

Søvnens filosofi

Platon i dialog med livet og døden

af Eiríkur Smári Sigurðarson

Som bekendt argumenterer Sokrates i *Faidon* for at filosofien er en forberedelse på døden, at vi ved filosofisk praksis gør hvad vi kan for at blive så døde som muligt – mens vi lever. Men døden kan være mange forskellige ting, og i *Forsvarstalen* udlægger Sokrates den mulighed at døden er en total tilintetgørelse af bevidstheden med en sammenligning med søvn. Han siger:¹

Hvis døden bevirker, at man ikke opfatter noget, og hvis døden er ligesom en dyb søvn, hvor man end ikke ser noget for sig i drømme, må den være en fantastisk fordel. Hvis man blev bedt om at udvælge den nat, hvor man har sovet så dybt, at man end ikke så noget for sig i drømme, og sammenligner denne nat med alle andre dage og nætter i sit liv, og derpå blev bedt om at overveje, hvor mange dage og nætter man havde oplevet, der var bedre end denne ene nat, er jeg overbevist om, at ikke bare et almindeligt menneske, men også perserkongen ville finde, at de var hurtigt talte. Hvis døden er ligesådan, påstår jeg, at den er en fordel. For på den måde forekommer evigheden ikke at være længere end en enkelt nat. (40c-e)

Det er ikke kun at den helt drømmeløse nat er bedre end andre nætter; den er også bedre end andre dage. Det at være fuldstændig bevidstløs er, ifølge dette, noget af det bedste vi kan opnå. Også lydernes konge, den Solon havde en lille snak med om lykken (Herodot I, 30-33), ville være enig. Hvad gælder for den drømmeløse søvn, gælder også for døden – dvs. hvis døden er en total bevidstløshed. Men hvordan kan bevidstløshed være lykke? Findes der muligvis en rigere aktivitet i den drømmeløse søvn end det umiddelbart synes?

1. *Sokrates' Forsvarstale* oversat af Jørgen Mejer i *Platon I, Samlede værker i ny oversættelse*, Udgivet af Jørgen Mejer og Chr. Gorm Tortzen, København 2009.

I det følgende drøfter jeg nogle ideer og teorier om søvn i græsk filosofi og litteratur med særlig fokus på Platon. Ideen om at vi finder lykken i søvne er meget problematisk. At et lykkeligt og retfærdigt liv fører til en helt stille søvn er en ting. En helt anden er at det ligefrem er i søvnen at vi er lykkelige.

I. Søvn og filosofi

Filosofisk er søvn et interessant fænomen, og der mener jeg søvn i sig selv og ikke drømme vi oplever i søvne. Søvn uden drømme er bevidstløshed og vi tilbringer en stor del af livet i denne tilstand. Descartes var godt nok uenig og mente at vi alligevel havde bevidsthed i søvne uden at huske noget (ligesom sjælen der har rejst til det hinsides i slutningen af *Faidon*) – og det var helt nødvendigt for ham eftersom selvet *som* bevidsthed var en substans (*Discours VI*, 32-3). Da jeg for nogle år siden holdt et foredrag ved en konference om søvn – en medicinsk konference om søvn hvor organisatorerne gerne ville mere deltagerne med lidt filosofisk refleksion inden den rigtige videnskab kom til orde – forventede jeg godt nok ikke at finde en masse filosofisk litteratur om søvn, men det undrede mig dog alligevel at Aristoteles er stort set den eneste blandt kendte filosoffer der har skrevet om den. Han stiller nogle fundamentale spørgsmål om søvn, mest videnskabelige men også filosofiske, og prøver at svare dem.

I værket *Om søvn og vågenhed* (*De somno et vigilia*) prøver han at finde svar på spørgsmålet om hvad søvn og vågenhed er; om de hører til sjælen eller legemet eller begge to sammen; hvis søvn og vågenhed er fælles med sjæl og legeme; hvilken del af sjælen og legemet de tilhører; og hvorfor de kun hører til dyrene. Kort skitseret er hans konklusion den at søvn (og vågenhed) er fælles for sjæl og legeme og at den tilhører det samme sted som sansningen, dersom det netop er søvnens egenskab ikke at sanse. Men det fysiske er mere problematisk. Det skal opfylde den betingelse at i søvne bliver vi fri for al sansning *samtidigt*. I *De anima* (II,2) er et af de problemer som Aristoteles behandler, vores oplevelse af at sanse, dvs. vores sansning af sansning. Ser vi at vi ser med synet eller et andet sanseorgan? I *De anima* er svaret ikke helt klart, men det ser ud til at han kommer til den konklusion at vi kun har brug for de specielle sanseorganer og ikke noget ekstra for at kunne opleve vores sansning. Det fælles sanseorgan – dvs. hjertet – har dog en vigtig funktion, den at skelne mellem forskellige sanser og sammenligne dem (fx hvis vi smager og ser den samme ting). Men i *Om søvn og*

