

Tankar om sömn, dröm och verklighet

av Clarence Crafoord

Till Gyllenbergssymposiet om sömn Helsingfors 2009

Sömnen upptar en så stor del av vårt liv att vi bara av det skälet måste dra slutsatsen att det är en livsuppehållande och viktig funktion både för själslig vila och när det gäller organismens behov av viloperioder för att återställa en rad kemiska och fysiologiska mekanismer. Depåer behöver fyllas på, till det yttersta ansträngda anspänningar avslappas och jämviktsförhållanden som råkat på sned återupprättas. Organismen har en väl utforskad och kartlagd homeostatisk förmåga, som när det gäller fysiologin kan uttryckas i att en avgiftning sker, slaggprodukter avlägsnas och näringsämnen nödvändiga för fortsatta ansträngningar lagras in för att finnas i beredskap nästa dag och nästa.

Kroppens aktiviteter under sömnen kan jämföras med vad som händer i en stad eller ett samhälle – åtminstone som det fungerade på den gamla ”goda” tiden. Under natten forslades avskräde, avfallsprodukter och orenligheter bort ur staden och samtidigt anlände transporter utifrån landsbygden genom stadsportharna med nyskördade grönsaker, färsk fisk och nyslaktade djur till morgonens marknad. Varor av alla slag infördes och släpptes in till marknaden efter granskningen i tullarna. Bagarna hade ugnarna igång under natten för leverans av morgondagens bröd. Handelsfolkets magasin fylldes på nytt och bodarna kunde öppnas på morgonen för borgarnas inköp av förnödenheter. Staden vaknade. I Saluhallen i Helsingfors kan vi ännu idag iaktta hur det gick till. Nattvandrarerna och det bleka nattklubbsfolket och artisterna som skapat stadsnattens drömmar skingrades och det vakna, realistiska arbetslivet tog sin början. Enstaka drömmare hängde ännu i något morgonöppet värdshus.

Liksom staden har förändrats genom seklerna så förändras också människan under sitt liv. Omärkligt kommer nya produkter, nya skeenden att ersätta de gamla. Tempot i stadens liv förändras, avfallet ändrar karaktär, luften förändras och transportvägarna blir alltmer sofistikerade, lagringen av varor sker enligt nya principer. Kanske liknelsen med

människokroppens återhämtning genom dygnsrytmen som en stad under åldrandet blir alltmer haltande.

Staden som aldrig sover blev en slogan efter det elektriska ljusets ankomst och den ständiga aktiviteten vid dygnets alla timmar möjliggjordes, ett hektiskt ständigt pågående livsbrus har gjort att städerna aldrig sover och människorna får var och en för sig söka härbärge för sin individuella återhämtning. För en del går det bra för andra misslyckas det och en del blir vad man en tid kallade utbrända. För många människor tycks depåerna tömmas på ett sätt som leder till depressioner, allt vanligare i vårt samhälle idag. En del av de på detta sätt själsligen uttömda finner livet meningslöst och sover mycket mer än normalt i hopp om återhämtning, andra får sömnsvårigheter. Livet ter sig för många som ett lidande där den livgivande rytmen i tillvaron har försvunnit.

De kroppsliga förändringarna och manifestationerna i växlingarna mellan sömn och vakenhet kännetecknas av en rytm som har att göra med de astronomiskt betingade svängningarna mellan årstiderna och mellan dag och natt. Övergångarna kallar vi gryning och skymning. På vissa delar av planeten är gryningen och skymningen snabb och omställningen från dag till natt nästan momentan. I vår del av världen är tempot helt annorlunda: det nordiska ljuset letar sig fram under långa morgontimmar och lägrar sig under kvälls- och nattimmar i en långdragen skymning som vid midsommar varar hela natten. Inte vill man sova då; människorna i Norden uppfylls av ljuset, blir nästa "höga" på ljus. Kanske blir människornas karaktär annorlunda i de trakter som har de långa vinternätterna att sova sig igenom och de ljuvligt långa sommarnätterna att njuta av – Dygnsomställningen måste påverka oss också själsligen. Natten kommer inte som ett klipp, den glider sakta över oss, ger oss god tid för omställning.

