako podklad, předpoklad vnitřních reflexů. Tyto reflexy jsou geneticky naprogramované (Piaget, 1958, Piaget a Cook, 1952).

Čelní představitelé pozitivistické, subjekt – objektové⁶ psychoterapie měli za to, že když poznáme biologické činitele lidského jednání a chování, které propojíme se sociálně a kulturně intervenujícími proměnnými, (někteří autoři však vztah biologie a kultury považují za spojitou součást naší psychiky)⁷ dostaneme poměrně ucelený a vnitřně uspořádaný model člověka, jeho motivace i chování⁸. Taková propojení a jejich důsledky se nejlépe poznají tehdy, když se v lidských projevech na různé úrovni „psycho-somato-sociální“ organizace objeví nějaká anomálie, nejlépe promítnutá na vývojovém pozadí. Myslitelům jednotlivých škol pak zůstal jeden společný problém, a tím byl převod psychických a psychosomatických projevů a příznaků do srozumitelné řeči. Záhy se nabízel vhodné řešení: Snové obsahy, chybné výkony a výsledky sublimace byly považovány a klinicky, či jinak psychoanalyticky dokladovány jako symboly⁹, zašifrované obsahy skrytých bio-psycho-sociálních motivačních struktur,

⁴ Mezi obrany patří: disociace, fixace, identifikace, intelektualizace, izolace, konverze, potlačení (represe), projekce, racionalizace, reaktivní formace (přemístění, přesun), regrese (infantilizace), somatizace, sublimace, substituce, transgrese, útek do fantazie, vytěsnění.

Jung rozšiřuje a prohlubuje výklad snů řízenými (zaměřenými) asociacemi a paralelami z historie lidské symboliky a duchovních dějin (mytologie, mystika, folklóru, náboženství, etnologie, umění atd. Tuto metodu nazývá amplifikace in. Duše moderního člověka

⁵ Divám-li se z okna, vidím sebe.

⁶ Descartes petrifikoval nastupující pozitivismus úplným oddělením subjektu od světa, Subjekt reprezentovaný jeho „egem“ byl uzavřen v sobě a příležitostně se vztahoval k vnějšku, k světským skutečnostem. Odpojení subjektu od objektu nastolilo otázku po tom, jak lze dřívější spojení obnovit. Následníci Descarta začali hovořit o psychických aparátech, které pronikají

do světa, ale jsou lokalizovány na těle, řízený mozkem, z něhož vystupují a zase se do něj navrací. Brentano jako první svými intencemi dichotomií proráží a Husserl ji pak radikálně odmítá s tím, že nastoluje nový diskurs, fenomenologii.

⁷ Patří mezi ně třeba E.H. Erikson, který na svých kulturně antropologických výpravách mezi americkými indiány prokázal, že psychoanalytický koncept rozšířený o vlivy kulturně-politické je životný tehdy, jsou-li všechny důležité složky adekvátně vykládány a vykazovány na konkrétních kulturních a zároveň individuálních příkladech.

⁸ Jakoby se spolu slévaly různé proudy do společného toku.

⁹ Symbol je v psychoanalýze objekt nebo akt, který reprezentuje něco v nevědomí, co bylo potlačeno. Například falus, který je reprezentován podlouhlými pevnými předměty

Duševní potíže a problémy psychosomatickými pak byly pojaty jako následky neúspěšných obran, již patologické symbolické kamufláže skrytých motivací, Jung bio-psycho-sociální principy ještě doplnil o kulturně-náboženskou složku, psychologickými procesy umně zformulovanou do archetypů. Klíč už byl, zámek také, takže výklad znamenal jen otáčení klíče v zámku. Jung Freuda napodobil, převzal princip nevědomí, ale pozměnil je podle své koncepce. Otáčení jungiánským klíčem v jungiánské konstrukci zámku otvíralo od psychoanalýzy odlišné významy, což je také jeden z důvodů, proč analyzandi psychoanalýzy sní zdánlivě jiné sny, nežli analyzandi jungovští¹⁰.

V současných analytických směrech převládá teoretický i klinický polypragmatismus, který problémy různými pojetími lidské motivace, struktur a funkcí psychických aparátů rozptyluje a situaci psychoanalýzy mlží, pojmové konstrukty dubluje a též nekonzistentně definuje. Se sny jinde si takřka každý autor dělá, co chce a povrchní polypragmatismus reduktivní filosofie tomu jen nahrává. Všechny tyto koncepty vycházejí z rozštěpené subjekt-objektové filosofie¹¹ a redukativního materialismu, který postrádá lidskému bytí ve světě, da-sein, přiměřenou metodologii (Husserl, Patočka).

O souvislostech snění a fyziologických pochodů a jejich řízení se dnes zajímají neurovědy. Někteří neuro-psychologové se pokoušejí obsahy mysli analogizovat s počítačovým zobrazováním činnosti mozku ve spánku, tak např. souběžně se provádějí analýzy korelací neurofyziologických procesů s abstrahovanými a hypotetickými psychologickými obsahy a funkcemi. Model zobrazuje a zastupuje, nějaký systém nebo věc. Není to však pouhá replika, ani neškodná náhrada určitého objektu nebo systému, ale nová skutečnost, která z určitého, zpravidla předem určeného hlediska onu věc definuje, znázorňuje a vysvětluje, ale zároveň se již přitom sama stává novou skutečností. V tom pak je ukryto čertovo kopytko, neboť modely si začaly žít vlastním životem, a protože jsou jednodušší, než člověk, je přehlednější, pohodlnější a zvládnutelnější člověka zjednodušeně vnímat jako by to byl model a zacházet s ním stejným způsobem. To nebylo původně myslitelským záměrem, ale v průběhu času se modely staly slibným a praktickým prostředkem k dosažení cílů ovládat a řídit svět i jednotlivá jsoucna v něm, včetně člověka. V současnosti jsou takovými paralelními objekty počítače a roboti, kterým jsou připisovány schopnosti člověka. Vytváření abstraktních hypotetických objektů respektive abstraktních skutečností je typické zejména pro matematické modelování. Matematický model je abstraktní vyjádření, které k formulacím, demonstracím a explanacím chování nějaké skutečnosti, využívá matematické znázornění. Z měření činnosti mozkových aktivit se výzkumníci snaží „čist snové obsahy“

Kromě důmyslných analýz korelací se v neuropsychologii setkáváme s matematickými modely mnohem složitějšími (Hřebíček a Škrdla, 2006).

