

Słuchanie i słyszenie ścieżek somatosensorycznych, czyli refleksje na temat tego, co dzieje się między ciałem a umysłem

„Jest tylko jedna pierwotna materia na świecie, materia, z której ostatecznie wszystko się składa, i [...] tę materię nazywamy „czystym doświadczeniem”

William James, Świat czystych wrażeń, 1904

Niemal od początku swoich naukowych dociekań Freud zdawał sobie sprawę z ograniczeń naszej wiedzy o życiu człowieka. Podkreślał złożoność procesów rozwojowych i psychicznych, pokazywał jak wydarzenia z przeszłości kształtują i jaki mają wpływ na życie psychiczne w tak złożonym systemie, jakim jest umysł. Współczesne badania empiryczne oraz obserwacje kliniczne dotyczące wczesnego rozwoju wykazały, że oczekiwana ciągłość w procesie rozwoju często nie występuje, a nieciągłości rozwojowe i różne ścieżki prowadzące do podobnych punktów końcowych są w rozwoju człowieka powszechne. Integracja tych obserwacji z myślą psychoanalityczną pokazała, że kreatywność rozwojowa – a w istocie **zaskakujące zwroty w rozwoju** – stanowią główną cechę normalnego procesu rozwojowego, szczególnie w obliczu przeciwności losu.

W swoim wystąpieniu podzielę się myślami na temat, jak wydarzenia z życia codziennego pozostawiają wrażenie w naszym umyśle, i jak ciało rejestruje ten wpływ, zwłaszcza gdy wydarzenia te są doświadczane jako traumatyczne. Skupię się na doniosłych myślach Freuda, Williama Jamesa, Biona, Damasio i Le Douxa oraz konceptualnych powiązaniach ich idei, ponieważ moim zdaniem tworzą one tło dla pracy analitycznej, szczególnie gdy słyszymy „ukryte pozostałości traumy” w opowieściach naszych pacjentów. Szczególną uwagę poświęcam niereprezentowanym stanom somatycznym, pojawiającym się w narracjach pacjentów, zgodnie z neuronaukową koncepcją, że **doświadczenie zmysłowe jest „rejestrowane”, nawet jeśli nie jest reprezentowane**, co okazuje się być zbieżne z poglądami Freuda. Pierwotnymi motywacjami z punktu widzenia aparatu psychicznego są zmiany w stanach uczuciowych, u źródła których są afekty. Każdy afekt jest reminiscencją jakiegoś doświadczenia. Aparat psychiczny rejestruje ślady doświadczeń

afektywnych, zanim będzie przygotowany do ustanowienia mnemicznych śladów percepcji: cały cel pracy psychicznej polega na oddzieleniu reprezentacji od sprzecznych „nacieków” afektywnych. Afekt jest potrzebny, aby **utrzymać nasz umysł w ruchu** w poszukiwaniu nowych i obiecujących doświadczeń, jednak życiu psychicznemu zagrażają rozproszenia afektu, ilość rozproszonego afektu bowiem może przytłaczać. W psychice afekt manifestuje się jako proces jakościowy, jego źródłem jest ilościowy proces somatyczny i fizjologiczne reakcje. Afekt to ilość (energii) towarzysząca wydarzeniom życia psychicznego i jest to ładunek mniej więcej porównywalny z ładunkiem elektrycznym impulsu nerwowego, jest mnemonicym śladem działań, które należą do filogenetycznej przeszłości gatunku. Afekty towarzyszą nam od początku życia.

Współcześnie proces przetwarzania informacji emocjonalnych rozwijany jest w **teorii „wielokrotnego kodowania”** (idea sieciowości, dynamiczna nieświadomość) opartej na fundamentalnej psychoanalitycznej podstawie m. in. teorii pierwotnych i wtórnych procesów, popędowo-semiotycznej koncepcji dynamicznej nieświadomości, i uwzględniającej trzy poziomy przetwarzania informacji **werbalnej i niewerbalnej**, opartej na dynamicznych i strukturalnych modelach umysłu, funkcjonalnej teorii umysłu Łuria oraz modelu „triadycznego mózgu” Mc Leana.

Na początek, dla zobrazowania mojego toku myślenia, przytoczę przykład, który zwrócił moją uwagę, bowiem ilustruje on, jak i pod wpływem czego przebiegają zmiany fazowe w niektórych substancjach. Woda pod zwykłym ciśnieniem, w temperaturze 0°C zmienia się z lodu w ciecz, zaś w temperaturze 100°C z cieczy w parę, tzn. w jednej temperaturze woda występuje w jednej postaci, w innej temperaturze w drugiej postaci. Mając czas na osiągnięcie równowagi, **temperatura całkowicie determinuje** stan wody. Nie ma stanów pośrednich - lód, woda w stanie ciekłym i para wodna to jakościowo różne substancje, o wyraźnie odmiennych właściwościach fizycznych, ukształtowanych pod wpływem temperatury.

Ten przykład posłużył mi jako powód do refleksji nad złożonością procesów psychicznych, pozwala moim zdaniem zwrócić uwagę na znaczenie, jakie mają struktury i organizacje wielu modalności przetwarzania umysłowego na różnych poziomach, pozwala również dostrzec **dynamikę** procesów a nie tylko zatrzymywać się na poziomie pojęć. Ilustruje, jak bodziec taki jak wysoka czy niska temperatura wpływa na odczuwanie gorąca lub zimna, a odczucia te mogą być przyjemne albo nieprzyjemne lub sprawiać ból, co z kolei wpływa na stan, jakiego doświadcza jednostka. **Ścieżki somatosensoryczne** to drogi nerwowe w mózgu i rdzeniu kręgowym, które przekazują informacje dotyczące bodźców zmysłowych z **receptorów** somatosensorycznych, takich jak skóra, mięśnie i narządy wewnętrzne, do odpo-

wiednich obszarów mózgu odpowiedzialnych za przetwarzanie tych informacji (struktury wzgórze i podwzgórze, sieci skojarzeniowe). Stąd też i **doświadczenia sensoryczne** mogą przebiegać wieloma ścieżkami, zarówno jako traumatyczne wydarzenia rozwojowe, jak również jako konflikt wewnętrzpsychiczny, **mogą tworzyć niereprezentowane stany somatyczne**. W kategoriach psychoanalitycznych fizjologiczna reakcja emocjonalna jest rejestrowana jako doznanie, mentalną formę uzyskuje w złożonym procesie przekształceń, w ten sposób doznanie staje się percepcją. Na przykład doznanie przyjemności lub nieprzyjemności przybiera formę psychiczną poprzez wyobrażenia, bez reprezentacji pozostaje bezforemne. Modalności somatosensoryczne obejmują różne formy zmysłowych doznań: dotyk, czucie mięśni, ruchy i położenie ciała, temperaturę, ból, czucia trzewne, a powstające dzięki **odczuwaniu** obrazy stają się subiektywnie „nasze”. W tym kontekście można powiedzieć, że **umysł jest ciągłym przepływem obrazów**, to zaś, jak czujemy stan własnego ciała ważne jest dla jego homeostazy. Te somatosensoryczne modalności są sposobem komunikacji między układem nerwowym, a naszym ciałem, są procesem, w którym ciało mówi naszemu mózgowi, co dzieje się w jego wnętrzu i determinuje odpowiednie reakcje organizmu. Naukowcy uważają, że czucia trzewne, czyli proprioceptywne i interoceptywne, wpływają nie tylko na ciało, ale i umysł a emocje mogą wynikać ze zmian, które odczuwamy w ciele. Ten ciągły, ale nieuświadomiony strumień odczuć płynący z ruchomych części naszego ciała (mięśni, ścięgien, stawów) na przełomie XIX/XX angielski lekarz, Charles Scherrington nazwał „tajemniczym, szóstym zmysłem”, a utrata poczucia własnej rzeczywistości pojawia się w przypadku głębokich zaburzeń percepcji obrazu ciała. **„Tylko dzięki uprzejmości propriocepcji czujemy nasze ciała jako coś z nami związanego, jako naszą własność, jako coś co posiadamy”** (cyt. za Sacks, 2009,2016)