En kamrat, präglad av det nordiska skymningsskeendet landade i Afrika. Solnedgången var nära och han beslöt sig för att vandra de fem kilometerna till sitt hotell i skymningsljuset. Knappt hade han lämnat flygplatsområdet, så föll den becksvarta natten som en jalusi och han fann häpen sig själv ensam i mörkret på den knaggliga förortsgatan. Stadens ljus syntes dock helt nära. Han traskade överraskad av natten vidare men blev efter ett par hundra meter överfallen av ett gäng ungdomar som slog ner honom och tog allt utom själva livet av honom. Naken och stapplande tog han sig fram till hotellet och hade brutalt lärt sig att den afrikanska skymningen förvandlar tillvaron på ett ögonblick. Den kan man inte vila i som i det nordiska ljuset.

Kanske vi ändå kan begränsa reflektionerna om de astronomiskt styrda växlingarna mellan dag och natt och deras breddgradsberoende skiftningar vid skymning och gryning som

en metafor för sömnens skiftningar med olika grader av vakenhet och vila. Samtidigt finns ett nära beroende mellan ljusets växlingar och de biologiska variationerna och cyklerna. Dessa cykliska skeenden har djup inverkan på både kropp och själ.

Man kan spekulera om ifall de långsamt glidande övergångarna också påverkar sömnen och drömmarna hos en del människor som lever med korta klipp mellan nattsömnen och dagens vakenhet till skillnad från de som tar god tid på sig vid insomnande eller uppvaknande. Kan det vara så att den långsamma övergången till sovtid här i Norden gynnar en liknande övergång mellan vakenhet och realistiskt tänkande som avspeglar den långsamt glidande skymningen och uppvaknandets successiva gryning. Är vi måhända här i Norden mer benägna att röra oss i en mellanzon mellan vaka och sömn jämfört med de klippande snabba växlingarna på andra breddgrader?

I Medelhavsregionens varma klimat lägger man ju in en extra sovtid på eftermiddagen, mellan middagstimmen och aftonens begynnande svalka. Dygnet uppdelas på det sättet i två dagar och två nätter. Morgontimmarna för aktiviteter, eftermiddagen för sömn och vila, kvällen till midnatt för ny verksamhet och efternatten för en kanske djupare sömnperiod.

När sover spanjorerna som djupast? Kanske på efternatten, medan våra fördomar om medelhavsmänniskorna säger oss att de ägnar eftermiddagarna åt att älska och att drömma.

Ingen slump kanske att det var en spansk dramatiker, Pedro Calderón de la Barca, som 1636 skrev sina odödliga rader om "Livet är en dröm" som handlar om en fångslad ädling som dömts i domstolen och reflekterar över om ifall allt han upplevt är dröm eller verklighet. Och han bestämmer sig för att livet är en dröm – så det är egalt om det upplevda har drömts eller inte, allt kommer ändå sist och slutligen att avgöras i himmelen.

Calderón:

”Vad är livet? Blott en hägring,
blott en skugga och en spegling,
Bländverk allt, som blev oss givet!
Ty en dröm är hela livet,
själva drömmen drömmer vi.”

(Tolkning: Erik Blomberg)

Drömmar och önskedrömmar – fysiskt eller psykiskt?

I Calderóns poetiska värld glider sömnens och drömmens värld likt ett skymningsland över i varandra och verkligheten sveps undan med sina plågor och missräkningar för att ersättas med önskedrömmarnas bilder. De religiösa önskedrömmarnas värld med hoppet om en hinsides bättre tillvaro bland stjärnor och himlar ingår i drömmarna. Det handlar om en hinsides värld som under renässansen och nästan fram till vår tid har präglats av den religiösa föreställningsvärlden där den dröm som livet enligt Calderón utgör kommer att avlösas av en ännu bättre och lyckligare värld av salighet i en tillvaro som vi kvalificerar oss för genom att leva ett dygdigt liv. Kanske tänkte dessa önskedrömmarnas profeter att livet efter detta är det verkliga livet medan den jämmerdal som vi lever i bara är en tillfällig mardröm.