Přirozený svět

Svého času Wittgenstein napsal: „Věci jsou tím, čím jsou a ničím jiným.“ Jejich jsoucnost jakožto „něcovost“ (latinsky quiditas) umožňuje jazyk a řeč. Kdyby tomu tak nebylo, přestaly by jazyk a řeč mít smysl, lidský svět by se rozpadnul a dosavadní komunikace by nebyla možná¹².

Wittgenstein říká to samé, co Husserl a Heidegger. Je nutné jít k věcem samým a přitom je nechat být samy sebou. To vůbec není snadné. Osobní zkušenost, kterou s nimi máme, bezprostřední zakoušení (vnímání a prožívání) nejsou věrně, ani lehce dostupné, protože vše, co vnímáme, aniž si to uvědomujeme, automaticky, mimoděk a okamžitě interpretujeme v rámci dobových doktrín. Ponechat věci být samy sebou je limitně náročný požadavek. Například proměnlivě se vznášející tabákový kouř, který se před našima očima náhle zlomí, a rozpadne se do několika pramenů, je na Západě jaksi samozřejmě chápán jako důsledek fyzikálních vlastností hoření tabáku, jehož nestejně zpopelněné spaliny jsou lehčí, než vzduch, který mění pohyb, směr i podobu kouře. Ale pro členy jistého přírodního národa je pohyb tabákového kouře z dýmky šamana dějem pod vlivem démonických nebo jiných nadpřirozených sil, které ve vlastnostech kouře skrývají různá sdělení. Pro rozvědčíka je zase známkou přítomnosti nepřítele. Ve všech třech případech stojí na prahu vnímání předsudek. Fenomenologie se snaží předsudečný přístup k věcem samým omezit na co nejmenší míru. Jejím cílem je se dobrat významů, které již nelze na nic převádět, kdy věci jsou v posledku tím, čím jsou, totiž samy sebou.

Husserl chtěl z metodologických důvodů vystoupit z nativního postoje, který jsoucnost věcí pokládá za samozřejmou, a „dával do závorky“ všechna svá předběžná přesvědčení, včetně přesvědčení o existenci věcí. Toto stažení se a pozdržení úsudku nazval Husserl epoché a celý postup fenomenologickou redukcí. Měl za to, že teprve v neutrálním a od předsudků oproštěném postoji lze proniknout „k věcem samým“, a to tak, že člověk zkoumá „samodané“ fenomény, jak se mu věc sama dává, a nic jiného již ani neubírá, nepřidává, ani nerelativizuje. Ze subjektivní, dobovými předsudky nezátížené zkušenosti světa našeho života (Lebenswelt) fenomenologie učinila metodologickou podmínku bezprostředního a výchozího přístupu ke světu¹³. Obtíže ale přinášejí způsoby, které nás mají od předsudku přivést k fenoménu. Vidíme, že pro některé lidi je schopnost oprostit se od dobových názorů

¹⁰ Místo zastaralé znějícího připodobnění snového výkladu k fungování klíče a zámku lze stejně dobře použít příkladu s hrací skřínkou a vkládanými matricemi tónů, hřebenů, hracích válečků nebo mnohem složitějších automatofónů z první poloviny XX. století., vytvářející nepřehledné množství skladeb takřka jakéhokoliv nástrojového znění. Počítačové hudební programy jen posunuly možnosti „hraní a komponování“ výš a mnoha řádově předčily technické schopnosti a množství výkonnost skladatelů, instrumentální výkony sólistů i velkých hudebních těles. Leč princip hraní a skládání, podle kterého pracují, nemá s tvorbou hudby nic společného, neboť se jedná o strojovou hudební výrobu.

¹¹ Subjekt-objektová filosofie pojímá člověk či zvíře jako subjekt, který je sám v sobě nebo u sebe uložený a tehdy, když má nějaké vnitřní potřeby nebo k němu doléhají podněty zvenčí, „vysunuje hypotetický psychický aparát“, jakási psychická tykadla a chapadla kterými pak na podněty reaguje.

Vnitřní svět, psychika a vnější svět, objekty, jsou od sebe primárně odděleny, zatímco naše každodenní zkušenost svědčí proti tomu. Ve světě jsme totiž neustále, I vnitřní svět je světem, tedy venkem, byť je materialisticky nedefinovatelný.

¹² Václav Havel nazval bezobsažný jazyk novotvarem „ptydepe“.

¹³ V běžném smyslu slova je předsudek chápán jako zakořeněný úsudek či názor, který není založen na spolehlivém poznání, ale na pouhém mínění či předpokladu. Obvykle vychází z povrchního myšlenkového zobecnění nebo jednostranné či absentující zkušenosti. Šíření předsudků je významný sociální kulturně politický jev. Z hlediska postojů, které z předsudků vycházejí, můžeme některé předsudky považovat za kladné, jiné za záporné. Záměrné šíření předsudků patří mezi účinné prostředky manipulace (srovnej s výkladovými slovníky.)