Jakie znaczenie dla poczucia siebie mają somatosensoryczne modalności, ilustruje opisany przez neurologa Olivera Sacks'a przypadek pacjentki, który autor nazwał historią „**bezcieleśnej kobiety**” (Sacks, 2009). Podaje on przykład młodej pacjentki, która wskutek ostrego zapalenia wielonerwowego utraciła czucie proprioceptywne. W obszarze psychiki ten stan chorobowy zwiastował sen pacjentki, w którym, będąc jeszcze zdrową, doświadczała zanikania poczucia ciała i odczuwania. Jaka jednak była przyczyna powstania w czasie późniejszym tak dramatycznych cielesnych objawów, nie wiadomo. W rzeczywistości sam proces chorobowy zmanifestował się całkowitym zanikiem odczuć mięśniowych, ścięgowych i stawowych, pacjentka utraciła wrażliwość na dotyk, temperaturę i ból. Przed wszystkim jednak zniknęła jej zdolność odczuwania pozycji i integralności ciała, jej ciało „oślepiło”, przestało siebie odczuwać, czyli żadne sygnały ani bólowe ani przyjemne

nie były przez pacjentkę odczuwane. Jej umysł rejestrował, że dzieje się coś niedobrego, nie „trzymał” ciała. Pozostawała świadomość pacjentki, że jej ciało nie może się poruszać, wykonywać żadnych ruchów ani odczuwać. Wraz ze zmysłem propriocepcji straciła fundamentalną, organiczną „kotwicę” swej cielesnej tożsamości, ego ciała, które Freud uważał za podstawę „ja”: „ego jest przede wszystkim cielesne”- pisał. Oparciem w procesie zdrowienia pacjentki był jej wzrok i umysł, możliwość wewnętrznej narracji - np. „jeśli została utracona droga informacji od receptorów do umysłu i z powrotem, to wykorzystam wiedzę i naturalną mądrość przetrwania w sytuacji kryzysowej”. Dodam, że integralna całość ucieleśnionego umysłu to nie tylko pozycjonowanie ciała (wertykalne i horyzontalne), odczucia trzewne czy mimika twarzy, ale też modulacja mowy, która też jest proprioceptywna. Bion w swoich pracach zaznaczał, że doświadczenie emocjonalne, surowymi elementami którego są pierwotne doznania jako wyraz aktywacji popędu, leży **u podstaw** życia psychicznego i jest pierwszym krokiem do powstawania myśli wyrażanej werbalnie przez myślący podmiot.

Zatem, myśli nie można oddzielić od bólu, cierpienia, przyjemności czy ekstazy czyli ich doświadczenia, a bolesne afekty mogą być trudne do zniesienia dla doświadczonego i myślącego podmiotu, podobnie, jak wyjątkowo przyjemne. Podkreśla się, że afekt jest **ucieleśnionym dążeniem, zakorzenionym w procesach somatycznych** a teoria afektu obejmuje interakcję między tym, co somatyczne, a tym, co psychiczne, odpowiada na pytanie, gdzie i jak te interakcje mogą mieć miejsce. Moim zdaniem tym miejscem, czy raczej przejawem tego miejsca jest doświadczenie **odczuwania**, np. doświadczenie **odrzużenia** czy **opuszczenia** może przejawiać się całym spektrum doznań, i być doświadczone jako lodowate zimno, zalewająca fala gorąca czy uczucie zamierania lub doświadczenie bólu nie do zniesienia. Istotną jest możliwość motorycznego wyrażania/rozładowania, do którego należy również werbalizacja tego doświadczenia. We wszystkich wymienionych przykładach mowa jest o **somatosensorycznej subiektywności**, która w tym przypadku jest swego rodzaju **predyspozycją** do reagowania w określony sposób na bodźce pochodzące ze źródeł wewnętrznych lub zewnętrznych. Irene Matthis (Mathis, 2000, 2013) i inni (np. Gaddini, 1987; Aulagnier, 2001) charakteryzują te predyspozycje jako **procesy podstawowe**, zastępując tym samym dychotomię procesów psychicznych i somatycznych. **Podstawowe procesy** wytwarzają wszelkiego rodzaju zjawiska, które mogą być postrzegane jako procesy psychiczne, somatyczne lub obydwa razem. Przejawy somatyczne służą do unikania rozpoznawania znaczenia psychicznego a większość ludzi ma tendencję do postrzegania mechanizmów fizjologicznych jako pozbawionych treści psychicznych. W opinii Irene Matthis (2000, 2013) wszystkie oznaki i symptomy cielesne niosą

nieświadome znaczenie w taki sam sposób, jak obrazy senne. Twierdzi ona, że **cielesne symptomy oraz subiektywne odczucia i emocje należy postrzegać raczej jako ciągłe procesy podstawowe, jak na powierzchni wstęgi Möbiusa**, niż jako oddzielne, dychotomiczne zjawiska. Z kolei leżące u ich podstaw procesy afektywne mogą być postrzegane jako jedno lub drugie. Tak więc od samego początku psychoanaliza była pomyślana jako teoria relacji ciało-umysł z afektami mającymi fundamentalne znaczenie w procesie terapeutycznym. Z dzisiejszej perspektywy moim zdaniem, nie chodzi tylko o wykazanie istnienia nieświadomego przetwarzania, ale o **zbadanie i uznanie jego złożonej, wieloaspektowej i wielopoziomowej natury**. Bycie świadomym to **odczuwanie** tego, co dzieje się w organizmie, gdy organizm wchodzi w interakcję z obiektem.

Odczuwanie, związane z afektem, jest trudne do opisanie ale jest ważnym aspektem doświadczenia, bowiem właśnie w doświadczeniu „bije serce znaczenia”, które zakorzenione jest w ciele. Daniel Stern (Stern, 1984) nazywa odczuwanie **”konturem czucia witalności”**, odnosi do poziomu pierwotnych doświadczeń. Czucia witalności nie są klasycznymi emocjami, **są wzorcami dynamiki naszego doświadczenia i kodowane są jako impuls**. Są to między innymi czucia powierzchniowe, czyli ból, dotyk, ucisk, ciepło, zimno i czucia głębokie - proprioceptywne i trzewne. Owe trudne do uchwycenia jakości jak **odczucie** można zrozumieć dzięki pomocy takich pojęć jak np.: wzburzenie, przelotny, wybuchowy, tryskający, wydłużony, ciekły, wychłodzony, wzbudzący, które doświadczamy dynamicznie, **w ruchu oscylacyjnym** (motoryka): **przyjemne**, związane z zaspokojeniem, **nieprzyjemne** - związane z bólem, oraz w kategoriach ilość i jakość. Te **afekty witalności** stają się życiowo ważne, są na poziomie odczuwania swego rodzaju **„momentami istnienia”**, przejawiają się w oddychaniu, jedzeniu, seksualności, spaniu a także w uczuciu odpływu czy przyływu sił. **Witalność i intencjonalność** są tak samo ważne jak jakiegokolwiek abstrakcyjne poznawcze treści.