vågenhed har det fælles sanseorgan fået en vigtigere opgave, og nu er det blevet organet der giver os bevidsthed om vores sansning. Hans analyse af søvn og vågenhed (*Om søvn og vågenhed* 2, 455a12-26²) har ledet ham til den konklusion at vi har et bestemt organ der tager imod oplysninger fra de specielle sanseorganer og at det er med *det* at vi oplever vores sansning. Når vi sover så er det netop dette sanseorgan, det fælles sanseorgan, der slukkes, og vi er ikke længere i stand til at modtage sansernes beskeder. Men det er ikke kun i søvne at vi slukker for organet. Også i tilfælde som epileptisk anfald slukkes der for det fælles sanseorgan, og Aristoteles siger ligeud at søvn er på mange måder (*τρόπον τινά*) som et epileptisk anfald. En midlertidig undtagelsestilstand.

Dette er naturligvis et problem for Aristoteles der ser ikke ud til at kunne finde en forklaring på søvn der passer hans teleologiske model. Som siges et sted i *Problemerne* (der dog sandsynligvis er skrevet i generationen efter Aristoteles) så lever vi for at være vågne og ikke for at sove (XVIII, 1). I *De generatione animalium* V, 1 (778b20-779a26), spørger Aristoteles om hvad der er den oprindelige tilstand i dyr, søvn eller vågenhed. Jo ældre vi bliver, jo mindre sover vi. Dette tyder på at søvn er den oprindelige tilstand. På den anden side er dyr egentlig ikke dyr uden sansning – sansning er et væsentligt træk ved alle dyr – og i den forstand er vågenhed den oprindelige tilstand. I løbet af denne diskussion beskriver Aristoteles dyrets tilblivelse fra ikke væren til væren som en transformation igennem søvn. Søvn er et grænseland (*μεθόριον*) mellem liv og død og et sovende menneske er hverken helt eksisterende eller helt uden eksistens. Men livet tilhører den vågne tilstand langt mere end den sovende tilstand, hvor vi ikke sanser noget.³

De væsentlige træk ved denne teori og diskussion er at søvn er en egenskab sjælen og legemet har fælles, at den tilhører det fælles sanseorgan (dvs. hjertet), at den er en undtagelsestilstand hvor vi er i et grænseland mellem liv og død. Denne sidste detalje er velkendt andre steder fra, dvs. at søvnen er nær beslægtet med døden. Denne ide

2. For analyse af denne passage se Pavel Gregoric, *Aristotle on the Common Sense*, Oxford University Press, Oxford 2007: 163-173.

3. Se Philip van der Eijk, "Theoretical and empirical elements in Aristotle's treatment of sleep, dreams and divination in sleep", i Eijk, *Medicine and Philosophy in Classical Antiquity. Doctors and Philosophers on Nature, Soul, Health and Disease*, Cambridge University Press, Cambridge 2005, 169-205: 174-179.

finder vi også i et fragment fra det tabte ungdomsværk *Om filosofien*. Ifølge Sextos Empeirikos sagde Aristoteles at “når sjælen er med sig selv i søvne så får den sin egentlige natur, den ser og kan forudsige fremtiden. Sjælen er også i denne tilstand når den skilles fra legemet i døden.” (AM IX, 21) Her er vi i den platoniske periode hos Aristoteles hvor sjælen er en selvstændig substans der kan eksistere uden for legemet. Dens væsen træder i karakter i søvne og i død.

II. Søvn og død

En tæt forbindelse mellem søvn og død går igennem hele vores idehistorie. Vi finder søvn enten som nært beslægtet med døden eller døden som en lang søvn. I *Iliaden* (XVI 672 og 678) optræder tvillingerne Thanatos og Hypnos, der færger lig over til det hinsides. Hos Hesiod, i *Theogonien*, er søvnen, samt drømmene, dødens afkom. Døden beskrives også som en uendelig søvn (ἀτέλευτος ὕπνος) i Aischylos' *Agamemnon* (1450-51). Der findes mange eksempler på dette fra ældre og nyere tid. Ideen om søvn og død som næsten den samme ting er meget fremtrædende.

