

Лука Д. Боровић*
Универзитет у Источном Сарајеву
Филозофски факултет

Јелена З. Марковић
Самостални истраживач
Србија

УДК 159.964.2
DOI: 10.7251/RFFP2022253B
Прегледни научни чланак

СНОВИ О УМРЛИМ БЛИЖЊИМА И ПРОЦЕС ТУГОВАЊА

Снови о умрлим ближњима изразито су честа појава, нарочито у периоду непосредно након губитка блиске особе. Велики број научних истраживања овог феномена своди се на класификацију различитих мотива и емоција које се јављају у сновима, без покушаја опсежнијег објашњења појаве. У овом раду снови о умрлим ближњима тумаче се путем комбинације сазнања о процесу туговања који је описала Елизабет Кублер-Рос, те различитих теорија објектних односа у оквиру психоанализе. Овај тип снова је неопходно схватити као дио процеса суочавања с губитком и интернализованом сликом умрле блиске особе, који се одвија паралелно и на несвјесном и на свјесном, тј. когнитивном плану. Стога ови снови имају функцију суочавања особе са реалношћу губитка и са сопственим амбивалентним емоцијама према умрлом. У идеалном случају, процес туговања и снијевања о покојнику завршава се мирењем с губитком и инкорпорацијом позитивних аспеката односа и вољене особе.

Кључне ријечи: снови, губитак, туговање, психоанализа

* luka.borovic@ffuis.edu.ba

О СНОВИМА

Снови су тема која је од давнина изазивала велико интересовање како код лаика тако и код различитих професија које су биле посвећене изучавању психичког живота и функционисања особе – почевши од примитивних племенских врачава, затим до различитих религиозних, свештеничких фигура, па све до модерне медицине, неуролога и – психолога, свакако. Зашто су снови тако интригантна тема, зашто смо спремни да их изнова и изнова препричавамо, тумачимо, покушавамо да у њиховом садржају откријемо неку дубљу „истину“ о себи, свом животу, поривима?

Свакако да снови сами по себи, тј. по својим интринзичким одликама, привлаче пажњу особа. Првенствено, они су *универзални* – свака особа сања, чак и ако постоје значајне индивидуалне варијације у количини снова и степену њихове живости и задржавања у сјећању. Даље, снови имају одређених заједничких елемената са нашим *будним* животом, али су суштински *сћрани* и овај контраст привлачи пажњу: у сновима су елементи нашег свакодневног живота помијешани у простору и времену, одигравају се немогуће ствари, границе ја-други, садашњост-прошлост-будућност, симбол-и-симболизовано, збрисане су, ирелевантне, а ми смо бачени у крајолик чија „правила“ не можемо да схватимо и можда нема смисла ни трагати са њима (Wray и Price, 2005). Али, овај осјећај суштинске „страности“ снова не буди у нама равнодушност или отуђење од истих – снове и даље схватамо као *своје*, као један суштински, иако можда несхваћени дио нас, који у нама буди интензивне емоције, доживљаје, наводи нас да се присјећамо својих стања, преиспитујемо се, настојимо да нађемо неки одговор – на парадокс логике и колапс рационалног који нам снови нуде.

Други разлог популарности и интензивности проучавања снова свакако је скорије природе од првог, а тиче се придавања великог значаја сновима у оквирима психологије и медицине – првенствено у оквиру психоаналитичке теорије и физиолошких проучавања REM фазе спавања, у којој настају снови (Ђеранић, 2019). Психоаналитичко учење о сновима као прерушеним посланицима несвјесног, који нам износе наше потиснуте жеље, импулсе и мисли, у суштини је широко познато и већ је постало дио популарне културе, тако да неће бити детаљније разрађено у овом раду. Једина опаска која би се могла дати на ову тему јесте примјећивање паралела у религиозним и фолклорним учењима, која сновима придају значај порука, откровења, средстава којима више силе (Бог, судбина, покојници, итд.) ути-

чу на нас – тј. снови се схватају порукама *скривене истине*, слично као у психоаналитичком учењу, а једина је разлика у приписивању *изворишта* снова. У религиозним учењима ради се обично о натприродном узроку, док се код психоанализе ради о потиснутим, несвјесним дијеловима личности, који су изгубили на „бојном пољу“ енергетског сукоба са нашим свјесним Ја. Циник би рекао да је психоаналитичко учење заправо *исемистичније*, будући да постулира човјека који *не познаје себе* (и можда се никада не може ни сазнати у пуном смислу), у рату је са самим собом и мора да *ослушкује* поруке непознатих и отцијепљених дијелова – самог себе.