prakticky nemožná, což je ostatně u řady lidí patrné při osvojování fenomenologie a názorné ukázky těchto obtíží obsahuje celá současná psychoterapie, ale i psychologie. Problém se navíc komplikuje, na což nás upozorňuje Gadamer. Uvědomil si, že absolutní bezpředsudečnost není možná, protože každé porozumění má své před-porozumění. Každá lidská zkušenost se opírá o skryté předsudky, bez kterých neprobíhá žádné učení ani osobní změna neboť vše, co jsme se naučili a osvojili, se ještě v tomž čase stává předsudkem. (srovnej s empiristou J. Lockem). Dějiny jsou svým způsobem historií předsudků. To ale neznamená, že předsudky jsou nutně vždy něco chybného nebo zavrženíhodného. Porozumění i před-porozumění totiž ustavily a stále ustavují dějiny života lidí a lidských společenství a tak i toho, s čím se ve svém osobním i společenském životě setkávají, co lidé vytvářejí, co zničili, co prožili, kam dospěli a k čemu míří. Je-li dějinnost zohledněna, pomáhá nejen předsudky tematizovat, porozumět jim, ale také je kultivovat, pravdu ve smyslu pravosti oddělovat od předsudků, nepravd a falešností. Jednostranné a prvoplánové boření předsudků, které jsou součástí zkušenosti jedince i lidských pospolitostí, vedou k destrukci časování vlastních dějin a k dějinnému odcizení lidského života ve světě, pobytu¹⁴.

V odborných textech i debatách se často poukazuje na to, že freudiánští vyznavači mají sny freudovské, jungiánští zase jungiánské, existenciální sní sny existenciální. Odpověď je podle mne prostá. Jsme totiž svědky toho, že snové skutečnosti jsou nejen od počátku a v průběhu jejich času, ale již předem posuzovány připravenými teoretickými abstrakcemi a jim přizpůsobenými výkladovými postupy a názory. Dochází k vyvlastňování z původní půdy snového světa a existence v něm a pak zaměřeným výkladem vtahovány do systému daných teorií a jejich výkladových schémat. To vede k postupnému odcizování vlastní zkušenosti spáče, což souběžně oslabuje jeho vlastní pohled a ulehčuje indoktrinaci daným teoretickým směrem. Ovlivnění je tak účinné, že k místům původního, bezprostředního zakoušení světa, k osobní a nekrácené snové ale i bdělé zkušenosti se člověk staví zády, považuje ji za nerozumnou, nespolehlivou, nevěrohodnou, „neobjektivní“. Nejčastěji je snová zkušenost vyložena jako symbol nebo příznak nějakého jiného, pravějšího duševního procesu nebo obsahu. Paradoxní je, když odborně vzdělaný člověk nakonec svoji snovou zkušenost interpretuje, „vysvětlí“ ji jako pouhý vedlejší a nedůležitý „psychický epifenomen“, průvodní znak nervové činnosti či nějaký vedlejší neurofyziologický jev, jako produkci plnění instinktivních potřeb, pudových přání nebo cokoli, na co je sen převeden, a to podle toho, který typ vzdělání si vykladač osvojil. Taková destrukce je ale nepominutelným příznakem každé epochy. Čím více je vzdělávání pojato jako ideologická *indoktrinace*, tím více takto působí, tím k většímu odcizení sobě i světu

vede (Hegel, 1960). Toto nás souběžně přivádí ke kulturně sociálnímu vývoji myšlení, jazyka a řeči¹⁵, jimiž se porozumění uskutečňuje; propracovává, uchovává, předává a dále rozvíjí a kultivuje¹⁶.

Ale vraťme se k jádru našeho tématu! Nejen k psychopatiologii, ale i ke snovému výkladu přistoupili fenomenologicky Binswanger i Boss. Boss se domnívá, že sny jsou jevy autochtonní, že je nelze redukovat na jiné duševní skutečnosti a jejich děje jsou fenomenologicky srozumitelné. Ve své výkladové práci má za to, že vyvedením snových skutečností do bdění a hledání souvislostí, analogií a paralel se objeví jejich smysl a pravý význam. Obávám se, že je nutné být pozorný k nebezpečí snové redukce i zde, neboť by bdělý život mohl být neuvážlivě nadřazován snovému. Když se člověku zdá o psovi, tak pes zůstane psem a nemůže být prohlášen za, byť symbolickou babičku. To by byla redukce. Toho si je Boss velmi dobře vědomen. Podle Bosse však psi oddanost ve snu může poukazovat k podobné oddanosti babičky ke snícimu v bdění¹⁷. Smysl plyne ze snových a bdělých kontextů, mezi nimiž Boss vede významové i emoční paralely a analogie. Vyhne se tak problematickému spekulativnímu a nepodloženému, vysoce spekulativnímu vysvětlování souvislostí mezi sněním a bdělou realitou, což se u jím kritizovaných systémů provádí pomocí dalekosáhlých, zjednodušujících hypotéz¹⁸, konstrukcí a a modelů lidského duševního života lidských vztahů, motivací, událostí a vzájemných problémů. U Bosse však potíže zažehnány nejsou, neboť vlastně nejsou vykládány sny, ale jejich hypotetické souvislosti s bděním. Pokud postupujeme podle Bosse, tak se dobereme neredukovaných souvislostí snění a bdění, kdy sny mají pomáhat porozumění životu v bdění, ale nikoli porozumění samotným snovým událostem. Ty jsou totiž i zde uváděny do vzájemných relací selektivně a v korespondenci s bděním. Bdění je tím nadřazeno snění. Sny a snění slouží de facto jako užitečný, průběžný psychologický servis. Sen je pro Bosse fenoménem, formou privátního duševního života. Smysl snu je však výkladem do bdění prakticky vyprázdněn, což je potvrzováno častým konstatováním snících, že vyložené sny už neintervenují do bdění a ztrácejí svoji snovou naléhavost a tak i svoji skrytost. Obávám se, že se tak stává tím, že snový význam byl zcela přesunut do bdění, a byl tak za bílého dne ve prospěch bdění snovému životu uloupen.

Na základě daseinsanalytických zkušeností jsme zjistili, že pokud výklad vedeme nikoli ze snu, ale po celou dobu setrváme ve snu samotném, tak se nám objeví snový život jakožto samostatný, i když s bděním různým způsobem a v různém smyslu související modus pobytu. Výklad snu je proto nutné vést především přímo v něm samém¹⁹ a nenechat se na této cestě svést k odbíhání ani k odklonu od snu.