Vi finder den også hos nogle af de første filosoffer. Heraklit siger således at verden er én og fælles for dem der er vågne, men at de sovende hver især vender sig til sin egen verden (DK22B89). Men han siger også et andet sted (DK22B26) at vi berører (ἅπτεται) det døde i søvne, på trods af at vi lever. Anaxagoras er på samme spor når han siger at vi kan lære om døden på to måder: Fra tiden inden vi fødes og fra søvn (DK59B34). Empedokles forklarer søvn som afkøling af blodet omkring hjertet – der hvor tænkningen finder sted. Døden, på lignende vis, er en total nedkølelse af blodet omkring hjertet. Søvn er, derfor, på en måde en lille død (Leukippos havde muligvis en lignende ide).

Det er derfor en ganske almindelig holdning at vi nærmer os døden når vi sover, og at søvn er en slags død. Biologisk er det at sove næsten som at være død og det kan føre til at sjælen får en tilgang til døden og derved adgang til en viden der ellers er umulig for dødelige mennesker. Det er så også her at spådomskunsten kommer ind som en del af søvnens væsen.

III. Platon om søvn

Men igen til Platon, hvor søvn optræder forskellige steder. Jeg har ikke lavet en helt systematisk oversigt over *søvn, at falde i søvn* og *sove* i Platons værker, men der er nogle forskellige måder søvn optræder på der er interessante at fremhæve.

Søvn, og hvad vi oplever i søvne, dvs. drømme, bruges nogle steder til at stille spørgsmålstegn ved vores sanseoplevelser. Er der nogen forskel på det vi oplever i søvne, og når vi er vågne? Den bruges i tankeeksperimenter – end ikke i søvne kunne vi finde på at sige til os selv at det dobbelte er et ulige tal (eksempel fra *Theaitetos* 190b5). Den bruges i ontologiske diskussioner for at forklare forskellen mellem det der i virkeligheden er og det der kun synes at være virkeligt og for hvad der kræves for at kunne begribe det ubegribelige (fx rummet i *Timaios* 52a-b). Her handler det mere om drømme end søvn.

Søvnens fysiologi diskuteres i *Timaios* og optræder også forskellige steder i *Staten*, hvor vogternes opdragelse behandles. Skal de spise som sportsmænd? For alt i verden ikke, professionelle sportsmænd tilbringer livet sovende (*Staten* 404a). Til spørgsmålet om hvornår børn er parate til indledende uddannelse i dialektik, dvs. i regning og geometri, er svaret at det er når de fritages fra tvungne legemsøvelser “for anstrengelse og søvn er fjender af kundskaberne.”

Søvnen behandles også i forbindelse med det gode liv, og ikke kun i *Forsvarstalen*. I *Statens* første bog diskuterer Sokrates og Kefalos rigdommens nytte. Kefalos forsvarer rigdommens nytte bl.a. med henvisning til døden, der i hans tilfælde ikke er så langt ude i fremtiden. Når man ser døden i øjnene begynder man at tænke på hvor god man har været i livet, hvor godt menneske man har været, og begynder at frygte livet hinsides. Dette fører til dårlig søvn. Eftersom livet har været nemmere for den rige end den der altid har manglet noget, så er der sandsynlighed for at han har levet livet uden at gøre andre uret og kan derfor sove godt om natten.⁴ Sokrates, som vi ved, var ikke rig men han sov rigtig godt om natten. Alle husker vi nok scenen hvor Kriton besøger Sokrates i fængslet kort inden han bliver henrettet. Kriton ankommer tidligt og kan ikke finde på at vække Sokrates. Han sidder derfor og ser på ham mens han sover

4. Se Anne-Marie Eggert Olsen “Statens betydning for menneskelig lykke hos Platon” i *AIGIS* 6.2 Supplement, 2006 der slutter med at sige at: “... spørgsmålet om menneskelig lykke ikke bara lå Platon på sinde, men at det var det ultimative krav til den gode stat: At den realiserede en individuel forfatning i mennesket, der gjorde det muligt at sove i fred.” Se også Aristoteles *NE* I, 13, 1102b3-12.