Наравно, каснији настављачи психоаналитичке теорије нису се задржали искључиво на Фројдовом првенствено *психографском* тумачењу снова. Можда и најзначајније проширење значаја снова дали су теоретичари *објектних односа*, у чијем су учењу снови јасно повезани са постепеним грађењем психе дјетета и интернализованим односима са значајним другима (Ђеранић, 2019). Најједноставније речено, у учењима теоретичара објектних односа попут Хане Сегал (Hanna Segal), снови су *позорница* на којој одигравамо односе са мајком, оцем, браћом и другим блиским људима – али односе онако како их ми видимо и како смо их видјели за вријеме свог живота, нпр. из позиције незрелог и зависног дјетета чији опстанак у застрашујућем свијету зависи од добре воље других – да ли ће она бити пружена? да ли *заслужујем* да ми буде пружена? – нека су од питања која муче дјете (Ђеранић, 2005).

Стога су снови мјесто одигравања ових архаичних драма дјетинства, повезаних са тренутним конфликтима и нашим дубоким имплицитним увјерењима која их одржавају; у сновима су фигуре ближњих *изобличене* кроз незрелу психу и перцепцију дјетета, симбол и симболизовано су архаично изједначени (тако нпр. уништавање слике или огледала с одразом особе у сну јесте једнако уништењу те особе – слично као у магијским ритуалима!), те се често настоји постићи осјећај катарзе или разрјешења конфликта кроз дешавања у сну. Можда управо овоме треба приписати значај и вриједност снова у нашим очима – они постављају питања и драме прошлости у којима лежи кључ нашег формирања и садашњости. Уколико кроз снове проживљавамо фантазије интернализованих односа са ближњима, то не пориче Фројдову тезу о сновима као комуникацији са *собом* – јер су унуштрашње слике ближњих и нашег односа *дио нас*, тј. често су носиоци одређених психичких функција или увјерења које су дио наше слике; тако слика мајке може бити изједначена са критикујућим гласом савјести или, напротив, дубоком љубави према самом себи и са-

моприхватањем, слика оца или брата са его-идеалом коме се тежи (и који се никад не може достићи у психи многих, итд.) (Barret, 1991).

Дефинисање снова о умрлим ближњима

Међутим, једна врста снова по својој упечатљивости и емоционалном „набоју“ превазилази све друге снова и истовремено представља „гачку пресјека“ различитих традиција проучавања снова. Религиозне и мистички настројене особе у оваквим сновима виде гласове „са друге стране“, охрабрујуће или ужасавајуће гласове загробног живота, онострани вјечности. Психоаналитички оријентисани психолози у оваквим сновима виде прераду унутрашњих драма и сукоба у ситуацији – када је дошло до губитка спољашњег објекта, особе коју смо вољели. Психијатри у тим сновима виде знак преживљене *трауме љубишњака*, симптом опсесивног понављања проживљеног који *леги* све остале капацитете особе и попут паукове мреже удаљава је од остатка свијета и настављања сопственог живота (Germain, Shear, Walsh, Buysse, Monk, Reynolds, & Silowas, 2013). Наравно, ријеч је о сновима о умрлим ближњима.

Већ и летимичан преглед лаичке и стручне литературе која се тиче ове теме открива нам значајне празнине и недоследности у њеном третману. Већина *научних истраживања* овог типа снова задржава се на утврђивању њихове учесталости, фреквенције јављања, доживљених емоција, евентуално покушава да класификује ове снова у подтипове на основу различитих критеријума. Другим ријечима, снови о покојницима се *описују и свршавају*, али мало је покушаја да се они *разумију* у склопу одређене теоријске традиције или да се скицира њихов значај у терапијском процесу *разрјешења тужовања*. Преглед лаичке литературе открива велики број мистичних, псеудо-религиозних или отворено паранормалних тумачења оваквих снова, која се најчешће крећу линијом истинског комунирања душа – духовног, непролазног бића – покојника са њиховим преживјелим рођацима, а најчешће у сврху утјехе, упозорења, понекад чак и освете (Wray & Price, 2005). Ова традиција тумачења снова о покојницима има дугачку историју; присјетимо се чувене приче Плинија млађег, у којој описује нпр. јављање утваре покојника у сновима све док његово тијело није пронађено и сахрањено у складу с религиозним обичајима.

Ипак, оно што јесте суштина ових снова и што је заједничко *свим* њиховим тумачењима, јесте да они, са једне стране, представљају настојање да се суочимо са *реалношћу* губитка и емоцијама које

они буде у нама, те, са друге стране, да разријешимо „болне тачке“ у нашем односу са покојником *како би он, у одређеном смислу, и даље био са нама*, у смислу вољене слике, интернализованог унутрашњег односа, топлог и носталгичног присјећања, итд. (Wray & Price, 2005). Стога је *сврха* снова о ожалошћенима контрадикторна – и *прихваћени* губитак и *умањити* га кроз одржавање (интра)психичке блискости и сјећања на покојника – али, зар се то не може рећи и за сам процес туговања?