Neurofysiologerna har visat hur sömnen innehåller olika cykler och stadier mellan olika slag av sömn. Man vet att hjärnan i sömnens olika stadier på olika sätt konsoliderar dagsupplevelser, deras känslöförankring och att de växlande hjärnaktiviteterna skapar sekvenser som tidvis uppfattas av medvetandet som bilder och drömmar. Människorna har i alla tider sökt finna begriplig innebörd i drömmarna som till exempel att de genom bildsymbolerna skulle kunna förutsäga framtiden som Bibelns välkända bilder av de sju magra och de sju feta kreaturen symboliserande missväxtår och goda kommande år. Detta tydande av drömmarna i förgången tid visar tydligt hur uttydarna av drömmarna vill forma mening ur det dunkel som nattens drömmar utgör. Nattens drömmar har i i alla tider givits innebörden av uttryckta önskningar, önskningar om en bättre värld eller ett bättre liv, böner till den värld som inte syns. Människorna skapade religionen för att stärka sitt hopp om önskningarnas uppfyllelse.

Freud som var ateist insåg förvisso människornas starka behov av det hopp som religionen utgör samtidigt som han klargjorde att han fann att alla religioner bygger på en illusion om existensen av en allsmäktig gudom.

Freud var under sitt liv framför allt intresserad av att förstå varför hos olika folk den religiösa övertygelsen får så mäktigt fäste bland människorna. Han konstaterade i flera av sina verk att detta fenomen har att göra med religionens *infantila* källor. Varje människa bär sin barndoms starka tro på föräldrarnas allmakt inom sig liksom hon hyser illusionen om den absoluta kärlekens fullbordan så som var och en minns den från modersfamen. Dessa också i kroppsligheten förankrade minnen och de drifter och begär som tillfredsställdes vid modersbrösten utgör så enligt Freud materialet för alla de önskedrömmar som tar sin början i det avstående från den slutliga tillfredsställelsen vid modersbrösten som varje individ genom separationen från modern och avvänjningen från det ljuvliga bröstet nödgas till. Utvecklingen

tvingar barnet till avståenden, frustration och väntan på tillfredsställelse. I väntan och hunger väcks begäret och ger näring åt de omedvetna fantasier burna av längtan efter lust och tillfredsställelse som präglar varje människas inre.

Den tänkande och fantiserande människans försök att alltifrån urtiden förstå den värld hon lever i kommer att ta form av de infantila urönskningarna om den ursprungliga tillfredsställelsen, den paradisiska tillvaron eller kort och gott "lyckan". I sina försök att återskapa den drömmen söker varje människa forma sitt liv i ett infantilt hopp om tillfredsställelse, vare sig detta sker inom de religiösa bildernas och myternas värld eller om det sker i en modern tids versioner där drömmen utgörs av den stora penningvinsten, den idealiska partnern eller det handlar om framgång som stjärna inom artistlivets eller idrottstriumfernas värld. Det som man hoppas skall förverkligas är den slutgiltiga tillfredsställelsen som har sin grund i minnet av den slutliga tillfredsställelsen vid modersbrösten. Denna en gång så starkt upplevda och totala tillfredsställelse grundlägger i olika former en strävan som under utvecklingen blandar sig i den libidinösa utvecklingen och den portion av infantil sexualitet som tar sig olika uttryck under barndomen och uppväxten som efterhand i minnenas dunkel bleknar till en drömvärld.

En vändpunkt är kulmen i den oedipala förälskelsen i föräldern av motsatt kön och den oedipala rivaliteten med dödsönskningar mot den andra föräldern som har privilegiet att få tillfredsställelsen hos sin partner, ouppnåelig för den egna åtrån. I Sofokles tragedi undanröjde Kung Oidipus sin far utan att veta om det och nådde sin tillfredsställelse hos sin mor vars kärleksbädd öppnades för honom. När siaren Teresias gjorde klart sammanhanget i dramats höjdpunkt drabbades Oidipus av så starka skuld känslor att han kastrerade sig själv genom att sticka ut sina ögon. Skådespelet gestaltar på ett grymt sätt myten om det ödesdigra i att fullfölja de oedipala önskningarna som baseras på föreställningen om en tillfredsställelse som egentligen tillhör en forntid och som måste lämnas och ges upp om individen ska kunna hantera sina orealistiska önskedrömmar om en tillfredsställelse som egentligen är omöjlig att uppnå. Den som inte förmår att ge upp och avstå stänger också andra utvecklingsvägar och tillfredsställelser och människan fortsätter då att stängas med sina infantila önskedrömmar, och på sätt och vis kommer hon att driva in i en drömvärld som alltmer förlorar förankring i verkligheten.

