

Kapitola **Sny**

úsek

text

datum

Shrnutí
odstavce

V kapitole "Metody předání příběhu" bylo uvedeno, že sny mají mnohé antecepční systémy, ale že je nutná určitá minimální délka volné operační paměti, aby mohly fungovat. Dále bylo uvedeno, že AA potřebuje příběhy před uložením do knihovny doladit k použití pro antecepci, a že kromě kvazicyklů jsou k tomu sny druhým důležitým nástrojem.

Badatelé zjistili u lidí, že ve spánkové fázi REM (Rapid Eye Movement) se lidem zdají živé sny, často značně dramatické a s velkou fantazií.

Dále zjistili, že člověk, jemuž je spánková fáze REM delší dobu odpírána, začíná mít různé psychické obtíže, např. halucinace.

Co k tomuto námětu lze odvodit z AT?

AA si uspořádává příběhy a doladuje je zkoušením ve vnitřním jazyce. Po vyčištění příběh ukládá do knihovny antecepčně využitelných příběhů a uvolní operační paměť, kterou nehotový příběh dosud zabíral.

Co se nejspíš stane, když je operační paměť plná?

A má vůbec člověk dvě operační paměti - jednu na dobu bdění, druhou na dobu spánku? Z logiky úspornosti snadno odvodíme hypotézu:

Hypotéz AA má nejvýše jednu operační paměť.

a

AA má pouze jednu operační paměť, kterou využívá v době bdění při vědomém strukturování seznamů, a v době spánku k ladění příběhů.

Odůvodnění: *Vynechme případ, že nemá žádnou. Předpokládejme, že existuje AA2, který bude mít 2 operační paměti: jednu pro bdění a jednu pro spánek.*

Protože hlavním rizikem A-subjektu je zahlcení, pak ve chvíli, kdy je operační paměť bdění zahlcena, musí A-subjekt využít jakoukoli paměť, která je k dispozici -> tedy spánkovou. Tedy je využívá obě najednou a to sekvencně po sobě. Lze bez újmy na obecnosti prohlásit jejich sjednocení za jedinou paměť.

Pokud je operační paměť zahlcena, ovlivní to negativně jak dobu bdění, tak dobu spánku.

Negativní projevy nedostatku spánku nám při bdění popsaly pokusné osoby - halucinace. Negativní projevy ve spánku jsou známy méně. Jeden z nich je, že jakmile je fáze REM zase umožněna, po několik dní trvá delší dobu, než obvykle. Zřejmě aby se zvládl úklid nahromaděného příběhového materiálu.

Zamysleme se nad stavem, kdy je zahlcena paměť v bdělém stavu a to rozsáhlými seznamy ve fázi strukturování (např. stěhování bytu).

Ve spánku v tomto stavu je průběh snu omezen nedostatkem paměti. Sen se nemůže rozvinout v potřebné délce, a předčasně se vrací na začátek. Zacyklí se.

Protože zacyklený příběh se nedaří doladit, paměť se neuvolní, a trpící člověk vstává ráno vyčerpaný.

Jak tomu pomoci? Zkusit maximálně uvolnit operační paměť. Před usnutím můžeme vzít např. tužku a vylít přebujelé seznamy na papír. Současně se ujistíme, že ráno si papír přečteme a budeme po probuzení pokračovat s úklidem seznamu.

Druhý postup může využít opakovaného cyklícího snu, který si postižený pamatuje. Mohl by (třeba s pomocí terapeuta) zkusit porozumět slovům svého vnitřního jazyka, a zkusit příběh ladit při vědomí. Přinejmenším se dostane k místu, kde k cyklení dochází, a na to si připraví nějakou akci, aby se cyklus přerušil. (Třeba se někoho ve snu na něco zeptat).

O snech se někdy badatelé vyjadřují jako o ochraně spánku. Typický může být např. "záchodový sen".

Člověku se chce močit, ale výchova mu brání vymočit se do postele. AA řeší rozpor nutkání s vědomím zákazu tady a teď snovým příběhem, v němž hledá záchod, ale nedaří se to. Buď je obsazený, nebo v rekonstrukci, nebo znečištěný apod.

Otázka K čemu je AA dobrá ochrana proti probuzení ze sna?

K čemu je AA dobrá ochrana proti probuzení ze sna, pokud by stejně nemohl uklízet rozpracované příběhy, když pouze vymýšlí příběh o rozbitých záchodech.

Hypotéza Ve spánku se ladí více příběhů paralelně

a1

AA v době spánku řeší více příběhů najednou v paralelním zpracování, a jen některé se dostanou do spánkového vědomí.

Důsledek k1 Občasné bláznivé přechody děje ve snu mohou být důsledkem interakcí mezi paralelně laděnými sny.