ПРОЦЕС ТУГОВАЊА

Немогуће је схватити пуни значај снова о умрлим ближњима без летимичног преиспитивања самог процеса туговања. Опет се ради о још једном од, нажалост, универзалних људских искустава: свако ће од нас бити или јесте, на одређени начин, суочен са искуством губитка значајног другог, као неминовном животном чињеницом (Schaie & Willis, 2005). Ово универзално искуство, прерађено у психи ожалошћеног, доводи до још једног скоро па универзалног искуства снова о умрлом, у свим њиховим бескрајним варијацијама. За почетак разматрања процеса туговања довољно је присјетити се двију Фројдових опаски: да губитак блиске особе доводи до *повлачења велике количине психичке енергије која је била инвестирана у њај однос*, што доводи привремено до расула у личности и психи ожалошћеног, те да је смрт ближњег често прожета *осјећајем кривице*, у суштини, због неминовне амбивалентности сваког блиског односа (Germain et al., 2013). Присјећајући се ближње особе и суочавајући се са реалношћу њеног губитка, неминовно се присјећамо и свих негативних емоција, ријечи и поступака према њој/упућених њој, што неријетко доводи до интензивног осјећања кривице, нарочито у свјетлу идеализовања изгубљеног – *о мртвима све најбоље...*

Класични опис процеса туговања налазимо у радовима Елизабете Кублер-Рос [Elizabeth Kubler-Ross], која наводи неколико фаза кроз које туговање обично пролази; нажалост, често долази до занемаривања опаски ауторке да је свако туговање високо *индивидуалан* процес; да се фазе могу, али и не морају јављати тим редослиједом и да је *истовремено* егзистирање више емоција и фаза сасвим очекивано – нпр. преплитање емоција интензивног бијеса (на љекаре, Бога, кismet) и очајања (Wray & Price, 2005). Њен опис туговања ожалошћених често је употребљаван и у анализи других ситуација снажног и прожимајућег губитка – нпр. приликом суочавања са *социјеве-*

ном скором или неминовном смрћу, приликом губитка посла, развода брака, итд.

Прва фаза која се наводи јесте фаза *невјерице*, када на свјесном или несвјесном нивоу долази до *негирања* догађаја, тј. смрти ближњег (Kubler-Ross, 1969). Неријетко се дешава да ближњи смишљају „сценарије“ и приче у којима је покојник преживио кобни догађај или болест или су на когнитивном нивоу свјесни губитка, али њихове емоције нису усклађене – „све имам осјећај неки, сад ће се појавити иза угла као и увијек...“. Емоције које прате неvjерицу често су осјећај дубоког шока, *дереализације* и *дејерсонализације* („ово се не дешава...“ или „ово се дешава некоме другом...“). Утицај ове фазе ожалошћености на снове јако добро запажамо у наративима гдје се јавља покојник – али у неком измијењеном облику, било као нијем, удаљен, другачије боје коже или облика фигуре: механизми негације попуштају, схватање о реалности смрти покојника пробија се до свијести (Schaie и Willis, 2005). Занимљиво је да до фазе неvjерице често долази и у случајевима када је покојник био хронични болесник – тј. када је самој смрти претходио период *антиципијаторној* *шуповања* ближњих и припремања за дан када болесника више не буде (Barret, 1991). Чини се да је велики корак између замишљања одређене ситуације и пуног, ничим неублаженог суочавања с њеном реалношћу и неповратношћу.

Сљедећа фаза коју наводи ауторка јесте фаза *тњева*, тј. дубоке озлојеђености и бијеса, која може бити усмјерена према различитим „метама“ (Kubler-Ross, 1969). Често је мета сасвим конкретна – некада је то сам покојник уколико се перципира да постоји удио његове одговорности у смрти (нпр. због невођења бриге о свом физичком здрављу или улажења у ризичне активности), некада сама особа (спојено с дубоким осјећајем кривице да се требало урадити *нешто*, на неки начин покушати спријечити губитак), те и према медицинском особљу које се старало о болеснику или жртви (Wray & Price, 2005). Метафизичких, религиозних и других сличних објеката бијеса има напретек – често се осјећа дубока љутња према Богу, који допушта да нас ближњи напуштају и умиру у болу (евоцирајући никада неразријешену *дилему зла* или ти најтеже питање „зашто се лоше ствари дешавају у свијету доброг божанства?“), затим према хировитости судбине или насумичности и хаотичности живота у случајевима када је вољена особа настрадала у некој врсти несреће, и слично (Schaie & Willis, 2005).