Den fysiologiska sömnen som försätter organismen i vila ger tillfälle att på nytt varje kväll återinsjunka i modersfammen och hänge sig åt njutningen i vilan. Tröttheten efter en ansträngande arbetsdag där en person har gjort sig förtjänt av en god måltid och vilar efter den ger förutsättningen att likt en mätt baby krypa ihop i fosterställning och hänge sig åt kroppens

vila och därmed koppla bort all motorisk och intellektuell strävan. Tankarna snurrar en stund, inga bilder formas och därefter följer den sömn som framförallt är organismens vederkvickelse. Freud konstaterar redan tidigt att de bilder som därvid kan passera revy vid insomnande saknar mening och innebörd och därför inte är någon psykisk aktivitet utan någonting somatiskt. Den sovandes viktigaste önskan är enligt Freud att sova. Under perioder uppfylls under sömnen denna önskan och också psyket sover då. En betydelsefull aspekt på sömnen är alltså att den som fenomen inte är något psykiskt utan något somatiskt och organiskt. Det är därför av största vikt, menar Freud i *Drömtydning*, att fästa vikt vid att drömmen som vi söker tolka är ett psykiskt fenomen i och med att vi tillskriver det en innebörd medan sömnen och dess fragment av bildupplevelser är något fysiologiskt. Om sömnen störs, strävar organismen efter fortsatt sömn och ibland kommer det yrvakna psyket att börja röra på sig och detta i syfte att låta sömnen ånyo ta över. Psyket kan då återgå till ett tillstånd av inaktivitet. Neurofysiologiska studier visar just att sömnen växlar i djup och att perioder av psykisk aktivitet omväxlar med perioder av djup sömn. Det vi kallar drömmar och som enligt Freuds drömteori är en *psykisk* aktivitet omväxlar alltså med drömmar under djupsömnen som snarare måste betraktas som något *somatiskt*. Det psykiska livet vilar sålunda i huvudsak under sömnen och när sömnen störs och det väcks till liv så kommer denna psykiska aktivitet i första hand inrikta sig på att återställa sömnen. Om detta inte lyckas eller om individen är utsövd kommer i perioder av insomnande eller uppvaknande den uppväckta psykiska aktiviteten att forma sig till mening och innebörd, en innebörd som dels innehåller önskan att fortsätta sova men som också kommer att stimulera övriga former av önskeaktiviteter i det omedvetna fantasilivet, främst enligt Freud en räckta infantila önskningar som stöter på en del hinder i form av impulser till handling som strider mot den överordnade önskan att fortsätta sova. Denna inre konflikt mellan önsketillfredsställande handling och önskan att sova vidare är en av de faktorer som enligt Freud bidrar till drömmens förvanskningar och transformationer där de s.k. latent drömtankarna förvanskas och uppträder inför psyket i form av serier av bilder och händelser som drömmaren varseblir men som ändå tillåter honom eller henne att fortsätta sova men kanske inte hindrar vederbörande från att erinra sig drömmen och i vakenlivet eventuellt återge den, beskriva den eller skriva ner den.

Vi står genom sömnens periodicitet i regelbunden kontakt med vår kropps behov av att återgå i ett sovande tillstånd av vila liksom spädbarnet och också i ständig förbindelse med den infantila tidens önskningar och omedvetna fantasier som bidrar till att forma våra

förbigglidande drömmar, särskilt i perioden av insomnande och uppvaknande, i tillvarons dagligen genomförda passage genom skymningsland och gryningsregion.