Wiliam James i jego myśli

Jeśli przyjrzeć się rozwojowi myśli psychoanalitycznej na osi czasu historycznego, uwagę przykuwają w tym kontekście prace Wiliama Jamesa, amerykańskiego psychologa, który jeszcze w XIX wieku stwierdził, że doznania cielesne są pierwszymi elementami na drodze do świadomości.

Postawił hipotezę, że **„zmiany cielesne następują bezpośrednio po spostrzeżeniu ekscytującego faktu, a nasze odczuwanie tych samych zmian w momencie, gdy one zachodzą, jest emocją”** (James, 2002). Okazuje się, że hipoteza ta

dalece wyprzedziła zarówno jego, jak i nasze czasy i jest zaskakująco zgodna z dzisiejszym stanem wiedzy. Wiliam James pisał:

„Nie mogę wręcz sobie wyobrazić, cóż pozostałoby z uczucia strachu, gdyby nie owo przyspieszone bicie serca, sploty oddech, drżenie warg, uczucie nóg jak z waty, gęsiej skórki i skurczu jelit. Czy można nacieszyć się w pełni własną wściekłością, wyzbywszy się uczucia wrzenia w piersiach, krwi uderzającej do głowy, falowania nozdrzy, zgrzytania zębami, przemożnej chęci gwałtownego działania? Czy można jej prawdziwie doznawać ze spokojnymi mięśniami nóg, równym oddechem i kamienną twarzą?” (cyt. za A. Damasio, 2000)

Z kolei współcześni badacze, neurobiolog Antonio Damasio oraz kognitywiści podkreślają, że świadomość jest zakorzeniona w reprezentacji ciała, a amerykańska psychoanalityczka Wilma Bucci przedstawia ramy do identyfikowania powiązań między stanami cielesnymi i podkreśla znaczenie różnych stopni „**trzewnej mowy**” pacjentów podczas sesji. Nasuwa się myśl, że te paralele wspierają wrażliwość słuchania i **słyszania języka jako głosu ciała: związek między narracją pacjenta a wymiarem cielesno-zmysłowym można uchwycić poprzez „obrazy” pacjenta, które mogą odwoływać się do wcześniejszych doświadczeń somatycznych**. Następną rzeczą, którą zauważył James, jest to, że każda zmiana cielesna, jakakolwiek by ona nie była, jest **odczuwana**, ostro lub niejasno, w momencie, gdy ma miejsce (James, 2002). **Stan somatyczny to pobudzenie ciała, które można odczuć „niejasno lub ostro”** – jest ukryte lub jawne – ale zarejestrowane i odczuwane w dowolny sposób.

James kładł nacisk również na to, że **emocje nie „wychodzą” z procesu myślowego, ale „wznoszą się” z cielesno-zmysłowego doświadczenia**. Są to tonacje kontaktu ciała z „ekscytującymi faktami” rzeczywistości. „Przejawy cielesne” stanowią punkt wyjścia, a nie linię końcową ekspresji emocjonalnej bowiem **doznania powiązane z najwcześniejszą aktywnością popędową jako pierwsze pojawiają się na drodze odczuwania**. Przyciąga też moją uwagę definicja symptomu Lacana, który podkreśla, że **symptom nie jest „wynurzeniem się znaczenia” lecz „zdarzeniem z ciałem”, które oznacza „zdarzenia z dyskursu, które pozostawiły ślady w ciele, a ślady te wprowadzają ciało w nieład”**. Można myśleć, że emocje są **cielesnym pogłosem zmian stanu trzewnego**, podczas gdy **odczucie jest tym, co mentalnie zajmuje się daną emocją**.

Wiliam James uważał również, że ciało jest naturalnie predysponowane do rozpoznawania **tonacji emocjonalnej** towarzyszącej każdemu zetknięciu z rzeczywisto-

ścią. Inaczej mówiąc **ciało rejestruje i przechowuje obecne lub przeszłe wrażenia cielesno-zmysłowe w jakiejś formie „odcisków”** (pamięć komórki, ślad pamięciowy). Myślę, że trafną jest metafora, że ciało pełni rolę pudła rezonansowego dla emocjonalnych tonacji doznań, umysł ma za zadanie przetworzenie tych tonów w „**odczucie tego, co się dzieje**” (Damasio, 1999). Ciało emocjonalnie „**wibruje**” podczas „czytania” rzeczywistości i takie „**odczyty sensoryczne**” krążą w umyśle. Zjawisko to jest obecnie badane w neurobiologii i kognitywistyce, i wymiarowi sensorycznemu przyznaje się pierwszeństwo, umieszczając w ten sposób ciało w centrum, tym samym przełamując kartezjańską barierę między **umysłem i ciałem**. Freud w 1912 roku pisał, że „**procesy pierwotne dążą do zdobywania rozkoszy, z aktów zaś, które mogą wzbudzić brak rozkoszy, aktywność psychiczna wycofuje się. Odprowadzenie motoryczne służy do odciążenia aparatu psychicznego od nadmiaru bodźców i przekształca się w działanie**” . (Freud, 1900/2003)

Poniżej przedstawiłam aspekt pracy z pacjentką, który ilustruje dynamikę przejścia z poziomu zmysłowych doznań, wyrażających się w motoryce ciała, poprzez obraz „pantomimy” ruchów i późniejszą werbalizację tychże doznań. Pantomima ruchów ciała pacjentki wyrażała raczej sposób **odczuwania** aniżeli jakieś szczególne treści czucia, które mogłaby wyrażać w tamtym czasie werbalnie. *(z powodu poufności materiału ta część pracy nie jest przedstawiana)*

Źródła pierwotnych doznań należy poszukiwać w pierwszych doświadczeniach płodu, które „programują” przyszłego słuchacza w taki sposób, że już na zawsze pozostaje bezbronny wobec określonych dźwięków. Dźwięk wywołuje wibracje, które rozchodzą się jak fale, pozostawiając ślady pamięciowe tej a nie innej częstotliwości, a wibrowanie, unoszenie się i drzenie są takimi samymi właściwościami języka ciała, jak to, że wypowiedane słowa niosą znaczenie. Faktycznie zatem, dźwięki sączą się nieustannie i zewsząd, stale przenikają nasze ciała. Zarazem otwierają nasze postrzeganie na nowe możliwości, jak i uniemożliwiają ostateczną i prostą selekcję dźwiękowego materiału. Nie możemy „zamknąć uszu”, przestać słuchać.

W teorii muzyki istnieje długa tradycja przypisująca muzyczną sugestywność wyobrażeniowemu przedstawianiu wzorców czucia, zawierającego odczucia wzrastania i zanikania, przyspieszenia i zwalniania, płynności czy ciężkości. Można pomyśleć, że dźwięki muzyki czy raczej dźwięki w ogóle, leżą u podstaw pierwotnych doznań, wibrują i są wzorcami wszystkich naszych doświadczeń, zaś odczucia witalności z tym związane, są znaczące na najbardziej pierwotnym poziomie cielesnego doświadczenia świata.