Но, на крају, сви осветнички пориви, емоције бијеса и (само)окривљивања, уступају пред *фазом шутовања*, дубоком тугом и свепрожимајућим осјећајем губитка који заузима већи дио процеса туговања (Kubler-Ross, 1969). Наравно, свака особа приступа туговању на нешто другачији начин, баш као што је и сваки изгубљени однос јединствен. Неки заједнички моменти који се често јављају јесу осјећај *ошћености* од свог свакодневног живота, осјећај *дисконинуитети*, „прекида“ у односу на свој досадашњи живот и планове, преплављеност емоцијама до тачке неиздржљивости. *Понашање* ожалошћене особе, иако у његовој позадини стоје лако разумљиве емоције, ипак је често предмет неразумијевања ближњих (Germain et al., 2013). Тако се често одлазак на посао и покушај одржавања рутине тумачи као порука особе да је *пребољела* смрт ближњег, што уопште не мора бити случај (посао као „уточиште“ од болних породичних интеракција!), потреба за повременом самоћом као порука да јој чланови породице и њихова подршка нису неопходни (иако је баш тада њихова *присушности* од кључног значаја), а повремени налети туге, бијеса и носталгије и када се „чини да је све прошло“, – као патолошко туговање. Поставља се питање у којој је мјери уопште смислено описивати *класичан шок* жаловања у свјетлу значајних варијација или покушавати да одредимо временске критеријуме. Иако МКБ-10 и ДСМ-4, као два најзначајнија система класификације болести, издвајају „патолошко туговање“ као посебну дијагнозу, њихови критеријуми се првенствено заснивају на *континуираној немоћности особе да се врати на ранији ниво функционисања*, уз магловиту временску смјерницу од „шест мјесеци-годину дана“ (Hinton, Peou, Joshi, Nickerson & Simon, 2013). У сваком случају, ради се о дијагностичкој категорији, којој не треба олако прибјегавати.

Као коначни исход и окончање процеса жаловања наводи се фаза *прихватања*, тј. налажења психичког мира, повратка у уобичајене активности и ток живота, те смиривања интензивних емоција. Међутим, била би варка мислити да је туговање само једна „животна криза“, из које се особе враћају у стање „нормалности“: туговање и осјећај губитка заувјек мијењају особу и повратак на старо није могућ (Kubler-Ross, 1969). Налети туге и бијеса сасвим су очекивани приликом поновног проживљавања одређених успомена, датума и годишњица, значајних животних догађаја („да је дочекао ово да види...“), иако њихов интензитет, генерално говорећи, опада с временом. Чини се да културолошки ритуали и идеолошки оквири који пружају неку могућност *осмишљавања* губитка пружају значајну утјеху: можда тиме можемо објаснити нагли скок спиритуализма и

интересовања за мистично-религиозна питања међу породицама покојника, тј. као настојање да се губитак интерпретира не као бесмислен, хаотичан дио немилосрдног и немарећег универзума, већ као *смисаони*, нпр. фаталистички („тако је било суђено“), трансцендентално („сада је на бољем мјесту“), или, типично у источно-азијским културама, као дио природног циклуса смрти и поновног рођења (Wray & Price, 2005).

ФУНКЦИЈА И ПОДЈЕЛЕ СНОВА О УМРЛИМ БЛИЖЊИМА

Са јаснијим разумијевањем процеса туговања можемо се вратити на питање снова о умрлим – који знају бити тако узнемирујући, који у ожалошћенима буде тако снажне емоције и наводе их на преиспитивање свог односа према покојнику и његовој смрти. Снови овог типа могу се јавити непосредно након смрти покојника, затим за вријеме самог процеса туговања, али и годинама након што је (релативно) окончан. Њихово доживљавање и интерпретација зависе од културолошке и образовне припадности сневача, односа са покојником, тренутно проживљаваним емоцијама и фази туговања, итд. (Hinton et al., 2013). Један нарочито значајан и релативно занемарен аспект ових снова јесте њихова употреба у *шерајијске сврхе*, тј. у смислу изражавања/преиспитивања емоција и односа са покојником.

Вреј и Прајсова (Wray & Price) (2005) у њиховој приступачној и проницљивој књизи о сновима и њиховој улози у процесу туговања, наводе више *функција* снова о ожалошћенима, тј. начине на које они могу олакшати процес туговања. Нажалост, за неке особе које су дубоко негирале и потиснуле своје емоције према покојницима, било зато што су превише противрјечне или болне, снови су један од рижетких начина на који ове емоције могу допријети до површине свијести. Прије свега, снови могу имати улогу у олакшавању иницијалног шока при вијести или чак свједочењу смрти вољене особе – тако некада и мучни снови у којима се изнова одигравају детаљи такве ситуације могу заправо служити постепеном мирењу с истином и догађајем. Наравно, специфични „рад“ снова манифестује се кроз често усмјеравање пажње на неки ирелевантан детаљ, обично јаку драж – нпр. јарка боја, киша, нека мисао или ријеч – те премјештање емоција на друге фигуре или објекте. Даље, снови овог типа су и прилика да се емоције, често збуњујуће и контрадикторне, испоље и преиспитају. Нпр. замислимо емоције члана породице особе која је преминула последице туге и тешке болести – његове емоције могу варирати и мијешати осјећај олакшања због краја патњи особе или краја терета бриге

о њој, *кривице због ових осјећања*, доживљаје туге и бијеса што је до тога уопште дошло, итд. Сан у коме јој лик вољене особе *прије појаве болести* говори да је срећна и задовољна, или је пак покојник само осматран у спокојном стању, може помоћи у разрјешењу овог непријатног стања, тј. слабљењу гриже савјести и приписивања *значања смрти* ближњег – *смрти као крај иаише*.