¹⁴ Jedním z našich bytostných existenciálních určení je dějinnost lidského života.

¹⁵ V psychologii je užitečné jít k dílu Vygotského. Vygotskij L. S., Psychologie myšlení a řeči, Portál, 2017.

¹⁶ Význam jazyka a řeči a jejich uplatnění v dějinách je patrný i v celém politicko-historickém kontextu současných i nedávných událostí ve světě. Český fenomenologický myslitel a spoluautor Charty 77 Jan Patočka, dějinnost pobytu analyzoval na společensko-kulturním pozadí a svoje filosofické úvahy proměnil v politické úsilí o prosazování přirozených lidských práv a svobod jednotlivců i velkých lidských společenství; národů a států. Jeho vizionářské snění o evropanství se uplatnilo ve formulování a uplatňování Charty 77 a mělo zásadní vliv na politické dílo Václava Havla, na Sametovou revoluci v roce 1989 a na politické dění po ní u nás i v Evropě.

¹⁷ Boss zde hovoří o poukazujících souvislostech. Boss 19.

¹⁸ Spekulace (latinsky *speculatio* = „zkoumání“, „pátrání“) je filosofická myšlenková metoda spočívající ve formulaci teorií či poznatků tam, kde je není možno ověřovat smyslovým poznáváním. Spekulaci je zejména ve veřejném životě rozuměno coby nepodložené hypotéze, vykonstruované úvaze, manipulativnímu tvrzení či nepodložené zprávě v médiích. Slovo se též používá jako označení pro tvrzení, která nejsou podložena zkušeností.

¹⁹ Snění a bdění jsou jako chůze. Každá noha kráčí jinak. Noha vysunutá dopředu je chodci viditelná a právě té udílíme naše pokyny; směr, délku kroku i ráz chůze. Druhá zůstává mimo naše zorné pole. Ta přední vykračuje a tím vytyčuje směr a započiná posun člověka dopředu, druhá nese váhu těla, zajišťuje stabilitu chůze a udílí odrazovou sílu celému pohybu. Vzájemně

Pro ilustraci

Muž má sen, že jede z prudkého kopce na saních a prožívá jak divokou radost, tak také strach, že se něco může stát. Vykladač se řídí analogií snu s bděním. Má snícího k hledání významů divoké jízdy v bdělém životě, a pak nabízí hypotézu, že tento způsob pohybu ve snu něco říká o vyladění jeho *dasein* i v bdění. Divoká snová jízda z prudkého kopce poukazuje k zálibě pouštět se v bdění do riskantních životních akcí, do kterých se ostatní nepouštějí, i ve snu je snící na trati sám. Toto chování je emočně prožíváno ve snu i v bdění podobně. Je to pocit vytržení, na jehož pozadí zůstává strach, který vypovídá, byť o nejasném, avšak patrném vědomí nebezpečí. To však dále analyzováno nebylo. Vykladač provedl srovnání bdění se sněním a na základě jistých podobností snění s bděním poznamenal, že si snící v denním životě některá životní rizika nepřipouští a možné následky podceňuje. Snící tento výklad a jeho metodu znějící přesvědčivě přijal. Avšak, jak řekl později, nebylo v něm žádné překvapení, žádná úleva, žádný cit ani emoce. Později se také ukázalo, že při výkladu rozhodla analogizující výkladová tradice a nikoli setrvávání snícího při výkladu ve snu a k tomu příslušející věrné snové pocity, které na snový smysl odkazují nepominutelně a neoddělitelně též.

Právě popsany sen jsme podrobili novému společnému zkoumání a vyšlo najevo, že fenomenologická analogie snu s bděním byla sice schůdná, ale význam samotného snu se v ní rozpustil a sen sám byl posléze jako již prázdná schránka odložen. Návrat ke snu přinesl podstatná zjištění. Když jsme zůstali pouze ve snové události a nikam z něj neuhýbali, tak muž překvapeně zjistil, že jeho divoká jízda pro něj sice riskantní a závatná, ale toto nebyly určující pocity. Muž jízdu fyzicky prožíval jako očistu. Musí ujet všem a všemu tak, aby zůstal úplně sám a divokou jízdou se zbavil veškerých „nánosů světa“, které na něm ulpěly, jako bahno kterým byl obalen a jimž se dusil. Muž snovou zběsilou jízdou prožíval jako krajně nebezpečnou, ale když se mu dařilo „špinu světa“ setrát, dostavil se bujarý, až extatický pocit osvobození. Postupně z něj opadaly nánosy omezení dobou a jejími institucemi, předsudky a doktrínami. Nešlo o orgiastické vytržení v sexuální významu, jak byl jeho stav nazván v předchozím výkladu. Díky tomu, že jsme se výhradně pohybovali ve snovém světě a jeho zkoumání v něm také vedli, celý význam snu se změnil. Dotyčný mládenec i jeho dřívější vykladač posuzovali divoké snové jízdy z kontextů bdění, z pozice názorů a přesvědčení společně sdíleného bdělého světa, což zákonitě do výkladu vneslo z bdění převzatá témata i jejich chápání a posuzování. Návrat do snové situace a setrvávání v ní přineslo nový pohled na jeho bdělý i snový život. Snící si rovněž uvědomil, že předchozí výklad pro něho měl jen malý význam. Druhý snopravec říká: „Pomohl jsem mu setrvat ve zpřítomněné snové situaci, což mu umožnilo plně vnímat a procítit snové skutečnosti a jejich významy“ Je zřejmé, že vědomí smyslu snové události mu přineslo a dosud přináší vnitřní jistoty, které jsou pro něho v kontextu bdělých možností důležitými hodnotovými i motivačními vodítky. Mělo