Psychoanalityczne słuchanie

Ważnym pojęciem w rozumieniu procesu słuchania, tak istotnym w **terapii „leczenia mową”** jest pojęcie **„słuchanie trzecim uchem”**, rozwijane dalej przez Biona jako swobodnie płynąca uwaga. To metaforyczne pojęcie zaproponował T. Reik, który podkreślał, że analityk musi nauczyć się słuchać i słyszeć swój i pacjenta umysł bez słów i w ciszy, czyli **słyszeć trzecim uchem** (Faimberg, 1996). Słuchanie psychoanalityczne jest formą uważnego słuchania i zawsze wiąże się z oscylacją, (balansowaniem), otwiera inne perspektywy, bowiem wymagane jest ciągłe przechodzenie między gotowością do przyjmowania bodźców, rozproszoną uwagą z jednej strony, a bardziej skupioną i dobrowolną formą uwagi z drugiej. Słuchanie i słyszenie są zupełnie innymi aktywnościami podmiotu, innymi też niż widzenie i patrzenie, mimo że chcielibyśmy je widzieć w „audiowizualnej” jedności. Przejawem zaś międzymodalnej jedności jest poetyka języka, metafora zawierająca w sobie sens tak poszukiwany przez podmiot. „Ucho nie ma powiek”, zwykł mówić Jacques Lacan, nie możemy też „zamknąć uszu, przestać słuchać. Każde słuchanie zaczyna się od rozróżnienia dźwięku i ciszy, milczenie bowiem, cisza i dźwięk oraz znaczenia, odkrywanie sensu są w pracy psychoanalitycznej istotne. Uwagę zwraca, że milczenie również nadaje sens, kiedy intuicyjnie możemy uchwycić przejawy nieświadomości pacjenta, ukryte w jawnym materiale jego sposobu mówienia czy zachowania. Freud w swojej przełomowej pracy „Rady dla lekarza prowadzącego terapię analityczną” radził, aby analityk zakładał stan równomiernie zawieszanej uwagi. Powinien **„(..) całkowicie oddać się swojej 'nieświadomej pamięci’**”, i dalej **„(..) powinien nastawić się na analizowanego niczym słuchawka telefonu nastawiona na ucho. Podobnie jak słuchawka przekształca drgania elektryczne w fale głosowe, tak również nieświadomość lekarza powinna umieć przekształcać przekazane sobie pochodne nieświadomości w tę nieświadomość, która determinuje skojarzenia chorego”** (Freud, 1912/2007).

W pracy terapeutycznej identyfikujemy całe bogactwo „wskazówek”, które są przekazywane celowo lub nieumyślnie przez pacjenta i niosą one informacje dotyczące jego stanu wewnętrznego. Mogą obejmować takie cechy, jak postawa, gesty i ruchy ciała, niuanse zapachu i dotyku, drgania mięśni twarzy lub rąk, ruchy oczu, szczególnie sposób oddychania lub szczegóły i cechy ubioru czy też wskaźniki para-lingwistyczne towarzyszące mowie, w tym modulacje wokalne zmiany wysokości,

barwy i rytmów mowy. Z kolei wszelkie odmiany akcentów i pauz niosą ze sobą własne informacje, które mogą podkreślać lub zaprzeczać werbalny przekaz.

Kiedy pacjenci relacjonują doznania słuchowe, wzrokowe, dotykowe, węchowe czy smakowe, nasza swobodna uwaga może zapamiętać, który ze zmysłów jest zaangażowany. Freud w swoich latach przedpsychoanalitycznych był urzeczony czuciowym unerwieniem błon ciała. Na przykład, definiuje on „strefy hysterogenne” jako **„nadwrażliwe obszary ciała, na które lekki bodziec wyzwała atak, którego aura często zaczyna się od czucia z tego obszaru. Obszary te mogą znajdować się w skórze, w partiach głębokich, kościach, błonach śluzowych, a nawet w narządach zmysłów”**. (Freud, 1895/1997). W jeszcze wcześniejszej swojej pracy stwierdza (Freud, 1894, *The Neuro-Psychoses of Defence*), że geneza symptomów historycznych jest zasadniczo odmienna od symptomów nerwicy lękowej. W pierwszym przypadku zmentalizowane, symboliczne reprezentacje istniały wcześniej i zostały wyparte. W przypadku nerwicy lękowej reprezentacja mentalna nie ukształtowała się. Freud kończy swoją pracę stwierdzeniem, że w nerwicy lękowej jak i w histerii odnajdujemy **„niewydolność psychiczną”**, w wyniku której powstają nieprawidłowe procesy somatyczne, i dalej - to **„niewydolność psychiczna”** a nie proces somatyczny staje się zatem pierwotny. Freud kontynuował swoje rozważania w późniejszych pracach, warto w tym momencie wspomnieć jego teorie procesów pierwotnych i wtórnych oraz dwie zasady funkcjonowania życia psychicznego (Freud, 1912/2007). W oparciu o te konstrukcje pojawiły się koncepcje **teorii wielu kodów czy też wielokrotnego kodowania** (Solano, 2010), uwzględniające istnienie wielu systemów (poziomów), połączonych aktywnością referencyjną, zwrotną (np doświadczanie doznań z poziomu pierwotnego - wzgórze, mogą znaleźć reprezentacje w obrazach i jeszcze poziom wyżej - w słowach).

Psychoanaliza nie jest liniową opowieścią o rozwoju osobistym, lecz ujawnia nieświadome stany i rywalizujące ze sobą przestrzenie, w których zarówno podróżują nasze pragnienia, jak i przemieszczają różne „światy”. Jest ich „wiele” i są to specyficzne światy, które rozwijają się w **sposób wielowymiarowy i nielinearny**. Wszystkie formy doświadczenia, wszystkie zdarzenia są na pewnym poziomie ponownym odtworzeniem tego, co je poprzedza. Subiektywność w tym sensie nie jest liniowa a późniejsze wydarzenia mogą „powodować” ponowne przeżycie wcześniejszych doświadczeń i radykalną zmianę ich znaczenia, to z kolei może „powodować” modyfikację późniejszych doświadczeń. To prawie tak, jakby nasze pierwsze pragnienia były tak nieznośne, a jednocześnie tak ekscytujące, że formy, które przybierają i zapożyczają, nigdy nie mogą zostać utracone. Te niezapamiętane,

nienazwane i niemożliwe do stracenia formy wyznaczają, na dobre i na złe, wszystkie przyszłe formy uczuć. Decydują o tym, jak ma przebiegać trwająca w czasie dynamika między wyobrażeniem a rzeczywistością.

W czasach Freuda nie prowadzono jeszcze formalnych badań nad systemami, mimo to koncepcje i pomysły Freuda na wiele sposobów antycypowały teorię systemów i były niezwykle systemowe w swoich założeniach, wiele reguł i pojęć psychoanalitycznych np. przejście od skończonej dwu- lub trójwymiarowej czasoprzestrzeni do nieskończonej, wielowymiarowej i złożonej odnosi się do **mechanizmu samoorganizacji**. Uważa się, że w naszym systemie nerwowym samoorganizujące się procesy są wynikiem olbrzymiej liczby połączeń skojarzeniowych między komórkami nerwowymi. Połączenia te są postrzegane jako ustanowione i rozwinięte zgodnie z regułą Hebba, neurologa, który odkrył, że jeśli **dwa wzajemnie połączone neurony w podobnym stanie zareagują jednocześnie, ich połączenie się wzmocni**. Inaczej mówiąc, siła połączeń skojarzeniowych między częściami mózgu i systemu nerwowego nie jest wynikiem „wydeptywania ścieżki” za pomocą siły fizycznej lecz raczej swego rodzaju efektem „**dobrego kontaktu**” między komórkami nerwowymi. Obrazowo dynamikę tej aktywności przedstawia synapsa, która jest i połączeniem i czurą (luka) jednocześnie, zaś obrazem pierwotnego doświadczenia leżącego u podstaw życia psychicznego jest połączenie ust i piersi oraz związane z tym doświadczeniem odczucia przyjemności i zaspokojenia lub nieprzyjemności i bólu.