О сновима који садрже елемент *оираишања* од вољене особе често се говори као о сигналимa да су емоције у довољној мјери прерађене да може доћи до момента емоционалне катарзе, односно интензивног олакшања и смањења патње, психоаналитичким рјечником речено – декатексирања унутрашње психичке слике покојника. Наравно, лаичка мудрост је одавно назначила већину психолошких открића – не каже се узалуд да мртви „настављају да живе у нама“, „све док их се неко сјећа“, итд. Управо зато снови о покојницима могу имати функцију *одржавања интрапсихичког односа са њима*; тачније, оне блиске особе с којима смо се интензивно идентификовали и интернализovali их, заиста, у одређеном смислу, настављају да „живе“ у нама. Сан умрлог овог типа јесте, јунгијанским рјечником речено, интеракција са сликом или „имагом“ покојника, што може давати значајну снагу и утјеху у тешким тренуцима (Barrett, 1991; Barret, 1989).

На крају, понекад су мртви заправо *симболи* других промјена у нашем животу. Смрт је у многим културама не искључиво негативна, већ и симбол новог почетка или трансформације; на дату линију размишљања наилазимо у тако различитим изворима као што је интерпретација карте Косача у великој тарот аркани, па све до источњачких учења о *циклусима* природног свијета, који укључују смрт и поновно рађање *свега, у недојлед*. Сан о покојнику може бити симбол наше спремности да се поново отворимо ка спољашњем свијету, опростимо себи за стварне и замишљене гријехе и грешке, упустимо се у ново путовање или покушамо да откријемо неки досада неизражени аспект нас самих који је испољен у мучном периоду туговања. Терор који фигуре умрлих повремено изазивају у сновима живих може, тумачен у овом кључу, бити заправо *страх од промјене* или од неоткривених ствари у *самом себи* (Wray & Price, 2005). Још једно тумачење јесте да је фигура умрлог подсјетник смрти уопште, смрти као уништења и распада селфа – али зар и сама смрт није коначна непознаница, трансформација?

У покушајима класификације снова о умрлим ближњима, аутори попут већ споменутих Вреја и Прајсове (2005) или Баретове [Barret] (1991) издвајају четири основне групе, а које је могуће интерпретирати у смислу процеса жаловања и функције снова у истом. Као најједноставнији тип снова о покојницима наводе се *снови виђења* (енгл. „*visitation dreams*“), у којима се јавља лик покојника, али он не преноси никакве поруке сањачима. Наравно, „јављање покојника“ не треба схватити у буквалном смислу; понекад лик покојника није експлицитно видљив у сну, јавља се као глас, као неодређена свијест о присуству („знао сам да је ту негдје, у близини...“) или неки други вид специфичног знака о присуству умрлог. Занимљиво је да велики број сневача у поменутих студијама наводи да је покојник у сну покушао да комуницира, али без резултата, нпр. нису могли да чују његов глас, био је превише далеко, и слично. Како протумачити овај детаљ? Да ли је то, као што је већ споменуто, цензура Ега као „принципа реалности“ који се пробија и ремети жељену фантазију поновног сусрета са вољеном особом, голом чињеницом њене смрти? Да ли се ради о специфичности комуницирања снова – да се порука заправо преноси доживљеном емоцијом, детаљима у изгледу покојника, његовим гестовима? Уистину, доживљене емоције у овој врсти снова могу варирати од интензивног страха, ужаса, па све до пријатности или чак осјећаја фрустрације и туге. Чини се да ови снови могу служити великом броју функција: као фројдовско „испуњење жеље“, као резултат асоцијација на покојника у току иначе обичног дана, али и као суочавање са унутрашњом сликом покојника, подсјетник на неразријешене дилеме.

Други често навођени тип сна јесте „сан поруке“ – у којој покојник преноси одређену поруку било самом сневачу било одређеној особи путем сневача (Germain et al., 2013). Поруке могу варирати од експлицитних упутстава до неодређених и једва упамћених савјета. Опет, емоције које овакав тип снова изазива изузетно су разнолике, баш као и тумачења истих. Сама порука се може односити на неки *актуелни* проблем у животу сневача – те је стога сан само искористио „лик“ и симболику покојника да би се позабавио с актуелним проблемом. Друга могућност јесте да се кроз сан води дијалог с инстанцом личности у нама коју покојник оличава, а у вези с тренутним проблемом – нпр. јављање покојног оца, дједа, или неког из породице као оличења „гласа савјести“, односно моралне инстанце када се суочимо с неком моралном дилемом (Mallon, 2005). Наравно, многе религиозне особе тумаче снове у смислу *сйварних йорука* од стране покојника „са друге стране“ – међутим, као што је већ неколико пута

истакнуто, питање метафизичке реалности јављања покојника у сновима у терапијском контексту ирелевантно је спрам *садржаја и емоција* везаних за те сусрете.