Vi genomkorsar på detta sätt genom att vara tänkande och kännande varelser många landskap där det psykiska livet dominerar och andra där det somatiska levandet går sin gilla gång utan att beröras av det psykiska utan är en rent vegeterande och somatisk återhämtning.

I dessa nattliga vandringar i ett varierande landskap av återkommande perioder av psykiska skeenden omvandlas en stor del av den psykiska aktiviteten till drömmar som innehåller fragment av det vakna livets aktiviteter, önskningar och vedermödor till stor del stimulerade och med verktyg som hämtats från de omedvetna fantasiernas värld men med den överordnade uppgiften att låta den sovande fortsätta sova. Om drömmen väcker den sovande ur sömnen så att han eller hon yrvaken störtar upp, så har drömmen misslyckats med sin viktigaste uppgift. Yrvaket tar den vakna psykiska aktiviteten över och den nyss sovande försöker hitta rätt i tillvaron. På sin väg i denna vilshenhet kan den nyss sovande fånga fragment av sin dröm som nu blir föremål för en sekundär bearbetning. Man försöker få sammanhang och reda i det nyss upplevda och kanske suckar – belåtet eller besviket – men det var ju bara en dröm! och stiger antingen upp om det är tid för det eller lägger sig på kudden och sover vidare, om man kan. Kanske har psyket vaknat till liv så att fantasierna fortsätter och håller människan vaken, nya drömsekvenser kan ta plats i det yrvakna psyket, kanske kopplas det ur så att den somatiska sömnen återkommer, kanske hålls drömmaren vaken av sina oroliga fantasier och går till psykoanalytikern, det beror på.

Det psykiska livet, av vilket drömmarna utgör en del, sysselsätter sig i hög grad med att söka forma någon form av mening av alla de stimuli som strömmar in från omvärlden. Till dessa stimuli hör många av vardagslivets trivialiteter under vakenlivet, frågan om försörjningen, försvaret av den egna individuella integriteten, frågor om kärlekslivet, att vara bekräftad eller inte, älskad eller inte. Hit hör förstås också frågor om att duga i yrkesverksamhet och i förhållande till konkurrenter på olika områden. Den psykiska aktiviteten arbetar hela tiden med olika problemlösningar och har till sin hjälp alla de hjälpverktyg i form av erfarenheter lagrade i episodiska minnen, färdigheter lagrade i procedurminnena och självkänsla och omdöme som utgör en syntes av många olika tillflöden inom psyket. Därtill kommer hela tiden ett hav av parallella omedvetna fantasier och kroppsliga förhållningssätt som blandar sig i och i större eller mindre utsträckning får ha inflytande över hur alla de andra psykiska aktiviteterna kan fokuseras eller skingras. Koncentrationsförmågan kan periodvis svepa ”ovidkommande” intryck åt sidan; i andra perioder kan fantasierna och de från inre organ kommande impulserna skingra

koncentrationen. De psykiska aktiviteter som är verksamma i skymnings- och gryningsområdena av tillvaron finns hela tiden med som en del av våra psykiska funktioner. Människor är olika bra på att hålla koncentrationen uppe och ta ställning till verkligheten och förpassa de önskedrömda illusionerna till bakgrunden. Ett bra och konkret exempel är hur en stor grupp bergsbestigare hängav sig åt en kollektiv önskedröm om att nå toppen av berget K2 medan andra insåg realiteternas oavvisliga nödvändighet att ge upp och återvände till baslägret. De som önskedrömde förnekade att natten skulle komma, och kylan och syrebristen medförde deras död. En tröst kan vara att glidande från nerkyllning till livlöshet skedde som en allt djupare sömn in i döden.

Skapandet av mening i sömn och dröm

Den psykiska aktiviteten i riktning av förnuftsstyrt skapande av meningsbärande gestalter torde vara ett av kännetecknen för vaken psykisk aktivitet som ger ett sammanhang. Denna aktivitet är den funktion som sätter samman varje människas karaktär och förmåga att fungera som samhällsvarelse. Den bidrar till det som Freud i sina samhällsgranskande skrifter kallar kulturprocessen och som också möjliggör för människor i grupp att genom gemensamma överenskommelser och driftsavstående fungera tillsammans i en gemenskap.

