

Tajemnica déjà vu

12 lutego 2020

Fani science fiction z pewnością pamiętają scenę z filmu „Matrix”, w której Neo spostrzega defilującego korytarzem czarnego kota, a w chwilę później... defilującego korytarzem czarnego kota. Sądzi wtedy, że doświadczył właśnie déjà vu, czyli nieuzasadnionego wrażenia powtórnego przeżycia całkowicie nowej sytuacji. Przyjaciele szybko uświadamiają mu jednak, że to nie przywidzenie, lecz błąd matriksa.

– Tak się dzieje, kiedy coś zmieniają – tłumaczą. Wszystko wskazuje na to, że w naszej rzeczywistości tajemniczy fenomen déjà vu również ma całkiem racjonalne – choć nie znaczy to, że proste – wyjaśnienie.

Już to widziałem

W déjà vu najciekawsze jest to, że choć wrażenie powtórnego przeżywania jest niezwykle intensywne, doświadczająca go osoba nie potrafi opisać jakichkolwiek dotyczących go okoliczności. Nie umie powiedzieć, gdzie, kiedy ani jak do niego doszło. Jakby tego było mało, po pewnym czasie co prawda świetnie pamięta, że je przeżyła, ale nie potrafi opisać, czego sam fenomen dotyczył.

Zdaniem Stephanie Warn, neurofizjologa z San Francisco, uczucie déjà vu to nic innego jak „czkawka” pamięci. Mechanizmy odpowiedzialne za pamięć krótkotrwałą nakładają się na te, które tworzą trwałe ślady pamięciowe, mózg zaś – niejako znienacka – podkręca obroty tak, że wydaje się nam, że przypominamy sobie jako dawną przeszłość coś, co widzieliśmy moment wcześniej. Pierwszy do podobnych wniosków doszedł amerykański neurolog Robert Efron. Z jego prac wynika, że w rozróżnianiu tego, co nastąpiło wcześniej, a co później, kluczową rolę odgrywa płat skroniowy półkuli dominującej. Uszkodzenia niektórych okolic mózgu (albo „krótkie spięcie”

połączeń neuronalnych) mogą sprawiać, że informacja odbierana przez jedną półkulę dostarczana jest do drugiej z opóźnieniem i przez to postrzegana jako dwie niezależne, a doświadczająca tego osoba nie potrafi sprecyzować odstępu czasowego między nimi.

Krótkie śpięcie

Wiadomo, że fenomen ten częściej przydarza się osobom cierpiącym na takie choroby psychiczne jak schizofrenia czy nerwice natręctw, ale najsilniejszy związek istnieje w przypadku tzw. padaczki skroniowej. Ta postać epilepsji charakteryzuje się nieprawidłowymi wyładowaniami elektrycznymi ograniczonymi do płata skroniowego mózgu. Osoby dotknięte tym rodzajem padaczki nie miewają uogólnionych napadów z drgawkami i utratą świadomości, za to mogą np. przez kilkanaście-kilkadziesiąt sekund doświadczać nagle dźwięków albo zapachów (choć nie ma ich realnego źródła) lub po prostu znieruchomieć na chwilę, zanim mózg wróci do normalnej pracy

Naukowcy spekulują więc, że déja vu może być podobną aberracją w pracy mózgu jak mały napad padaczkowy, tyle że objawem zamiast swądu czy gwizdu jest powtarzający się obraz. Związek między występowaniem déja vu a obecnością ogniska padaczkowego wykazali już w latach 60. neurologzy Malwin Cole i Oliver Zangwill, zaś neurochirurdzy Sean Mullan z University of Chicago i Wilder Penfield z Montreal Neurological Institute potwierdzili, że uczucie to można wywołać, pobudzając prądem tylną część zakrętu skroniowego górnego. Za neurologicznym, a nie psychicznym, wyjaśnieniem przemawia też niedawny eksperyment naukowców z Leeds. Kazali oni zdrowym ochotnikom zapamiętać zestaw słów, a następnie poddali ich hipnozie i podczas seansu kazali wyuczone słowa zapomnieć. Gdy badanym ponownie pokazano zapamiętane wcześniej wyrazy z nadzieją, że wywołają uczucie déja vu (a ściślej déja lu), udało się to tylko u połowy z nich.