Dynamika liniowa i nieliniowa

Kilka dekad temu zaczął się wyłaniać nowy obraz natury procesów w ogóle (Galatzer-Levy, 1995). Życie emocjonalne nie cechuje się linearnością ani foremnością, pacjent nie pokazuje nam kształtnego obrazu ale coś nieforemnego, jak kleks, na istotę którego składa się wiele doznań. Znane bardziej kognitywistom badania Ramachandrana nad synestezją („buba-kiki”) pokazały jak wiele subiektywnych odczuć - miękkie/twarde, ostry/tępy, nieprzyjemny/przyjemny itd. wywołują prezentowane badanym bezkształtne figury-kleksy, jedne o obłych kształtach, drugie o ostrych. Badania pokazały subiektywność i jednocześnie złożoność doświadczenia zmysłowego angażującego wiele sensomotorycznych jak i somatosensorycznych ścieżek pod wpływem bodźca (Ramachandran, 2011). W ostatnich latach zakłada się, że **dynamika nieliniowa** (uwzględnia dynamiczną nieświadomość oraz ideę sieciowości) jest odpowiednią ramą do rozumienia systemów takich jak umysł. Aby system mógł uczyć się na podstawie reakcji otoczenia na swoje działanie, **nie-**

zbędna jest informacja zwrotna. Ten sposób myślenia można dostrzec moim zdaniem już we wczesnym modelu Freuda z 1891 roku(czas, kiedy Freud pisał o afazji), gdzie rozważa jak niekompatybilna idea (jakiś wydarzenie, myśl), rozszczepia i oddziela prezentację rzeczy od afektu, czyli odczuć związanych z tą rzeczą. Rozwój może wtedy przebiegać różnymi ścieżkami, gdzie istotnym staje się afekt jako przejaw witalności, i może łączyć się z innymi ideami (tworzy się sieć połączeń, a nieświadomość „dochodzi do głosu” drogą okrężną, przejawiając się w pęknięciach, lukach). Freud trzymał się klasycznego poglądu, że obiekty świata są kodowane w mózgu poprzez percepcyjne i motoryczne doświadczenie tych obiektów, i pisał :

„Jeśli ktoś ze skłonnością do nerwicy(...) aby odeprzeć niekompatybilną ideę, przystąpi do oddzielenia jej od jej afektu, to afekt ten musi pozostać w sferze psychicznej. Pomysł, teraz osłabiony, wciąż pozostaje w świadomości , oddzielony od wszelkich skojarzeń. Ale jego afekt, który stał się wolny, łączy się z innymi ideami, które same w sobie nie są sprzeczne; i dzięki temu „ fałszywemu połączeniu ” te idee zamieniają się w obsesyjne idee”. (cyt. za Bazan, 2011)

Innymi słowy, Freud sugerował, że idea może być doświadczana bez swojej pierwotnej afektywnej wartości, na przykład gdy istnieje obojętność wobec ważnych i często traumatycznych wydarzeń życiowych. Równolegle, ta afektywna wartość może stać się autonomiczna i dołączyć do innych, pozornie nieistotnych reprezentacji, powodując, że stają się obsesyjne; alternatywnie, może zostać zainwestowana w ciało, powodując na przykład objawy konwersji. „Fałszywe” połączenia bowiem chronią przed „zamętem emocjonalnym”, spowodowanym koniecznością kontemplacji niepokojącej prawdy. Bion pisał, że umysł rozwija się przez kontakt z prawdą, a rozwój umysłowy opiera się na doświadczeniu emocjonalnym.

Ponowne rozważenia teorii Freuda wśród neuronaukowców nastąpiło w 1994 roku wraz z publikacją pracy Josepha Le Douxa na temat przetwarzania bodźców emocjonalnych (Le Doux, 2000, 2015). Jego kluczowym odkryciem jest to, że nadchodzące bodźce są traktowane przez dwie całkiem autonomiczne ścieżki i że ten „podział” zachodzi w mózgu na poziomie wzgórza. **Jedna ścieżka – „niska droga” – przetwarza afektywną wartość** i co najważniejsze obejmuje ciało migdałowate, strukturę limbiczną która jest w stanie rejestrować ślady pamięciowe dla warunkowania afektywnego. Ta ścieżka jest podkorowa, szybka, ewolucyjnie stara i ontogenetycznie wczesna. **Druga ścieżka – „ wyższa droga” – przetwarza sceniczną lub deklaratywną** treść bodźca i angażuje korę nową, co umożliwia racjonalną

analizę sytuacji. Ta ścieżka jest powolna, ewolucyjnie nowa i ontogenetycznie późna. (Le Doux, 2000). Uczony wskazuje, że organizacja ta wyjaśnia, **jak ważne epizody życiowe mogą być przywoływane z jednej strony bez oczekiwanego obciążenia afektywnego, a z drugiej, że aktywacja afektywna może być przeżywana na nowo bez treści deklaratywnych, które mogłyby ją wyjaśniać, tworząc tzw „fałszywe połączenia”**. (trzy poziomy : „gadzi mózg” reakcje i odczucia, receptory; „wzgórze i podwzgórze” - emocje; **kora mózgowa** - język i symbolizacja, metafory, abstrakcyjne myślenie). **Doświadczenia będą kształtować wynikający z tego rozwój, ale to, jak wpływają na jego rozwój, nie jest przewidywalne**. W szczególności doświadczenia powszechnie uważane za niepożądane mogą w tym modelu prowadzić do pożądanych zmian nie dlatego, że przewyciężone zostaną szkodliwe konsekwencje, ale dlatego, że doświadczenie zostanie początkowo zintegrowane z siecią neuronową w sposób **prowadzący do lepszego funkcjonowania** (tzw. „mądrość przetrwania” czyli „ucieleśniony umysł” wykorzysta wszystkie możliwe mechanizmy obronne i kompensacyjne, by przetrwać w sytuacji kryzysowej, zarówno na poziomie psychicznym jak i biologicznym, bowiem doświadczenie dotyka korzeni istnienia).

W późniejszych pracach, Freud poprzez teorię traumy i seksualności „w dwóch czasach”, czyli liniowej dynamice zapoczątkował szczególną formę nielinearnej czasowości, mianowicie Nachträglichkeit, czyli naznaczenia wstecznego, charakteryzującą psychoanalityczną koncepcję czasu, i która reprezentuje pierwszą intuicję Freuda na ten temat. Bion wprowadza pojęcie cezury i mechanizm przekształceń, z kolei Andre Green charakteryzuje życie psychiczne jako zasadniczo **wielokierunkowe**, uwzględnia czasoprzestrzenne parametry i podkreśla tym samym specyfikę wolnych skojarzeń jako figurę „drzewiastej sieci” połączeń aniżeli ich liniowość (Green, 2000,2008)

I tak, jeśli odnieść się do konceptualizacji opartej na geometrii euklidesowej to świat **dynamik liniowych** można z grubsza scharakteryzować za pomocą następujących zasad: duże zmiany dają duże wyniki, małe zmiany mają małe; a proste przyczyny dają proste skutki, złożone przyczyny mają złożone skutki.