také vliv na jeho střízlivé, ale existenciálně významné posouzení vlastních sil, motivací, rizik, za podmínek, ve kterých žil. Snící říká: „Společný bdělý život požaduje kompromisy, ústupky a často vede k rezignaci na ideály a dobrá předsevzetí. Musel jsem se smířit s tím, že mnoho toho plyne z povahy a zákonitosti fungování a stavu celé společnosti, ale zároveň mne to neodradilo rezignovat na ideály a hodnoty jako je pravda, poctivost, odvaha, láska, skromnost, nezištnost, na desatero. Ten sen mne na to upozornil a ujistil mne, že to, co dělám, jak žiju a oč se snažím, má skutečný smysl, že to není nějaká zastaralá a přežilá utopie, naivní a idealistická vidina. I kdyby se mi vedlo žít v pravdě jen nepatrně, kdyby to snad ani vůbec nešlo, snový život mi ukazuje, co ke smyslu mého života patří. A také jsem rád, že se mi daří žít uspokojivě aspoň ve spánku“²⁰. I toto zjištění je, jak se ukazuje, pro bdělý život důležité. Co člověk není schopen dosáhnout, naplnit a vykonat v bdění může mít svoji smysluplnou a přijatelnou podobu ve snění a naopak Důležité je, že pokud není v tomto přístupu výklad prožíván emotivně silně celou duší i tělem, nemůžeme si být jisti, zda výkladové nasazení bylo dostatečné, a zda se spíše nejedná o intelektuální hru nebo neporozumění tomu, jak má snící při výkladu postupovat, že rozhodující je emoční prožívání snových momentů a odvaha, případně i neschopnost je v bdění prožívat. Máme řadu dokladů o tom, že lidé trpící alexithymii²¹ při snovém zpřítomnění zakusili pocity, které dříve neměli. Ve snech jsme totiž ve srovnání s bděním často schopni pocity prožívat bezprostředněji, věrněji a spolehlivěji.

V našem pojetí klademe metodologický důraz na to, že sen není pouhé chimérické zdání, forma představy, ale samostatný způsob bytí svého druhu (*sui generis*) nepřevoditelný na cokoli jiného. Sny a snění ukazují, že máme svůj vlastní snový život, který ve snovém světě plně žijeme v bezprostředních vztazích ke snovým skutečnostem. Ve snovém životě jsou věci tím, co samy ze sebe jsou. Ve svých snech jsme v podmínkách snového světa a našich možnostech v něm autentičtí. Snový pobyt je umožněn naší snovou otevřeností k „bytí“ ve spánkovém životním modu. Nevstupuje k nám s ostatními společně sdílený svět bdění, ale privátně se nám zjevují skutečnosti nezávisle na společně sdílených podmínkách ve svých bezprostředních významech. Nemohu tvrdit, že všechny snové události jsou této povahy, ale od té doby, když jsme přistoupili ke snům popsaným způsobem, sny a snový život nám pootevřely zcela nové možnosti porozumění lidskému životu nejen ve snovém, ale i v bdělém světě. Příkladný je následující sen.

Jednomu muži se zdálo, že pozoruje vosu, když večer, před vchodem do domu, jak bezhlavě útočí na obyčejnou žlutou žárovku. Scénou byl fascinován. To ale nebylo vše. Začal totiž také pociťovat, že se ve vosu proměňuje on sám. Jediné co posléze vnímal, bylo zářivé žluté světlo, které ho jako dokonalý magnet přitahovalo k sobě a on nemohl a ani nechtěl nic jiného, nežli se k onomu světlu bez průtahů a s veškerou svou energií přiblížit, vstoupit do něj, stát se jím. Náznak toho, že by mu snad někdo chtěl v cestě bránit nebo se do ní postavit ho uváděl do, až nesnesitelné zuřivosti a okamžitě

sladěné protipohyby nohou tvoří krok a tak i přirozený pohyb chůze. Podobné je to v poměru mezi bděním a sněním.

²⁰ Dotyčný pak měl řadu dalších snů, které se k tématům mravního života vázaly.

²¹ Alexithymie, neschopnost prožívat emoce není považována za poruchu samu o sobě, často však doprovází nebo se druzí psychickými poruchami.

Může se jednat o autismus, posttraumatickou stresovou reakci, psychózu, depresi či hraniční osobnostní poruchu nebo o psychosomatický problém. Na alexithymii usuzujeme tehdy, když, na místo prožitků vztahů a situací jsou přítomny bohaté prožitky v těle (Lumley, Neely a Burger, 2007).

musel na překážku zaútočit. Když pak už byl na těle horké žárovky, necítil žádnou bolest ani cokoli jiného, jen do běla rozpálenou posedlost tím žlutým zářením. Pak už byl zraněný a popálený, takže nemohl létat, ale přesto stále cítil neskonale sílu, kterou byl ke světlu puzen. Snem byl velice překvapen a vůbec si jej nedokázal vysvětlit. Pak ho ale napadla, jak říkal, „úplně bláznivá myšlenka“. Tento pocit, tohle puzení mu nepřípadlo vůbec cizí. Jako bych jej znal, jakoby to nebyla první zkušenost daného druhu“. Protože byl široce vzdělán a o životě a živých tvorech neustále přemýšlel, byl totiž zvěrolékař, prohlásil: „Tohle ze mne promluvalo moje prehistorické archaické založení, kterým již dnes nežijí, ale ve snu se mi připomněla jeho dávná a zbytkově přítomná vývojová zkušenost. Ve snu jsem vůbec nemyslel na svoji bezpečnost, na bolest. Pokud mne něco tanulo na mysli, tak bylo pouze jak co nejrychlejší způsobem dosáhnout cíle. Nic víc, žádné sebezáchovné uvažování, žádné pochyby, žádné alternativy. Žluté světlo mne volalo, přímo na mne křičelo rozkaz a jeho význam byl zcela jednoznačný; „Ke mně!““. Povel ve mně okamžitě zažehnul rozkaz: „Za ním!“ po odmícní dodává: „Takhle možná vypadají instinkty ve své holé, nelidské podobě, to považují za pravý význam mého snu“.