Być może wrażenie powtórnego przeżywania jest po prostu mniej rozpowszechnionym rodzajem „krótkiego spięcia” w mózgu. Czegoś w rodzaju „wstrząsu przedsennego”, którego czasem doświadcza niemal każdy, gdy zasypiając, nagle budzi się z uczuciem skurczu mięśni albo dlatego, że... spadł z łóżka. Tyle że ten „wstrząs” może przyjść niespodziewanie, o każdej porze dnia i nocy.

Choć na pierwszy rzut oka może się wydawać, że taka „czkawka pamięci” to nic wielkiego, dla osób, które doświadczają jej często, konsekwencje mogą być poważne. Ciągłe uczucie, że przeżywa się coś kolejny raz, często prowadzi do depresji. Chorzy wycofują się z życia społecznego, zarzucają hobby i kontakty towarzyskie, bo... wszystko to już robili, już byli na tych przyjęciach, już rozgrywali ten mecz tenisowy, już widzieli ten film... Pewien emerytowany inżynier, który skarżył się lekarzowi rodzinnemu na ciągłe wrażenie déjà vu, został – słusznie – skierowany do kliniki zaburzeń pamięci. Natychmiast zaprotestował, że to nic nie da, bo... przecież już tam był.

Atak klonów

Dwukrotne oglądanie nawet najbardziej diabolicznego kota czy rozgrywanie meczu tenisowego wydaje się jednak niczym w porównaniu z innymi igraszkami umysłu. Niemiecki lekarz Arnold Pick już ponad 100 lat temu opisał przypadłość nazwaną paramnezją powielającą, w której dotknięta nią osoba miała wrażenie, że wszystko wokół niej, łącznie z najbliższą rodziną, zostało podmienione na niemal idealne, ale jednak... kopie. Wrażenie to było przy tym tak silne, że nie mogły go rozwiać żadne racjonalne argumenty. Dwadzieścia lat później opisano podobną, lecz częstszą chorobę, nazwaną l'illusion des sosies lub zespołem Capgrasów, w której to dobrze znana osoba była postrzegana jako ktoś zupełnie obcy, tyle że o identycznym wyglądzie. Od tego czasu poznano jeszcze kilka podobnych pułapek pamięci. Należy do nich także zespół Fregoli, w którym pacjent bierze nieznaną mu osobę za

znajomego, choć o zupełnie zmienionym wyglądzie. Wszystko dlatego, że pamięć polega w znacznej mierze na rekonstruowaniu wcześniejszych wrażeń, a nie na ich prostym odtwarzaniu.

Czyżby zatem chodziło o tajemnice niezbadanego umysłu? Można by tak sądzić, gdyby nie pewne zależności. Każdy z opisanych wyżej zespołów występuje częściej w przebiegu wirusowych zapaleń mózgu i opon mózgowych, uszkodzeń płatów skroniowych (częściej prawego) czy rejonów czołowooczodołowych kory mózgowej.

Znany neuropsycholog Ch. Ramachandran twierdził np., że zespół Capgrasów można wyjaśnić zniszczeniem połączeń biegnących ze zlokalizowanych właśnie w prawym płacie skroniowym obszarów odpowiedzialnych za rozpoznawanie twarzy do układu limbicznego. Należy przy tym zaznaczyć, że uszkodzenia przyległych do płata skroniowego struktur: zakrętów parahipokampalnego i wrzecionowatego, wywołują też inne ciekawe zjawisko – tzw. prozopagnozję, czyli niemożność rozpoznawania twarzy. Osoby z tą przypadłością nie rozpoznają znajomych na ulicy, a nawet własnych dzieci, jeśli te będą inaczej ubrane albo znajdą się w nieprzewidzianym miejscu. Nie byłoby dla nich zapewne niczym niezwykłym pomylić swoją żonę z kapeluszem.

Déja vu czyli twój mózg już tu był

Pewna 73-letnia kobieta po usunięciu z jej mózgu dużego guza uciskającego prawy płat skroniowy i czołowy zaczęła mieć wrażenie, że wszystko wokół niej zostało zduplikowane, tzn. że żyje w świecie złożonym wyłącznie z kopii, zarówno ludzi, jak i miejsc. Co niesamowite, po prawie roku życia w skopiowanym świecie uczucie niemal ustąpiło po podaniu... risperidonu – jednego ze znanych preparatów przeciwpadaczkowych.