Трећи и четврти тип навођених снова по много чему су у супротности, будући да указују на разријешен или неразријешен процес туговања. *Снови ушјехе* по правилу су праћени снажним позитивним емоцијама, осјећајима присутности и љубави вољене особе, те шансом да се каже „збогом“, да се још једном изрази љубав према њој, и слично. Ако бисмо тумачили овај тип снова, нашли бисмо да се скоро увијек јављају као показатељи интрапсихичког *мирења* са смрћу и њеним прихватањем на једном зрелијем, емоционално стабилнијем нивоу (Wray & Price, 2005). Ови снови дуго остају у свијести сневача, праћени су врло снажним позитивним емоцијама, те се најчешће тумаче у смислу мистичне визије „преласка“ вољеног покојника у загробни живот. Многе културе охабрују оваква тумачења: тако нпр. у хиндуизму срећемо вјеровање о реинкарнацији особе у бољи, нови живот годину-двје након смрти уколико је имала добру карму (тј. била је праведна и чинила добра дјела у животу); код словенских народа срећемо вјеровање о лутању душе умрлог по земљи у првих четрдесет дана након смрти – и ритуал *четрдесетнице* као обиљежавање овог симболичког „преласка“ у загробни живот, итд. Занимљиво би било тумачити народно вјеровање о *вампирима и алама*, као дијелу душе покојника који лута земљом и не налази мира, у свјетлу психоаналитичких учења о сплитингу као интрапсихичком механизму – те да ли слика омражене авети или вампира представља „отцијепљени“ дио покојника, негативан, који је сневач мрзио за вријеме живота, док је „добри“ или идеализовани дио личности прешао у рајску егзистенцију, итд. (Mallon, 2005).

На крају, трауматски снови који опсесивно понављају детаље смрти ближњих, нарочито уколико су се одиграле у драматичним околностима (непогода, катастрофа, рат и насиље, итд.), тумаче се као знак *неразријешеној жаловања*, а праћени су најинтензивнијим негативним емоцијама – терором, ужасом, физичком одвратношћу, бурном активацијом вегетативног нервног система, итд. Да ли су, ипак, ови снови искључиво знак патологије или је исправније вратити се психоаналитичком тумачењу *симптома* као настојања особе да на неки начин *сигнализира* унутрашњи конфликт? Веј и Прајсова (2005) склонији су другом тумачењу и сматрају да чак и трауматски снови, свакако под одређеним условима, могу имати улогу у расту и развоју личности. Трауматски сан, управо својом основном одликом – репетитивношћу, али и емоционалним интензитетом – шаље јасну поруку

особи да процес жаловања није завршен, није разријешен, да не може још увијек наставити свој живот „као раније“. Неки аутори сматрају да се управо кроз понављање трауматске ситуације у сну јавља прилика за њено разрјешење, тј. осматрање из друге перспективе, особа мобилише на покушај да „одмрзне“ одбрамбене функције Ега и успије да прихвати оно што се десило.

Можда и најзначајнија практична напомена која се може извести из овог прегледа снова о покојним ближњима и њиховим карактеристикама јесте да се они морају сагледавати *хोलистички*, односно у контексту одбрамбених снага и капацитета особе, природе њеног односа с покојником, тренутне фазе у којој се налази њен процес туговања и прерада проживљеног губитка, итд. Не постоји један „универзални“ кључ тумачења оваквих снова, ма колико га прижељкивали и очекивали одговор који ће задовољити нашу знатижељу, умањити болни интензитет емоција који су снови изазвали и омогућити да наставимо са својим свакодневним активностима (Schaie & Willis, 2005; Феранић, 2019). Оно што *јесће* заједничко скоро свим сновима о покојницима јесте то да нас они на одређени начин суочавају с губитком, било да нас опомињу на његову неопозивост и реалност, подсјећају на болне емоције које смо потиснули или недовољно иживјели или нам напосто говоре да је вријеме „да кренемо даље“, као умирујуће визије снова опроштаја. Као што видимо, чак и трауматски снови, као високо непријатно стање, које особе из петних жила желе *да избјећу*, у мишљењу многих аутора управо служе као својеврсни очајнички позив особи да *проброди* болни догађај, да редифинише свој однос према њему у скоро па магијском понављању дешавања („десило се то што се десило, живот мора да крене даље“).