Jakmile hovoříme o významech, nacházíme se v prostoru řeči. Muž vypráví svůj sen: „Stojím mezi dveřmi pokoje, ve kterém se odehrává můj sen, ve kterém mám svoji roli. Já se na něj, jako v divadle, zvenčí dívám. Pak ale zjišťuji, že sen začíná řídnout a jako přeschlá barva na plátně opadáva na zem. Ke svému překvapení zjišťuji, že spadlé kousky jsou písmena, noty, číslice a grafy, zlomky textů cizích neznámých jazyků, neznámé znaky, elementy řeči. Vidím, že jsou absolutně ploché, a když se dívám na místa, na která spadly shora, zjevuje se mi nedozírná hlubina vznikajících slabik, vět, akordů, rovnic mající proměnlivou významovou hloubku, závisející na jejich postavení a vazbách, jsou to živé texty. Všechno se to tam pohybuje, prolíná a druzí, jindy zas rozpadá, a proměňuje. Snící překvapeně sleduje, jak ta nehmotná suť vyvstává na povrch, postupně se shlukuje, a pak v šiku jako roj včel vyletí oknem ven a mizí, aby se shluk po chvíli opět vrátil a před užaslymi zraky snícího ze stejných elementů vytvořil nový, zcela jiný sen. „Aha“, blesklo snícímu chvíli po probuzení: „Sen je živý text, ve kterém ve spánku promlouvají příběhy a události světa“. Co jej činí živým? Je to bytí světa v jednotlivostech i částech na pozadí celku Bytí v Čase. Člověk se v čase pohybuje neustále, a to i kdyby stál nehybně. Na pozadí času se totiž mění významy všeho, co je účastno, obsaženo, v dění. Významy proto nesou vlastní dějiny denotátů a s tím i sdílené dějiny světa.

Vzájemný pohyb snového a bdělého života si lze také přiblížit alegorií tvorby novin. Každé noviny mají po světě svého zájmu dopisovatele a pozorovatele, spřízněné redakce vlastní zpravodaje. Ti musí do určité doby, do určitého termínu shromáždit a odeslat zprávy, a to z různých oblastí, míst, od jednotlivců i skupin, z přírody i člověkem užívaných a vytvořených aglomerací. Jedná o události ve společnosti, politice, kultuře a sportu doma i v zahraničí. Do novin přispívají sloupkaři, analytici, odborníci, mladí i staří. Analýzy, komentáře, drobné zprávičky a názory čtenářů, to všechno se hrne do úzkého hrdla redakce, která z toho všeho vybere to nejdůležitější tak, aby se vše vešlo do novinového formátu. Nakonec vidí novinovou sestavu šéfredaktor. Po posledních úpravách jdou noviny do tisku a poté jsou rozeslány tisícům, milionům čtenářů ze všech koutech země. Každý

z nich čte zprávy a pojednání svým osobitým způsobem. Jedni je čtou ráno při kávě, další při čaji o páté, jiní je večer po návratu domů pečlivě prostudují, další proctou jen „headlines“. Mladí rozumí textům jinak, než staří, „bílé košile“ odlišně od „montérek“. Záplava novin, událostí, zážitků má jiný dopad pro lidi z venkova, než pro lidi z měst, na severu či na jihu. Do poslední chvíle se s určitostí neví, co půjde do tisku a co nikoli. Většina ze zpráv a textů přicházejících do redakce byla odmítnuta a ztratila se v odpadu. Texty, jež byly vypuštěny do světa, jsou distribuovány mnoha způsoby, až skončí mezi lidmi. Co všechno čtenářům přinesou, koho a jak osloví, se nedá zjistit. Mnohé však utkví čtenářům v paměti, jsou použity pro účely, ke kterým texty poukazují a kvůli nimž také vlastně vznikly. Podobné je to se vztahem snového a bdělého života. Celý den jsou shromažďovány v naší mysli vjemy z bdění. Ty jsou tříděny, až se dostanou do oblasti, ze které jsou podle svého významu a souvislosti s duševním pohybem a rovněž s bděním vpouštěny do předsálí snění. Sny, podobně jako novinové texty nepatří pouze danému dni, ale mají svoji historii, své vazby na nesčetné prameny zkušeností a rozsáhlé snové i bdělé, významové i emoční kontexty. Do poslední chvíle se tudíž moc neví, o čem budeme snít. Náš snový život v souvislostech s předchozí bdělou zkušeností pak do bdění vpouští zpravidla ty snové děje, které spatřujeme jako obecniny, skutečnosti, které mají nejen osobní význam, ale také obecnou platnost, obecnou zkušenost, obecné poznání, jež překračuje konkrétní čas, konkrétní chvíli. Tu a tam se naopak objeví sny tak jednoznačné a tak aktuální, že v nich není nutné, hledat něco obecného. Tak trochu paradoxně jsou to sny jasnozřivé, předjímavé. Ani ty nejsou stereotypně stejné ani časté. Dvacetiletý student má sen, v němž se snaží zvládnout během jediné noci učebnici o dvou tisících stranách, což je evidentně nemožné. Nicméně k ránu, když knihou soustředěně prošel, zjišťuje, že kniha nabyla na dva tisíce stran. Nedává se odradit a pokračuje v učení. Je již bílý den, kdy končí. Na stole před sebou má knihu o dva tisíce stran tlustší. Prolistuje ji jen letmo, aby věděl co v ní je a nechává ji na stole otevřenou, odjíždí na zkoušku a uvědomuje si, že ho čekají nejen zkoušky, ale stále se zvětšující objem poznatků, které jeho obor obsahuje. Je to nekonečná dřina a odříkání. Na zastávce u školy vystupuje, a jde na zkoušku. Nemyslí už na nic jiného, než na výkon a vše ostatní nechává za sebou. Při výkladu si uvědomuje, že tohle je zcela jiný život, než si představoval. Cítí se však smířeně a má velkou tichou radost, že ví, pro co se během noci rozhodnul. „Takže mám program na celý život“, uvědomuje si. „Mé rozhodnutí co se životem se zrodilo ve snu. Tohle chci a jsem ochoten do toho dát vše, co mám“, pronesl na konci sese.