Dessa meningsbärande och kulturskapande funktioner sammanfattar Wilfred Bion i sina försök att beskriva psykiska aktiviteter som *alfa-funktionen*. Drömtänkandet, menar Bion, har en helt annan karaktär. Det härbärgerar och låter existera alla olika omedvetna fantasier, kroppsliga impulser och osammanhängande skeenden som karakteriserar drömmen, men detta drömtänkande tar bara överhanden över alfafunktionen i vissa tillstånd som nattliga drömmar, i vissa former av galenskap, i ruset eller hos de små och späda barnen där detta drömtänkande hypotetiskt dominerar det psykiska livet. Nu kommer i utvecklingen de helt förvirrande och osorterade impulserna och intrycken i det lilla barnets liv att behöva samlas genom en alfa-funktion för att inte individen ska överväldigas av psykisk smärta och ångest och vägra kommunicera med omgivningen, stänga av den eller attackera den. Någon närstående vuxen med tillräckligt god alfa-funktion kommer därvid att kunna ta emot alla osorterade intryck – Bion kallar dem *beta-element* – och använda sitt drömtänkande för att bearbeta och organisera dessa intryck. Denna psykiska funktion äger rum i kommunikationen mellan spädbarnet och de närstående i ett oavbrutet flöde av psykiskt material mellan barnet och omgivningen, ordlöst eller språkligt med de meningsbärande elementen insmugna i flödet av signaler. Detta är en psykisk funktion i mänsklig kommunikation som ligger mycket nära vad som sker hos den sovande som i drömsaktiviteter försöker bevara sin sömn. Aktiviteten är både

meningsbärande och kaotisk, både känslomässig eller driftsmässig och förnuftsstyrd allt i en blandning som möjliggör drömtänkandets uppgift – att skapa meningsbärande gestalter för barnet och att för den sovande bevara sömnen.

*Drömtydning*s grundtes är alltså att drömmandets primära mål att rädda sömnen åt den sovande. Kanske kan man säga att hjärnans hantering av material som samlats av alla dagens sinnesintryck tillsammans med de minnen som aktiveras i de myriader av förbindelser som finns och kan aktiveras.

Dröm och skapande

Drömmens olika önskningar kan tillfredsställa drömmaren i den virtuella värld som hjärnan skapar åt den sovande. Dagdrömmarna kan tillfredsställa oss under en kort tidsperiod och kan inspirera konstnärer som försöker omsätta dagdrömmarna till konstverk, symfoniska verk eller storartade installationer eller arkitektoniskt himlastormande monument. Uppvaknandet kommer alltid på ett eller annat sätt – både ur den nattliga drömmen eller den dagdröm som kan vara trivial och vardaglig som en sexuell önskan riktad till en verklig eller fantiserad partner eller en dagdröm om att skapa ett verk av något slag.

Själva skapandeprocessen är ju både en dröm som tar form i verkligheten och en njutningsprocess i just skapandet som är källa till en stark njutning så stark att den av t.ex. Winnicott tillskrivs en särskild skapardrift, medan Freud inte går längre än till att beskriva den som en sublimering av libidon. Alltnog, Jones har berättat i sin biografi över Freud hur han av familjen upplevdes gå omkring i hemmet som en sömngångare under det att han var mest upptagen av att skriva slutkapitlet i sitt magnum opus *Drömtydning*.

Fråga är om vi kommer till den paradoxala punkten att den extrema uppmärksamheten och koncentrationen i skapandet sker i ett slags trancetillstånd som utestänger den vanliga verkligheten och åstadkommer detta på liknande sätt som sömnen försätter organismen i ett tillstånd som utestänger den vanliga verkligheten utanför den sovande. Kanske ligger en paradox i huruvida vi kan på så konventionellt sätt i grunden skilja mellan sömn, vila och nattlig dröm å ena sidan och uppmärksamhet, vakenhet och rationalitet å den andra. Vi kan säkert finna neurofysiologiska och mätbara neurokemiska parametrar som kan urskilja sömn och drömande och skilja dem från koncentrerad vakenhet. Ändå kan verkligheten emellanåt upplevas som en relativ drömtillvaro även om den äger rum i verkligheten – något som vi alla kan uppleva under korta resor. Verkliga händelser som sker i en drabbande realitet som vid en katastrof försätter oss i ett drömliknande och nästan sömnlignande tillstånd när vi söker förneka det skedda. Sömn är den suveräna återställaren, som kan ge tid till bearbetning av