Z kolei świat **dynamiki nieliniowej** rządzi się zupełnie innymi prawami. Małe przyczyny mogą spowodować bardzo duże zmiany; proste przyczyny mogą dać bardzo złożone skutki. Popularnym przykładem małych zmian powodujących duże rezultaty jest klasyczne odkrycie teorii chaosu, tzw „efekt motyla”, że w odpowiednich okolicznościach trzepot skrzydeł motyla na Sumatrze wywoła burzę śnieżną w mocno oddalonym miejscu na kuli ziemskiej. W literaturze przedmiotu odnotowano, że za-

łożenia dotyczące związku między intensywnością przyczyny i skutku mogą prowadzić analityków do błędnej interpretacji danych klinicznych dotyczących rozwoju. Rozwój człowieka można pojmować jako wynikający z pewnych stosunkowo prostych zasad funkcjonowania sieci neuronowych funkcjonujących w kontekście potrzeb biologicznych i indywidualnych doświadczeń. Z kolei nietypowy rozwój niekoniecznie może być pojmowany jako „**zboczenie z właściwej ścieżki**” (w tym sensie, że jest niepożądany), ale powinien być uważany za możliwą nieoczekiwaną ścieżkę rozwoju. Nieliniowy model rozwoju sugeruje przeniesienie **uwagi analitycznej z etapów wzdłuż linii rozwojowej na procesy aktywne w samym rozwoju**, które obserwujemy. W tym miejscu pozwolę sobie na małą dygresję: w 1987 roku Gerald Edelman wydał inspirujące dzieło „*Neural Darwinizm*” i zauważył, że kod genetyczny nie może wyznaczać ani kontrolować losu każdej komórki w ciele, zatem ich rozwój - zwłaszcza komórek układu nerwowego - wystawiony jest na najróżniejsze przypadkowe czynniki: neurony mogą umierać, migrować, mogą się łączyć na trudne do przewidzenia sposoby. (Edelman, 1998). Złożoność tych procesów odzwierciedla moim zdaniem poetycka metafora Charlesa S. Sherrington’a (rówieśnika Freuda i odkrywcy synapsy), który porównał mózg do „zaczarowanego krosna”, w którym „**miliony zręcznych czółenek spletają tkaninę, zawsze sensowną, nigdy jednak ostateczną, stanowiącą wahlivą harmonię wątków**”. Powstawanie kształtów, barwy czy ruchu oraz czucia może dochodzić dzięki synchronizacji tysięcy grup neuronowych. Neuronowe konstelacje mogą zmieniać się w ciągu milisekund, np. spostrzeżenie obiektu wymaga synchronizacji grup neuronowych, aby te utworzyły „mapę”, która uruchomi koordynację innych „map”, rozrzuconych po korze mózgowej, związanych z różnymi aspektami obiektu.

I mimo, że procesy leżące u podstaw rozwoju mają wspólny punkt - **początek i koniec**- to **ścieżki łączące te punkty nie są takie same i jest ich wiele**. Mamy swobodę badania tych ścieżek a jednym z efektów na drodze rozwoju są symptomy i doznania cielesne. Doświadczenie zmysłowe może przemieszczać się różnymi ścieżkami a zachowanie czy styl językowy mogą zawierać odniesienia do tych stanów i somatosensorycznych odczuć. Ego cielesne (Freud -ego przede wszystkim cielesne) jest tworzone jest w umyśle i reprezentowane w mózgu, następnie podświadomie projektowane w ciało. Neurobiolodzy czasami nazywają je „**wirtualnym ciałem**”, by podkreślić, że istnieje w mózgu i umyśle i jest niezależne od ciała fizycznego. **Ten obraz ciała zbudowany jest z informacji przyjemne-nieprzyjemne, bólowych i proprioceptywnych, ze wszystkich map, które posiadają informacje zmysłowe, czy emocjonalne o naszych ciałach**. Ciało tak jak i umysł

jest odbiorcą wpływu rzeczywistości zewnętrznej jak i wewnętrznej, zwłaszcza traumatycznej, powodującej zakłócenia na różnych poziomach, tych wyższych i tych niższych. „**Tak jak na kliszy fotograficznej „odciska się” światło zewnętrzne, tak samo środowisko odciska „ślad”, „pieczęć” na naszym ciele**” - pisał Ferenczy (1932).

W kwestii doznań sensorycznych ważnym aspektem jest synchroniczność procesów, nie tylko na poziomie fizjologicznym ale i psychicznym, i odnosi się do takich wartości jak witalność, intencjonalność czy rytm. Dynamika procesów sensoryczno-motorycznych i somatosensorycznych charakteryzuje się procesami, które pod wpływem bodźców wewnętrznych jak i zewnętrznych, przebiegają spontanicznie i synchronicznie, i które wg ostatnich doniesień, **przebiegają wahadłowo, czyli oscylacyjnie**. Podkreśla się, że wszystkie formy doświadczenia emocjonalnego łącznie z komponentami zmysłowymi, motorycznymi, cielesnymi, **tworzące rdzeń wzorców emocjonalnych**, mogą być połączone kodem werbalnym. Wolne skojarzenia w tym kontekście determinowane są przez **afektywny rdzeń** (jądro afektywne) oddzielonego i pożądanego wzorca emocjonalnego.

Z dzisiejszej perspektywy, która opiera się na osiągnięciach psychoanalizy, kognitywistyki i neuronauk, nie tyle chodzi o wykazanie istnienia nieświadomego przetwarzania, co o **zbadanie jego złożonej i wieloaspektowej natury**. Koncepcja „**ucieleśnionego umysłu**” (*embodied-embedded mind*) odrzucająca dualizm ciała i umysłu, traktuje „ucieleśnioną aktywność” jako jedno z największych wyzwań z jakimi mierzy się nauka, uznając te dwa aspekty, umysł i ciało za stanowiące wymiar jednego organicznego procesu (Hohol, 2013, Lakoff, 2015). Początki tej koncepcji mają korzenie w fenomenologii percepcji Morleau- Pontyego jako „podmiot wcielony/ucieleśniony” (Morleau-Ponty, 2001).

Wspomniana przeze mnie wcześniej teoria samoorganizacji paradoksalnie wywodzi się z badań nad chaosem, naukowcy studiujący chaos (m. In. bezczasowość i nieskończoność nś Freuda, „**bezkształtna nieskończoność**” w psychoanalizie Mate Blanco, Marty’ego, Lombardiego, Biona) zauważyli, że gdy dochodzi do wystarczająco kompleksowej interakcji elementów („**obrastanie w Informację**”), jej rezultatem nie jest chaos lecz **spontanicznie formowany porządek**.

W praktyce „**leczenia mową**”, w której symbole językowe wydają się być na pierwszym planie, skupienie Williama Jamesa czy współcześnie Antonio Damasio na doznaniach **cielesno-zmysłowych** może wydawać się dość trudne. W pracy analitycznej możemy zaobserwować jednak, jak mowa i opowiadanie historii pacjentów jest czasami instynktowne, a czasami bardzo powściągliwe, a nawet po prostu ci-

che. Pacjenci zanurzają się w narracje bogate w wypowiedzi **instynktowne, ciele-sne, metaforyczne** i konkretne, a innym razem są odległe, oddalone, abstrakcyjne, defensywne lub po prostu zamknięte i stłumione, ze wszystkimi pośrednimi odcie-niami szarości. Jeśli podtrzymujemy błąd Kartezjusza to **doznania są dźwiękiem naszego ciała, podczas gdy słowa są dźwiękiem naszego umysłu**. Wkład Da-masio ma kluczowe znaczenie dla zrozumienia, że „obrazy” naszych pacjentów, osadzone w schematach wyobrazeniowych, są dźwiękiem naszego połączonego ciała i umysłu, wyłamującego się z kartezjańskiego dualizmu. Neuronaukowy wkład Damasio, którego **koncepcja dotyczy niewerbalnych, obrazowych map do-świadczenia zmysłowego**, gdzie „obraz” jest słowem kluczowym, podjęta została i jest rozwijana w teorii wielu kodów Wilmy Bucci, która łączy doświadczenie zmy-słowe z obrazami używanymi w mowie. To, co niezwykle w odkryciu „leczenia mową” z naciskiem na interakcję umysł-ciało, to **uznanie, że słowa mają moc in-terakcji z systemami biologicznymi**, i wywołują zmiany w symptomach cielesny-ch, nie tylko w ideach (Bucci, 2007). Freud, będąc na początku swojej kariery, zain-teresował się pracami Breuer’a (Breuer i Freud, 1885/2000), ponieważ widział, jak **słowa lekarza docierają do ciała pacjenta** (objawy histeryczne), i później, jak **słowa pacjenta (lub brak) są głosem sprzecznych pobudzeń w jego ciele**.