За крај, немогуће је порећи чињеницу да су снови о покојним ближњима често предмет религиозног тумачења и да задатак психолошке науке свакако *није* у томе да даје суд о реалности оваквих метафизичких вјеровања као што је оно о јављању мртвих из њиховог новог облика постојања, „са друге стране“. Оно што *јесће* значајно истаћи, то је да религиозно и психолошко тумачење снова, нарочито оно изведено из психоаналитичких теорија објектних односа, дијеле заједничку идеју о сновима као *дијалогу*, шанси да се повежемо с изгубљеним, неинтегрисаним дијеловима себе и дијеловима милих покојника које смо „унијели“ у себе, а чији фрагменти и даље постоје у нашим сјећањима, понашању, мислима, итд. (Tuzin, 1975). У том смислу, снови о покојницима се могу схватити као *знак* дубље истине: да је утицај које су друге особе оствариле у нашој личности и сјећањима можда и њихов најтрајнији *шрај*, те да кроз лични развој и при-

хватање свих дијелова себе истовремено и осликавамо причу о нашим вољеним и односима које смо имали са њима.

ЗАКЉУЧАК

Као што је већ истакнуто, иако у литератури срећемо неколицину радова који су се бавили проблематиком снова о умрлим ближњима, дати радови су првенствено остајали на феноменолошком нивоу описа оваквих снова и евентуалног покушаја њихове класификације према мотивима и емоцијама које се најчешће јављају. Оно што је било одсутно јесте покушај да се ова специфична и емоционално потресна врста снова повеже са психоаналитичком теоријом и нарочито њеним учењима о интернализованим објектним односима, те са сазнањима о фазама и протоку процеса туговања, који представља реакцију особе на нагли прекид односа са блиском особом и покушај да се унутрашња психичка равнотежа поврати у свјетлу смрти и губитка.

Фројдово тумачење снова, иако значајно у контексту илустровања његове тезе о значају несвјесног и утицају који врши над нашим психичким животом, патило је од једностраности, односно наглашавања улоге снова као цензурисаних порука о жељама и импулсима (Fancher, 1973). Посматрајући Фројдова тумачења низа снова пацијената, али и сопствених, стиче се утисак да су они елементи снова који се не уклапају у њихово тумачење као израз несвјесних жеља селективно тумачени или чак игнорисани. Модернији психоаналитички теоретичари, попут Мелани Клајн или Маргарете Малер, дају далеко богатији оквир тумачења снова. Према поменутиим ауторима, у сновима се *одигравају* фантазми, односно импулси, фантазије, мисли и осјећања која постоје у оквиру објектног односа са значајним другим, прожетим субјективношћу и погрешним интерпретацијама из инфантилне позиције (Ђеранић, 2019). Стога снове треба тумачити као одигравање ових односа у фантазији, покушај да се изразе одређени конфликти (не само потиснуте потребе и жеље) које не долазе до изражаја у будном стању. Снови могу осликавати наш амбивалентан однос према блиској особи, помијешаност љубави и иритације, која је неминован пратилац сваког блиског односа; могу бити одигравање различитих деструктивних, омнипотентних или сексуалних фантазија и сценарија, који вуку коријен још из раног дјетињства, или могу бити израз перцепције сопствене животне ситуације и конфликта у датом моменту. Снови и даље остају „краљевски пут у несвјесно“, али једно далеко богатије и сложеније несвјесно спрам

међуигре архаичних импулса и да и цензурисања ега у класичној психоанализи.

Са друге стране, опис фаза туговања од стране Елизабете Кублер-Рос представља врло користан феноменолошки оквир путем којег можемо разумјети оно што особа тренутно проживљава и извршити грубу процјену прогреса њене интеграције чињенице смрти блиске особе у своје регуларно функционисање (Schaie & Willis, 2005). При том се константно мора имати на уму чињеница да овај теоријски оквир не можемо користити механички, шематски, будући да се фазе често међусобно преклапају, али и саме особе могу регресирати на неку од ранијих фаза у периодима снажног додатног стреса за вријеме туговања или значајних датума који их подсећају на смрт блиске особе (Kubler-Ross, 1969). Не треба испустити из вида да овај модел туговања има и едукативну вриједност, односно да га је врло лако представити лаицима у сврху разјашњења емоција и стања кроз које тренутно пролазе. Тако се постиже терапијски фактор *универзалности*, односно пацијентовог схватања да и друге особе пролазе кроз сличне фазе у свом процесу туговања, да његове емоције нису „неприродне“ или „патолошке“ саме по себи.

Међутим, оно што недостаје моделу Кублер-Росове јесте осврт на дубљу динамику личности и унутрашње фантазије, кроз чију се прераду у терапијском контексту особа може суочити са својим осјећањима према покојнику и тумачењем његове смрти, па и несвјесним фантазијама које је смрт покренула. Стога је неопходно извршити интеграцију ова два приступа како би се добио један цјеловитији оквир рада, а кључна карика која их спаја и даје нам непосредни увид у несвјесне процесе пацијента и повезује их са садашњим моментом – јесу управо снови о умрлим ближњима. Они су обиљежени снажним емоцијама, остављају снажан утисак на особе и подстичу их на размишљање о покојнику и њиховом односу према њему. Кроз анализу снова о умрлим ближњима, скупа са ожалошћенима, можемо издвојити оне кључне моменте интрапсихичке динамике, до које би нам требало далеко више времена да „продремо“ или да развијемо свијест о њима у регуларном току терапијског савјетовања.