en traumatisk händelse i verkligheten, och då är säkerligen såväl kemiska, fysiologiska som psykologiska och drömskapande processer involverade i att återställa en labil balans för den drabbade.

Svåra trauman kan skapa livshotande psykiska tillstånd som ibland både bildligt och konkret kan tömma alla hjärnans depåer och lämna utrymme för processer som kan leda till att den drabbade i en depressiv förstämning hamnar i ett permanent tillstånd av rastlöshet och stegrad oro som sist och slutligen leder till att man söker upp den slutliga sömnen, att man inte tror sig kunna finna en slutlig tillfredsställelse annat än genom döden.

Den som kommer till den punkten i tillvaron att döden och den slutliga sömnen ter sig som en lockande och möjlig utväg fylls inte sällan av ett slags eufori eller ett avklarnat lugn som ett slutgiltigt fattat beslut inger. Det kan ibland iakttas som en rastlöshet som avlöses av ett stort lugn. Människorna som oroligt har omgivit en deprimerad och ångestfull människa drar en lättnadens suck just när faran är som störst. Den som fattat beslutet att söka upp den eviga vilan döljer inte sällan också att beslutet är fattat. Då finns ibland ingen återvändo. Självmördarens yttersta önskan är länge ambivalent ända tills den yttersta tiden är inne. Omgivningen vågar tro på en förbättring av ett dystert tillstånd och i nästa ögonblick får man beskedet att någon valt att ända sitt liv.

Ibland händer det att ett uppvaknande sker – kanske efter intensivvård eller mer slumpvis räddning. Uppvaknande kan då vara som uppvaknandet ur en trance eller en ond dröm, när verkligheten möter med nya perspektiv och nya färger.

Kollektivet och önskedrömmen

Den infantilt färgade önskedrömmen om livets beskaffenhet är för många nutidsmänniskor själva livet, och målet för tillvaron formuleras av önskedrömmarna på ett sådant sätt att den reella verkligheten blir ett trivialt tidsfördriv som bara kan få en mening genom uppflammandet av önskedrömmarna i de olika skepnader som står till buds.

Livet blir en dröm och drömmaren undviker till varje pris ett uppvaknande eftersom varje uppvaknande också väcker upp det ostillbara begäret. Begäret i sin tur påminner om en brist som leder till en jakt på nya hägringar och förhoppningar.

Om människor hänger sig åt de starka önskedrömmarna och fantasierna om en bättre och mer tillfredsställande värld, kan man då säga att de sover, att de i något avseende är sömngångare i en kall och oförstående värld, där de är utsatta för maktens manipulationer i en kulturprocess som i hög grad gynnas om folket får tillräckligt av bröd och skådespel som ger dem hopp. Religionen kan fylla bristen för en del, och det var väl också därför som Marx

kallade religionen opium för folket. Detta skulle innebära att en del makthavare för att tygla massorna mer eller mindre bokstavligen försänker dem i ett slags sömn och gynnar olika former av dagdrömmar som utges för att vara en eftersträvansvärd verklighet. Ibland har folkens ledare och furstar utnyttjat denna situation för att upphöja sig själva till gudar – också i moden tid som en Mao Zedong eller en Stalin eller en Fidel Castro. Illusionen om sådana förgudade föräldrafigurer är ju att de kan utlova en bättre och lyckligare värld för var och en. Den som inte deltar i denna illusoriska idealbild av tillvaron betraktas som förrädare och fiender till önskedrömmarnas värld. Ett helt folk kan därvid förblindas och försänkas i ett slags sömn. Den drömmen eller sömnen är den önskesömn som medger förnekande av realiteterna som vid ett uppvaknande kan visa sig ödesdigra och livshotande.