Když procházím svými sny a když se setkávám se sny druhých, tak jsem opakovaně přesvědčován, že spánkové snění je samostatný a v řadě ohledů nezávislý, i když dosud neuspokojivě probádaný způsob našeho pobytu, naší existence. Vidíme například, že ve snovém životě jsme přítomni jen vlastnostmi, které souvisejí se snovými událostmi. Jako bychom v nich žili odlehčení od nesouvisejících přítěží bdělého života a do snového dění vstupujeme ustrojení odpovídajícím způsobem a vše ostatní, co patří k bdělému životu, odkládáme. To, co se ve snovém příběhu či události objeví, se leckdy před tím nestalo a asi nestane a nezřídka ani nesouvisí s naším bděním. I z těchto důvodů je ošidné snový život s bděním rovnou analogizovat a paralelizovat. Pobýváme-li ve snovém světě po celou dobu výkladu, tak zjišťujeme, že

analogie a paralely nejsou pro snový výklad primární, ani nutné, pro křehkou intimitu snů jsou nezřídka i nepatřičné. Což, jak vidíme na snových příkladech, nelze tvrdit absolutně.

Nejen samostatnost snového života, ale také jeho další charakteristiky poukazují na jeho zvláštnosti a nenahraditelnost. Co se nám objevuje ve snovém životě? Je to naše bezprostřední, subjektivní, privátně sdílené bytí v čistě osobním snovém světě. Jedná se o zakoušení snového přirozeného světa. Ten se ukazuje ze sebe svébytně každému z nás. Zdálo by se, že naprostá snová subjektivita je pro jakékoli obecné zkoumání nepoužitelná. Musíme si ale uvědomit, že vysoce subjektivní jsou způsoby prezentace světa, nikoli však významy, které ony skutečnosti, děje a příběhy mají. Takže se zde paradoxně přímo stýkají ontologické, obecně platné skutečnosti²² s konkrétními, aniž by se navzájem vylučovaly nebo rušily. Tytéž subjektivní ontické skutečnosti mají, i když jedinečně prezentované a méně zjevné nebo přehlédnutelné obecný a nadčasový význam i v bdění.

Snové příklady

Matka dvou dětí má sen o tom, že je uvězněná v rychle hořícím domě. Musí se pokusit děti zachránit. Je to imperativní, navíc těžko zvládnutelný požadavek. Musí se rozhodnout, které dítě se pokusí zachránit jako první, neboť to bude mít mnohem větší šanci na přežití, než to druhé. Je to děsivá volba, situaci prožívá jako neúnosnou volbu mezi dvěma zly. Jiná matka je uvězněná v podzemí s rychle stoupající vodou. Musí se rozhodnout, které z dětí vynese jako první a druhé ponechá na místě v naději, že ještě bude mít šanci se pro ně vrátit. Ukazuje se také, že „Sofiina situace“ je možnou situací všech matek. Takové chvíle, kdy se musí za dobu svého mateřství rozhodnout mezi více zly, znají matky důvěrně.

Třetí sen. Maminka se rozvádí a má možnost si sebou z rozvedeného manželství vzít jen jedno ze dvou dětí. Obě dvě s ní chtějí jít, jen jedno však je soudem přičteno matce do výchovy. Druhé musí zůstat s otcem. Matka se má pro jedno rozhodnout s tím, že s druhým se pravděpodobně již nikdy nesetká. Je to volba osudová.

V jiném snu stoupá žena se svým manželem na příkrý horský svah, který je stále strmější a vrchol se nachází v nedohlednu. Uvědomuje si, že pokud se okamžitě neobrátlí, nutně zahynou. Manžel však nedbá. Jde k němu blíž, ale již překročili kritický bod a její obava se naplnila. Po svahu ujíždějí stále větší rychlostí. Popadá jí panika. V tutéž chvíli uvědomuje, že může poslední chvíle života strávit v objetí se svým mužem a být už jen a zcela s ním. Přestává myslet na všechno a má dojem, že i manžel jejich situaci pochopil a tak jako ona i přijal. Otevírá se jí možnost se již o nic nestarat, nic nezařizovat, ani se zatěžovat plány a starostmi o příští. Využívá ji, a to ji naplňuje hlubokým mírem, který volba a společná chvíle přináší. Naplno jí prostupuje poznání, že nejde o to, jak dlouho člověk žije, ale jak svůj život žije. A tak se přimyká ke svému choti a je mu cele odevzdána. Tím se dříve zoufalá situace se proměňuje a nabývá smysl. V další sekvenci pádu se ukazuje, že jízda může skončit pozvolným sjetím po svahu, protože strmá stěna přechází do