Důsledek k2 Do snového vědomí se dostane vždy jen jeden z laděných příběhů.

Jelikož snové vědomí máme pouze jedno, může se z laděných příběhů v jednom okamžiku dostat do vědomí jen jeden.

Hypotéza 2 Příběh ve snovém vědomí je vybrán náhodně. Výjimkou jsou sny na ochranu spánku.

Příběh, který se dostane při paralelním ladění několika příběhů do snového vědomí, není nijak důležitější, než ty příběhy, které se do vědomí nedostaly.

Odůvodnění *Sporem. Necht' v operační paměti probíhá ladění dvou příběhů P1 a P2 souběžně. P1 ani P2 nejsou sny na ochranu spánku (např. záchodové). Připusťme, že v antecepčním subjektu je přítomen nějaký aparát RA, který předem dovede vždy správně rozlišit, který příběh je důležitější. Necht' tentokrát vybere P1 a upoutá k němu pozornost snového vědomí. Po nějaké době jsou oba příběhy doladěny. HA (Hermeneutický aparát) teprve nyní přiřadí k P1 i k P2 antecepční důležitost a uloží je. Pokud vyšlo $P1 \geq P2$, je vše v pořádku. Pokud však $P1 < P2$, vědomí dostane zprávu, že marnilo čas nepodstatným příběhem P1, zatímco důležitý P2 přehlédlo. Zavínil to RA. Ten však ve skutečnosti nemohl vědět, který z P1, P2 je důležitější, takže vlastně losoval. RA tedy nedovede spolehlivě předem rozhodnout o důležitosti laděných příběhů. To je spor s předpokladem.*

Důsledek k3 Tím, že se souběžně ladí více příběhů, je AA schopen spát kratší dobu, než 50% života.

Důsledek k4 Ten, kdo vyhodnocuje, zda je příběh hotový (HA), příběhy probírá po řadě. (Je jednoprocessorový)

Důsledek k5 **Sny na ochranu spánku se přednostně před jinými sny dostávají do snového vědomí.**

Sny na ochranu spánku se přednostně před jinými sny dostávají do snového vědomí, protože ovládnání např. svěračů močového měchýře je naučená dovednost spojená s vědomím.

Hypotéza a4 **Vlákno příběhu je prověřeno v AA velmi rychle.**

Laděný příběh vytváří vlákno, které lze zřejmě projít ve zkráceném režimu pomocí HA a rozhodnout, zda je již příběh odladěný, nebo je třeba dalšího testování.

Stupnice k měření příběhu musí hodnotit kromě jiných vlastností zejména možnost využití k antecepci.

Vyvozovací pravidla formální logiky jsou obsažena v požadavku využitelnosti k antecepci.

Zamysleme se nyní nad zážitkem ze světa kultury. Lidé nějak rozpoznají dobrý příběh od špatného. Je logické předpokládat, že na tomto posuzování se podílí zejména náš systém hodnocení vnitřních příběhů.

Vnitřní příběhy jsou zaznamenány pomocí vnitřního jazyka, který se zdá být na elementární úrovni počitkový (zejména obrazový). Krátké hotové příběhy jsou využívány vnitřním jazykem jako další slova. (ve stylu slovních spojení či krátkých vět). Dají se "promítnout" jako příběh.

Jako důsledek můžeme odvodit, že mluvené či psané příběhy zaznamenané pomocí vnějšího jazyka jsou napodobením systému tvorby příběhů v jazyce vnitřním.

Pro kontrolu vnějšího příběhu je pak optimální jej zkusit zahrát jako na divadle. Pokud to lze zahrát, příběh je reálný. Pokud jsou tam chyby, lze je napravit změnami příběhu. Nebo možná to ani napravit nejde, jako třeba některá poezie. Pak se o skutečný příběh nejedná.

Příklad **Lvice šla do koupelny, vzala si svůj růžový zubní kartáček a vyčistila si zuby.**

Při realizaci okamžitě uvidíme, jak lví tlapa není schopna kartáček držet. Natož si s ním čistit lví zuby.

A zřejmě by se nám to nepovedlo ani ve snu. Napojování menších hotových příběhů do vlákna příběhu budovaného ve vnitřním jazyce obsahuje onen prvek herectví jako kontrolu.

Proto nás ani ve snu nenapadne, že by si lvice čistila kartáčkem na zuby své zuby. To může napadnout leda vypravěče ve vnějším jazyce.

Hypotéza a5 **Kontrola konzistence vnitřního příběhu**

a5

Kontrola konzistence vnitřního příběhu je prováděna již při pokusu o slepování existujících odladěných příběhů do vlákna tak, že obrazy navazují.