Harry Martinson, den svenske diktaren och nobelpristagaren, har gestaltat detta i sin diktcykel *Aniara*, ”en revy om människan i tid och rum”, (övers. ”a review of man in time and space”) en modern science fictionskildring av människorna i ett väldigt rymdskepp som kommit ur kurs och styr mot evigheten, förlorat i riktning mot Lyrans stjärnbild. Ombord på det väldiga skeppet samlas folket kring *Miman*, en magnifik storbildsteve i alla dimensioner som visar hänföraende bilder från Doris dal, den värld de lämnat för alltid och som alltmer framstår som det absoluta paradiset. En religiös väckelse uppstår kring *Miman*. Översteprästen, *Mimaroben*, gynnar den kult som uppstår kring *miman* och som väcker önsknings och begär efter den slutliga tillfredsställelsen hos *Aniaras* innevånare.

Försök till räddning genom tankeflykt
och överglidningar från dröm till dröm
blev ofta vår metod.

Med ena benet dränkt i känslösvall
det andra med sitt stöd i känslödöd
vi ofta stod.

Jag frågade mig själv men glömde svara
jag drömde mig ett liv men glömde vara
jag reste allt runt men glömde fara –
ty jag satt fånge här i *Aniara*.

Det hela slutar med att Miman spränger sig själv och ödelägger den omöjliga önskedrömmen. Den svarta och tragiska dikten slutar egentligen med det uppgivande av hoppet om den slutliga tillfredsställelsen som paradoxalt endast kan uppnås genom döden som släcker alla drömmar och också utsläcker allt begär.

Bisatta i vår stora sarkofag
vi fördes vidare i öde hav
där rymdens natt oändligt skild från dag
en glasklar tystnad välvde kring vår grav.

Vid mimans gravplats stupade i ring
till skuldfri mull förvandlade vi låg
förlossade från bittra stjärnors sting
Och genom alla drog Nirvanas våg.

Den nattsvartaste världsåskådning liksom den yttersta nödens utväg blir dödens drömlösa sömn, som alltid har en stark dragning på den förtvivlades eller ångestridnes sökande efter en slutlig utväg, som prins Hamlets klagan, ”att vara eller inte vara, det är frågan – att sova osv.”

Också den slutliga sömnen, insomnandet från tillvaron, blir en återgång till den slutliga vilan i modersfammen, egentlige föga olik den nattliga sömnens vila.

Som Calderón skaldade i ”Livet är en dröm”:

”Vad är livet? Blott en hägring,
blott en skugga och en spegling,
Bländverk allt, som blev oss givet!
Ty en dröm är hela livet,
själva drömmen drömmer vi.”
(Tolkning: Erik Blomberg)

Litteratur:

- BION, W. (1967): *Second Thoughts*. Sv. övers. E. Jacobsson. *Vid närmare eftertanke. Psykoanalytiska studier*. Natur och Kultur, 1989.
- CALDERON DE LA BARCA, P. (1636): *La vida es sueno*. Eng övers. S. Appelbaum. Penguin Books, 2002.
- FREUD, S. (1900): *Die Traumdeutung*. Sv. övers. *Drömtydning*. John Landquist, rev. av C. Sjöholm. Utg. i Samlade Skrifter II. Natur och Kultur, Stockholm 1996.
- HETTA, J (1994): *Om sömn och sömnstörningar*. Astra Läkemedel AB.
- JONES, E. (1961): *The Life and Work of Sigmund Freud*. Basic Books, New York.
- MARTINSON, H. (1956): *Aniara. En revy om människan i tid och rum*. Bonniers, Stockholm. Eng.övers. Stephen Klass & Bengt Sjöberg. *Aniara. A review of Man in Time and Space*. Vekerum förlag, 1991.
- SOFOKLES (496-406 F.V.T): *Oedipus Rex*.
- WINNICOTT.D.W. (1971): *Playing and Reality*. Tavistock, London. Sv övers. *Lek och verklighet*. Natur och Kultur, Stockholm, 1981.