Teoria wielu kodów Wilmy Bucci (Cierpiątkowska, Górska, 2016) przykuwa uwa-gę, jest próbą rozszerzenia teorii „podwójnego kodowania” Freuda. **W koncepcji teorii wielu kodów** istnieją **co najmniej trzy poziomy** znajdujące się na tym kon-tinuum, i zakłada, że doświadczenia, szczególnie emocjonalne, są reprezentowane i przetwarzane w tych trzech głównych systemach: symbolicznym werbalnym, sym-bolicznym niewerbalnym i sub-symbolicznym. **Pierwszy** to „siedlisko” stanów so-matyczno-afektywnych, ten poziom to intuicja i mądrość ciała, procesy trzewne i motoryczne, których nie można zwerbalizować; **drugi** poziom to poziom „obrazów”, które można opisać i **trzeci**, obejmuje werbalną myśl i język, oraz funkcjonuje mniej więcej zgodnie z regułami opisanymi przez Freuda jako odnoszący się do procesu wtórnego . Pozwala na refleksję nad własnym doświadczeniem, identyfikację i re-gulację emocji doświadczanych na innych poziomach. (Bucci, 1997, 2002, 2007). **Terapia „leczenia mową” obejmuje zarówno niewerbalną, jak i werbalną mowę ciała**, która wyraża doznania trzewne za pomocą słów, a słowa w różny sposób ilu-strują to doświadczenie poprzez cechy mowy jak i styl językowy. Taki swobodny skojarzeniowo-obrazowy styl wypowiedzi można porównać do słów poety, kiedy to słowa ilustrują doznania zmysłowe i działania rdzenia afektywnego. Siła ekspresji emocjonalnej tkwi w szczegółach, o czym wiedzą poeci i wiedział Freud.

Poeta wyraża przeżycie emocjonalne w konkretnej i specyficznej formie metaforycznej – w pozornie błahych czy nieistotnych szczegółach dotyczących konkretnych wydarzeń, znaczenie których wykracza daleko poza opisywane zdarzenie czy obraz. Poszukuje metafor, które otwierają empiryczne drzwi poza to, co już wie lub zamierza. Siła swobodnych skojarzeń, mówienie o szczegółach, których znaczenie nie jest do końca zrozumiałe, ma zmienić pacjenta w nieświadomego poetę, czy też forma wyrażania staje się jego poetyką języka (metafory i qualia) . Aby przedstawić doznanie w formie werbalnej, opisuje się **obraz** , który zawiera treść tego doświadczenia zmysłowego, a **wibracje** tegoż doświadczenia odczuwamy poprzez słowa. Pozwolę sobie przytoczyć fragment wiersza Charles’a Baudelaire’a pt. „**Spleen**”, który zaczyna się od słów:

„Więcej mam wspomnień niż gdybym żył od stuleci...

*Wielki grat z szufladami pełnymi rupieci,
Gdzie wiersze, bileciki, procesy, romanse,
Włosy ciężkie, na kwity nawinięte pasmem,
Mniej ukrywa sekretów, niż mój mózg zgnębiony,
Ta piramida, ten grobowiec niezgłębiony,
co więcej trupów mieści niż wspólna mogiła.
Jam cmentarz, którym światłość księżycy wzgardziła(...)
Jam jest buduar stary z różami zwiędłymi,
Gdzie mody zeszłoroczne płaczą się na ziemi(...)*

Słowo „**spleen**” jest tutaj oznaką pewnego obrazowania, upoetycznienia i dystansowania wobec doświadczenia **nie do zniesienia**, stanu beznadziei w obliczu doświadczania kresu istnienia. Obrazy zaklinają psychiczną klęskę, wyrażając ją na modłę poetycką, niesione są przez dźwięki i wibracje, które wypełniały poetę. I tak, pierwszy wers mówi o tym, że „**ma się coś**” co przekracza własne wypowiedzenie, które łagodzone jest przez hipotetyczne sformułowanie „**więcej niż**” a „**gdybym żył**” i odnosi się do doświadczania czasu, wydłużenia trwania życia. Zwielokrotniona maksymalnie długość życia, która jednak nie wystarcza by wyrazić adekwatną, policzalną być może masę wspomnień. Widoczną staje się dysproporcja pomiędzy niewyraźną rzeczywistością a tym co daje się wypowiedzieć. Bezkształtna nieskończoność w doświadczaniu ciała i siebie kieruje uwagę w stronę pierwotnego doświadczenia bólu i pustki, jednak w przypadku poety paradoksalnie to właśnie

„ciałem stało się słowo”. Ucieleśnioną staje się czasoprzestrzeń wiersza, w której odczuwalne jest współistnienie śmiertelności i nieśmiertelności, skończoności i nieskończoności. Wiersz staje się pojemnikiem dla wszystkich elementów emocjonalnych, pod postacią obrazów, które wibrują w ciele i umyśle poety. Myślę, że **warto przywołać i zaakcentować różnicę między wydobywaniem znaczenia a słuchaniem i słyszeniem go, bowiem istnieje ryzyko między zawłaszczeniem znaczenia przy jednoczesnej utracie tego, czym jest „tchnienie życia”, „momenty istnienia” słyszane w dźwiękowej tkance mowy.**

Jako ciekawostkę przywołam zdarzenie - w 1890 roku psychiatra Jules Cotard opisał syndrom, który po dziś dzień nosi jego imię - syndrom Cotarda. Zauważył on u swoich pacjentów uparte negowanie życia i narządów żywego ciała - „**delirium negacji**” połączone z „**delirium bezmiaru**”, przekonaniem o swojej nieśmiertelności. Możemy to pojmować jako zaburzenia percepcji własnego ciała związanej z głębokimi zakłóceniami somatosensoryki i doświadczania czasu.