pozvolnějšího tvaru. Zůstává jiskřička naděje, že jízda nemusí nutně skončit smrtelnou havárií. I tato naděje přináší pocit úlevy. Ke svému vlastnímu překvapení nemá ze smrti žádný strach. Říká: „Jako na dlani jsem měla nečekanou jistotu, že když se člověk rozhodne udělat to, co bytostně vnímá jako správné a smysluplné a v této volbě věrně zůstane, nemá se již čeho bát“. Dotyčná nevyžadovala další vyvádění snových skutečností do konkrétních situací jejího osobního života, protože: „To už pochopím sama, na to nikoho nepotřebuji“. Rovněž se zde potvrzuje, že porozumění smyslu snového života nespádá primárně do psychiatrie, ani psychopatologie, ba ani do psychologie či speciálního umění ale vždy nakonec do každodenního života lidí. I když snový život a jeho výklad nemá zdravotnický charakter, může mít vysvobozující účinek, který je majetnický účelově a jednosměrně nazýván léčebným. Tomu nasvědčuje jiný sen, ve kterém mladá žena, která od malička trpěla a jen s krajními obtížemi zvládala strach ze smrti. Psychiatrii i psychoterapii však její rodiče a později i ona sama odmítala. O snovém výkladu věděla, ale nepřipadal jí užitečný, ani věrohodný. Po uvedeném snu se však rozhodla na seminář přijít. Toto je její snový příběh: „Nacházím se na malé planetě daleko od Země a čekám spolu se zástupy lidí na smrt. Nějaký místní rozhlas nám oznamuje, že lidé nebudou odcházet podle nějakého plánu, ale že do naší planety asi za hodinu narazí jiné kosmické těleso, které zabije všechny. Cítím, jak se mne zmocňuje ten starý panický strach, ale ve stejnou dobu také vnímám nějakého starého muže, jak se chvěje strachy a zoufale okolo sebe hledá někoho, ke komu by se přimkl. V tutéž chvíli ke mně přichází nějaká starší žena a žádá mne o pomoc sepsat poslední dopis pro svoji rodinu. Slibuji, že pokud to stihnu, tak jí ráda pomohu. Držím přitom pána za ruku, hladím ji a uklidňuji ho, že tu není sám, že s ním čekám i já. To ho uklidňuje. Uvědomuji si, že nám zbývá jen posledních pět minut do konce. Posledních pět minut musím mít pro sebe, jinak by moje pomoc druhým ztrácela smysl. Takhle to cítím. Ta paní zde není, takže se s ní nemohu ani rozloučit, ani jí říci že na ní již nemám čas. Ponořuji se do svého nitra a zjišťuji, že tam mám klid a jsem spokojená, jak jsem to nakonec udělala“. Tím sen končí. Sen jsme prošli pomalu, důkladně, všechny důležité momenty a jejich prožívání jsme absolvovali v klidu a za oboustranně pocíťované důvěry. Na konci výkladu si uvědomuje, že když ve snu pomáhala potřebným, když sdílela jejich situace, tak strach ze smrti postupně mizel. Bylo to pro ni překvapivé, nečekané a kromě úlevy pocítila radost ze života. Bez zajímavosti není, že od tohoto snu a jeho výkladu se strach ze smrti utišil a oné ženě se nejen ulehčilo, ale život nabral nové perspektivy a nabídl nečekané poznání. „Jsem nový člověk“, říká a spokojeně se usmívá. Obrat je markantní, mění se její celkové ladění, životní postoje, dokonce i její vzhled se proměnil. Protože se čas od času potkáváme, mohu doložit, že je až překvapivě stabilní.

Vrozumívání

Velkou pozornost jsme také věnovali v daseinsanalýze rozhovoru. Uvědomovali jsme si, že musí být fenomenologický, že nestačí používat jiné adaptované metody. DA rozhovor jsme nazvali vrozumívání. (Název navrhl doc. Čálek.)

²² Prolínání ontického a ontologického bylo M. Heideggerovi důvěrně známé.

Inspirováni blízkými směry, jmenovitě rogeriány a gestaltisty, jsme vypracovali a dále rozvíjíme rozhovor, který se opírá o myšlenku být nejen u věci, ale ve věci samé, v situaci, ve které je analyzand nebo nositel snu během snění. Asociace jsme proto omezili na hledání souvislostí mezi sněním a bděním. Nepotřebujeme však žádnou empatii, vciťování, protože jsme ji shledali zavádějící. Do klientova citění nemůžeme vstoupit, vniknout do jeho emocí a tam se usadit a odtud jej nějakým způsobem vést a ovládat je neproveditelná představa. Do jeho situace však během rozhovoru vstoupit lze, a to v rozhovoru, postupným představovým vcházením do snových momentů témat a oblastí toho, o čem vypráví. Pro snazší pochopení: Když chceme pochopit Danielovu situaci v jámě lvové, tak není třeba se do něj vciťovat, stačí za ním do jámy se lvem v představě soustředěně vstoupit a zaručuji vám, že jeho situace vás sama osloví. Postupné vcházení „za Danielem“ do jeho situace průběžně v rozhovoru s klientem doplňujeme, upřesňujeme a dotazováním ověřujeme, což umožňuje do míst jeho vyprávění z různých úhlů pronikat a tak ji vidět v souvislostech a významech, které „Danielovi“ unikají. Takový soustředěný neodbíhající osobní rozhovor je sám o sobě účinný. Je důkazem i podobou možnosti lidské blízkosti i míry zájmu lidí respektovat a ochoty jim porozumět. Většinou rozhovor určují klienti, kteří pravidelně a také pochopitelně snu rozumí dříve, než vykladač. Oni a ne někdo jiný jsou nejlepšími posuzovateli snového porozumění. To

nás povzbuzuje v důvěře v metodu. Vrozumívání jsme zavedli nejen v daseinsanalytické psychoterapii, v jiných typech léčby, ale i v běžných rozhovorech.

Snový život je fascinující, nekonečně bohatý. Co jste slyšeli, byl referát o přístupu, rozumění a práci se snovým životem, který je v souvislosti s životem bdělým pojat jako realita svého druhu, jako samostatná a samonosná entita. Když stojí v této své poloze, tak je úžasný sám o sobě, když vidíme jeho průniky a přechody do bdění a vice versa, jsme tímto pohybem i významy, které uvolňuje k vidění znovu a znovu a překvapování a zaskakování. Před námi je ještě mnoho otázek a očekávání, které teprve otevírají zatím stále jen málo probádané horizonty snového života, průniky snění a bdění, jasnozřivost snění, kterému se učíme. Jsou našim osobním bohatstvím, která až na výjimky, necháváme ležet ladem.*

* Základem článku je referát přednesený na celosvětovém Daseinsanalytickém fóru v Sao Paulu, v listopadu 2018, kde byl oceněn jako nový přínos pro daseinsanalýzu.

Literatura

U autora.

Do redakcie došlo 25.1.2019.