

Déjà vu

Úvod

Pojmem *déjà vu* se označuje pocit již dříve zažitý, či viděné situace, u které víme, co bude následovat, neboť se jedná o přesnou kopii. Označení z francouzštiny znamená *již viděné*.

Tento jev byl pro své projevy psychology dlouho opomíjen pro své průvodní jevy a především nepředvídatelnost. Jedním z mála psychologů, kteří se tímto nedali odradit, je i Brit O'Connor. Ten učinil pokus, při kterém hypnotizoval své dobrovolníky ve zvukotěsné místnosti, kterým bylo v tomto stavu přečteno několik slov a to jak slov často užívaných, tak i méně známých. Po chvíli pak byli dobrovolníci probuzeni a byl jim přečten druhý seznam, který obsahoval některá slova z prvního seznamu. 40% dobrovolníků při uslyšení slova slyšeného v hypnóze mělo pocit déjà vu.

O co jde?

O déjà vu se zpravidla mluví jako o subjektivním a neodůvodněném pocitu nějaké prožité zkušenosti z blíže neurčené minulosti. Nesprávně se jím také označují opakované *skutečné* děje či situace. Psychologové nevědicí si rady, používali několik i dalších „podkategorií“ a to: *déjà entendu* (již slyšené), *déjà senti* (již cítěné) a *déjà vecu* (již prožité).

Podle průzkumů (rok 2005) nezažilo tento pocit přibližně 30% populace, pro které je to něco na způsob „vidění duchů“. Z vědeckého pohledu se patrně jedná o zvláštní fungování paměti a určitý stav mysli (tedy jeden z několika).

Historický pohled

V minulosti, tj. asi tak koncem 19. století, bylo vypracováno kolem 20 teorií pokoušející se vysvětlit tento jev. Nicméně v momentě, kdy by se jimi začali seriózněji zabývat psychologové, přišel na scénu I. P. Pavlov se svými psy a strhnul jejich pozornost na behaviorismus. Po tomto odvrácení pozornosti vycházely články na toto téma již pouze v „okrajových“ časopisech, zabývajících se parapsychologií (tj. jevů jako telekineze, telepatie, jasnozření, ...), což trvalo do 80. let 20. století.

Pokusy Mortona Leedse

Jako jeden z nejpoužívanějších materiálů byla donedávna používána studie Mortona Leedse z roku 1940, kterou prováděl sám na sobě, neboť v té době pocity déjà vu sám hojně zažíval a při té příležitosti si o nich začal vést podrobné záznamy. V každém záznamu uvedl datum, hodinu, okolnosti, dobu trvání a intenzitu pocitu. Po jednom roce „měření“ již měl 144 záznamů; zážitky se mu dostavovaly průměrně každý druhý den.

Z následné analýzy zápisků zjistil, že k pocitu docházelo za běžných okolností. Vyšší četnost nastávala při únavě, stresu a ve večerních hodinách. Dále také, že je pocit značně ovlivněn řadou mentálních i fyzických faktorů. U osob vzdělaných, zcestovalých, dobře zajištěných či liberálně smýšlejících se pocit viděného může pravděpodobněji objevit. Fyzickým faktorem je zde především věk. Nejvíce výskytů déjà vu je kolem dvaceti let a s věkem klesá.

Možné vysvětlení

Jelikož doposud psychologové uspokojivě nevysvětlili pocit viděného, označují jej někteří za vymykající se možností našeho poznání, jelikož k němu dochází nepředvídaně a nemůže u něj být „odborník“, který by jej potvrdil a prozkoumal. Navíc většinou člověk pocit rychle napůl zapomene a je pak obtížné jej popsat slovy a zpětné úvahy nejsou spolehlivé. Když jej nakonec „odborníci“ označí za halucinaci, je těžké se dobrat výsledku.

Dvojice psychologů Brown a Elizabeth Marshovy zastávají názor, že základem pocitu déjà vu je *dvojité vnímání*, které již bylo nastíněno v jedné z teorií 19. století. Příčinou je rychlé vnímání, kdy k vjemu jedné skutečnosti dojde v rychlém sledu dvakrát po sobě. Poprvé jen tak letmo, například periferním viděním a napodruhé již s plným vědomím. První vjem je tedy podvědomě zaregistrován a vybaven při druhém vjemu jako *již viděný*.

Zvláštní kapitolou jsou pak epileptici, u kterých dochází k pocitu déjà vu těsně před záchvatem. Při pocitu se u nich zvyšuje aktivita ve spánkovém laloku mozku (je měřitelná). Byla také vyzkoušena stimulace zmíněných míst elektrodou, která tento pocit opět vyvolala. Není ovšem potvrzeno, zda-li má pocit u zdravých lidí stejný zdroj a je-li jej možno také uměle stimulovat.