Тако нпр. један сан може носити поруку спремности да се настави са својим животом и након смрти ближњег, кроз сцену симболичког опраштања или блаженства преминуле особе у загробном животу. Терапијска вриједност овог сна огледа се у поруци здравог дијела личности, која гласи „туговао си за покојником и показао колико си га волио – сада је вријеме да наставиш свој живот без осјећаја

кривице“, и која може бити у сукобу са захтјевима незрелијих дијелова личности. Други сан може бити порука о снажној потреби да се преиспита лични однос са покојником, у коме се често срећу сукоби или амбивалентна осјећања, тј. да се заврши овај „незавршени посао“. Овој потреби за реалним сагледавањем односа и покојника супротстављају се снажне културолошке забране срочене у максими „о мртвима све најбоље“. Најинтензивнији снови, који би се могли означити и као трауматски, такође у себи, и поред свих својих негативних одлика, носе зрно адаптивне функције – тиме што кроз свој интензитет показују да особа *није* успјела да надвлада осјећања туге, губитка, напуштености, те да је неопходно да још ради на себи док не буде спремна да се „врати“ на свој претходни ниво функционисања.

Наравно, интерпретација снова о умрлим ближњима у пракси ће варирати у складу са специфичностима сваког случаја и није могуће понудити детаљнија упутства, већ само дати опште идеје и смјернице које ће, надамо се, подстаћи будуће и садашње терапеуте на размишљање и флексибилнији приступ овим питањима.

Литература

- Ђеранић, С. (2005). *Нормални развој личности и психолошка употреба*. Источно Сарајево: Завод за уџбенике.
- Ђеранић, С. (2019). *Снови и њихова клиничка употреба*. Источно Сарајево: Завод за уџбенике.

- Barrett, D. (1989). Dreams of death. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, XIX (2), 95–101. doi:10.2190/ELBC-X5GQ-01R9-RXDT.
- Barrett, D. (1992). Through a glass darkly: Images of the dead in dreams. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, XXIV (2), 97–108. doi: 10.2190/H9G7-7AK5-15TF-2AWA.
- Fancher, R. (1973). *Psychoanalytic Psychology: The Development of Freud's Thought*. New York: W.W. Norton and Company, Inc.
- Germain, A., Shear, K. M., Walsh, C., Buysse, D. J., Monk, T. H., Reynolds III, C. F., & Silowash, R. (2013). Dream content in complicated grief: A window into loss-related cognitive schemas. *Death studies*, XXXVII (3), 269–284. doi:10.1080 /07481187.2011.641138.

- Hinton, D. E., Peou, S., Joshi, S., Nickerson, A., & Simon, N. M. (2013). Normal grief and complicated bereavement among traumatized Cambodian refugees: Cultural context and the central role of dreams of the dead. *Culture, Medicine, and Psychiatry*, XXXVII(3), 427–464. doi: 10.1007/s11013-013-9324-0
- Kubler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. London: Tavistock.
- Mallon, B. (2005). Dreams and bereavement. *Bereavement Care*, XXIV (3), 43–46. doi: 10.1080/02682620508657635.
- Schaie, K. & Willis, S. (2005). *Adult development and aging*. New York: Pearson.
- Tuzin, D. (1975). The Breath of a Ghost: Dreams and the Fear of the Dead. *Ethos*, III (4), 555–578. [http://www.jstor.org/stable /639999](http://www.jstor.org/stable/639999). Preuzeto 6. 7. 2020.
- Wray, T. J. & Price A. B. (2005). *Grief Dreams: How They Help Us Heal After the Death of a Loved One*. San Francisco: Jossey-Bass.

Luka D. Borović
Jelena Z. Marković

DREAMS OF THE DECEASED LOVED ONES
AND THE GRIEVING PROCESS

Summary

Dreams of the deceased loved ones are a frequent occurrence, especially in the period immediately after the loss. Most scientific studies which explore this phenomenon tend to merely classify different motives and emotions that are encountered in these type of dreams, without trying to explain them in-depth. In this research, we interpret the dreams of the deceased loved ones by combining knowledge of the grief process and stages as described by Elizabeth Kubler-Ross, as well as various psychoanalytic theories of object relationships. These types of dreams can be interpreted as a part of facing loss and the internalized image of the dead loved one, which occur both at an unconscious and conscious cognitive levels. Therefore these dreams serve to face a person with the reality of loss and the ambivalent emotions towards the deceased. In an ideal case, the process of grieving and dreaming about the deceased end with the acceptance of the loss and incorporation of the positive aspects of the relationship with the loved one.

Key words: dreams, loss, grief, psychoanalysis