Dla chorych z paramnezją powielającą choć niejako po raz drugi, czas płynie jednak we właściwym tempie i kierunku. Są jednak schorzenia, w których nawet ta, zdawałoby się,

nienaruszalna właściwość świata zostaje zachwiana.

Dzień Świstaka

Kto oglądał film z Billem Murrayem, ten wie, jak upiorna może stać się konieczność przeżywania po raz kolejny tej samej sytuacji. Pierwowzorem głównego bohatera mógł być młody Japończyk, który w wieku 23 lat popadł w paranoję z halucynacjami. Zdawało mu się, że ciągle przeżywa na nowo okres między 21. a 25. rokiem swego życia. Uczucie było tak przerażające, że by wyrwać się z zaklętego kręgu, młodzieniec kilkakrotnie próbował popełnić samobójstwo.

Na drugim biegunie tego spektrum można niewątpliwie umieścić przypadek 25-letniej kobiety, która przez 12 lat uparcie twierdziła, że po raz kolejny przeżywa fragment swojego życia. W przeciwieństwie do Japończyka towarzyszyło temu jednak poczucie niewyobrażalnego zadowolenia, wręcz euforii, i kompletnie fałszywe postrzeganie perspektywy przyszłości. Choć nie wyjaśniono do końca przyczyny jej stanu, badacze sądzą, że było to zaburzenie równowagi odpowiedzialnego za emocje układu limbicznego.

Zupełnie odwrotnym do przeżywania wszystkiego ponownie zjawiskiem jest *jamais vu*, czyli poczucie, że widzi się coś lub kogoś po raz pierwszy, choć w rzeczywistości jest to np. nasza żona albo wieloletni przyjaciel. Osoby cierpiące na tę przypadłość wciąż od nowa przedstawiają się wszystkim, a przemierzana codziennie droga do pracy wydaje im się za każdym razem dziewiczym szlakiem. Samo w sobie nie byłoby to takie złe, sęk w tym, że tacy ludzie nie pamiętają też, że coś już zrobili, napisali bądź wysłali. Fenomen ten podobnie jak *déjà vu* wiąże się z nieprawidłowościami w obrębie płata skroniowego, w tym z napadami padaczkowymi w tym obszarze.

Jak widać, z perspektywy mózgu pojęcia „przed” i „po” czy „znany” i „nieznany” są całkowicie subiektywne. Nierzadko zaś wewnętrzne przekonanie wygrywa w starciu z „obiektywną”

rzeczywistością. Nie znaczy to jednak, że przyczyn trzeba poszukiwać w zaświatach czy o kłopoty z pamięcią oskarżać pozaziemskie cywilizacje. Najzupełniej wystarczy do tego jakiś swojski wirus albo uderzenie cegłą w głowę.

Pisano o tym wielokrotnie, ale cały czas ten fenomen fascynuje i zadziwia. Zjawisko *déjà vu* (fr. „już widziane”) to bardzo osobliwe wrażenie, że coś, co rozgrywa się teraz przed naszym oczami „już było w przeszłości”. Czasami wiemy nawet, co będzie później i... tak się przeważnie dzieje.

W „Wikipedii” spróbowano nawet uszeregować cechy typowego *déjà vu*:

- występuje nagle;
- trwa jedynie kilka sekund;
- osoba doświadczająca jest krytyczna wobec swojego odczucia (tzn. wie, że to, czego doświadcza, jest w praktyce niemożliwe);
- osoba doświadczająca nie jest w stanie podać, kiedy miało miejsce to „wcześniejsze” wydarzenie (które jakoby teraz się powtarza);
- wrażenie dotyczy nie widoku pewnego pojedynczego przedmiotu, budynku czy człowieka, ale całej sytuacji. Osoba ma wrażenie, że powtarza się pewna chwila z jej życia;
- czasami pojawia się przekonanie o możliwości przewidzenia co się za chwilę wydarzy (prekognicja);
- zjawisku temu towarzyszy aura niesamowitości, tajemniczości.

Źródło: Nautilus.org.pl