Wracając do wiersza poety to można myśleć o paradoksalnym połączeniu poczucia śmierci wewnętrznej oraz iluzji rozrastania się (melancholia i mania), wręcz nieśmiertelności, tak charakterystycznej dla psychozy i nasilającej się depersonalizacji. Zarówno sugestywne słowa poety, jak i zamazane obrazy swobodnych skojarzeń pacjenta sytuują się w pozycji medialnej między niewerbalnym doznaniem zmysłowym z jednej strony a jasnym i wyraźnym sformułowaniem z drugiej. Z praktyki analitycznej wiemy, że pozornie nieistotne lub trywialne pojęcia mogą znaleźć się w centrum uwagi. Są to elementy, które uniknęły represji i mogą odnosić się do takich konkretnych szczegółów zewnętrznych, jak werbalizacja **doświadczenia trzewno-zmysłowego**. Rzeczywistość psychiczna, jak ją definiuje Freud, „**nie do końca jest poznawalna, zawsze jest jakaś „reszta”, „okrucz”, który pozostaje niepoznawalny, jak „pępek snu”**.” (Freud, 1900/2004)

Terapeuta może wtedy wykorzystać te małe okazje do otwarcia domen symbolicznych i interpersonalnych. Zepchnięte treści uciekają poprzez wyparcie, dysocjację lub inny mechanizm psychiczny, który ma na celu wyciszenie traumatycznego doświadczenia. Posługując się metaforą studni, wyciągamy materiał ze studni wrażeń zmysłowych, aby przekształcić ją w słowa, ale możemy też spojrzeć na to w odwrotnej kolejności, gdy słowa toną. Moim zdaniem analityk i pacjent próbują znaleźć słowa, aby odnieść się do tego, co ciało „zanotowało”; czerpanie z różnych aspektów opowiadania historii może wyłonić się podczas sesji z różnorodnych „partytur” z przeszłości. Każdy „zapis sensoryczny” ma inną odległość od słów, które go przechwytyją. I nie wszystkie „zapisy sensoryczne” znajdują głos: na przykład te „**nie do zniesienia**” mogą nie znaleźć sposobu na wyrażenie – czasem trauma nie

ma głosu. (Ritter, 2014). Tak więc **istnieje spektrum „narracji” dla historii wyłaniających się z ciała podczas sesji**: szeroki zakres, który rozciąga się od niewidzialnego, stłumionego materiału, przez ledwo widoczne usunięte treści, do bardzo graficznych, trzewnych „gorących” doznań, po „zimne” racjonalne raporty.

I tak, metafory, które oddają doświadczenie zmysłowe mogą dotknąć niejasnego „**nie wiem co to jest**” lub doświadczenia, które może być całkowicie ukryte przed świadomością. Traumatyczne doświadczenia powodują zakłócenia na różnych poziomach w tym sensie, że „**trauma jak również konflikt intra-psychoiczny zmniejszają polisemię doświadczenia**”, czyli możliwość wyrażania za pomocą języka (metafor i metonimii) różnych treści i odczuwania. Terapeuta pracuje nad tym, aby pomóc pacjentowi połączyć doświadczenie zapisane w ciele pacjenta, tłumacząc doświadczenia emocjonalne i somatosensoryczne na werbalną, symbolizowaną formę, pozwalając pacjentowi przejąć kontrolę i przepracować pojawiający się materiał.

BIBLIOGRAFIA

- Bazan, A. (2011) *Phantoms in the Voice: A Neuropsychanalytic Hypothesis on the Structure of the Unconscious. Neuropsychanalysis* 13
- Baudelaire, Ch. (1973). *Kwiaty zła*. Warszawa, Wydawnictwo PIW
- Britton, R. (2015). *Between mind and brain*. London: Karnac
- Bion, W., (2011), *Uczenie się na podstawie doświadczenia*. Warszawa: Oficyna Ingenium
- Bion, W. (2014). *Teoria myślenia*. W: *Po namyśle*. Warszawa: Oficyna Ingenium.
- Bion, W. (2015). *Przekształcenia*. Warszawa: Oficyna Ingenium
- Bucci, W. (1985). *Dual Coding: A Cognitive Model for Psychoanalytic Research. Journal of the American Psychoanalytic Association*, 33
- Cierpiątkowska, L., Górska, D. (red), (2010). *Mentalizacja z perspektywy rozwojowej i klinicznej*. Poznań: Wydawnictwo UAM
- Damasio, A. (1999). *Błąd Kartezjusza. Emocje, rozum i mózg ludzki*. Poznań: Wydawnictwo Rebis.

- Damasio, A. (2000) Tajemnica świadomości. Jak ciało i emocje współtworzą świadomość. Poznań: Wydawnictwo Rebis.
- Edelman, Gerald M. (1998). Przenikliwe powietrze, jasny ogień. O materii umysłu. Warszawa : PIW
- Faimberg, H. (1996) Listening To Listening. *International Journal of Psychoanalysis* 77
- Freud, Z. (1895/2008). Studia nad histerią. Warszawa: Wydawnictwo KR.
- Freud, Z. (1900/2007). Objasnienie marzeń sennych. Warszawa: Wydawnictwo KR
- Freud, Z. (1911/2007). Uwagi na temat dwóch zasad procesu psychicznego. W: *Psychologia nieświadomości*. Warszawa: Wydawnictwo KR
- Freud, Z. (1912/2007). Rady dla lekarza prowadzącego terapię. W: *Technika terapii*, Wydawnictwo KR, Warszawa
- Freud, Z. (1920/1994). Poza zasadą przyjemności. Warszawa: PWN.
- Galatzer-Levy, R. M. (1995) Psychoanalysis And Dynamical Systems Theory: Prediction And Self Similarity. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 43
- Gadini, E. (1987). Uwagi na temat relacji umysł-ciało. W; *International Journal of Psycho-Analysis*, nr. 68
- Green, A. (2000). Centralna pozycja fobiczna. Nowe ujęcie metody swobodnych skojarzeń. (przekład j. franc. Marta Gil-Gilewska)
- Green, A. (2008) Freud's Concept of Temporality: Differences with Current Ideas. *International Journal of Psychoanalysis* 89
- Hohol, M., (2013) Wyjaśnić umysł. Kraków: Copernicus Center.
- James, W. (2002). Psychologia. Kurs skrócony. Warszawa: Wydawnictwo PWN
- Kastner, I., Schroder, Ch. (1997). Zygmunta Freud: badacz umysłu. Neurolog. Psychoterapeuta: teksty wybrane. Warszawa: Wydawnictwo Arboretum.
- Lakoff, G. Johnson, M. (2010). Metafory w naszym życiu. Warszawa: Wydawnictwo ALETHEIA.
- Le Doux, J. (2000). Mózg emocjonalny. Tajemnicze podstawy życia emocjonalnego. Poznań: Media Rodzina

- Le Doux, J. (2015). *Lęk. Neuronauka na tropie lęku i strachu*. Warszawa: Wydawnictwo Copernicus Center Press
- Lombardi, R. (2002). Primitive mental states and the body: a personal view of Armando Ferrari's concreto original object. W: *International Journal of Psychoanalysis*, 83. London: IPA
- Lombardi, R, (2017). *Bezkształtna nieskończoność*. Warszawa: Oficyna Ofingenum.
- Matthis, I. (2000) Sketch for a Metapsychology of Affect. *International Journal of Psychoanalysis* 81
- Matthis, I. (2013). Objawy ciała i umysłu-perspektywa neuropsychoanalityczna. Materiały XV Konferencji Polskiego Towarzystwa Psychoanalitycznego. Warszawa
- Merlau-Ponty, M. (2001). *Fenomenologia percepcji*. Warszawa: Wydawnictwo Aletheia.
- Ramachandran, V.S. (2012). *Neuronauka o podstawach człowieczeństwa. O czym mówi mózg*. Warszawa: Wydawnictwo UW
- Ritter, M. (2014) Silence as the Voice of Trauma. *American Journal of Psychoanalysis* 74
- Sacks, O. (2009). *Mężczyzna, który pomylił swoją żonę z kapeluszem*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i Sp-ka
- Sacks, O. (2016). *Stale w ruchu*. Warszawa: Zysk i Sp-ka
- Solano, L. (2010) Some Thoughts between Body and Mind in the Light of Wilma Bucci's Multiple Code Theory. *International Journal of Psychoanalysis* 91
- Stern, D. (1984). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.