fredeligt (for at ødelægge den gode stemning kan man dog henvise til Napoleon, der ifølge pålidelige kilder sov rigtig godt og aldrig havde problemer med at falde i søvn, end ikke efter at han havde gjort noget helt forfærdeligt). Kriton forstår ikke hvor afklaret og rolig Sokrates er – han er jo blevet dømt til døden og skal snart henrettes. Kriton er et enkelt og ukompliceret menneske, og Sokrates' holdning til døden er ikke noget han kan forstå.⁵

Kriton: Nej, Sokrates, jeg ville da heller ikke selv bryde mig om at ligge vågen så længe med alle de bekymringer. Men jeg har længe undret mig over at konstatere, hvor roligt du sover. Det var fuldt bevidst, at jeg ikke vækkede dig, så du trygt kunne sove videre. Også tidligere i vores liv har jeg prist dig lykkelig for din måde at være på, men det gælder især i den nuværende ulykkelige situation, som du tager så let og ubekymret. (43b)

Som Kefalos i *Staten* har Sokrates intet problem med søvnen. Kriton synes også en drøm Sokrates drømte er svært forståelig. Sokrates drømmer at en kvinde kommer til ham og fortæller: "Du vil dø på tredje dag".⁶ Som Sokrates påpeger så er det en meget nem drøm at forstå og den korte udveksling om drømmen og dens betydning ser ud som en lille vits på Kritons bekostning – et billede af et enkelt men godt menneske. Drømmen som Sokrates drømmer er helt klar.

I denne ubekymrede tilstand er Sokrates parat til at modtage klare beskeder i drømme om sin skæbne. Man kan så spørge, om *grunden* til at man er ubekymret gør en forskel, dvs. om Kefalos kunne have drømt fremtiden på samme måde som Sokrates.

5. *Kriton* oversat af Erik Nis Ostenfeld i *Platon I, Samlede værker i ny oversættelse*, Udgivet af Jørgen Mejer og Chr. Gorm Tortzen, København 2009.

6. Mere præcis: "Sokrates, du når på tredjedags aften til Phthias frugtbare sletter." (44b)

IV. Søvn i *Staten* og *Timaios*

Et af de mest interessante steder hvor Platon diskuterer søvn er i begyndelsen af *Statens* niende bog. Sokrates er i gang med en diskussion om tyrannen og en analyse af nydelse og begær og hvordan vi kan holde styr på dem. Det er ikke kun i vågen tilstand at vi skal gøre det men også når vi sover:⁷

Når den ene del af sjælen sover – den der er fornuftig og rolig og har magt over den anden – kommer den dyriske og vilde del farende, fuld af mad eller vin, og den ryster søvnen af sig og prøver at komme ud og få opfyldt sine behov. Den tør som bekendt gøre hvad som helst, da den er fuldstændig blottet for anstændighed og fornuft. Den går nemlig ikke af vejen for at prøve at komme i seng med sin egen mor i fantasien – eller med noget andet: menneske, gud eller dyr – eller for at myrde hvad som helst eller æde hvad det skal være. Kort sagt, den holder sig ikke fra nogen tåbelighed eller uanstændighed overhovedet.

Men jeg tænker mig en mand, der har et sundt og besindigt forhold til sig selv. Når han går til ro, har han vækket den fornuftige del af sin sjæl og beværtet den med smukke ord og overvejelser og er kommet til forståelse med sig selv. Den begærlige del har han hverken ladet være sulten eller overmæt, og derfor kan den falde i søvn uden at forstyrre den bedste del med sin nydelse eller smerte. *Nej, den skal lade den bedste del være alene og ikke snavse den til, men lade den gøre sig sine overvejelser og stræbe efter at fatte noget, som den ikke kender til endnu – det være sig i fortid, nutid eller fremtid.* På samme måde dæmper han sin aggressive del og sørger for ikke at komme i konflikt med nogen, så han lægger sig til at sove med uro i sindet. Og når han har bragt de to dele af sjælen til ro, vækker han den tredje, som er det sted, hvor tænkningen bliver til. *Du ved nok, at det er*

7. *Staten* oversat af Martin Harbsmeier, Steffen Lund Jørgensen, Rasmus Sevelsted, Chr. Gorm Tortzen i *Platon IV, Samlede værker i ny oversættelse*, Udgivet af Jørgen Mejer og Chr. Gorm Tortzen, København 2013.

den bedste måde at afslutte dagen på – at det er sådan, man bedst får fat på sandheden, og at de drømmesyner der viser sig for én, er dem der strider mindst imod de gældende normer. (IX 571c-572b)

Som bekendt er sjælen ifølge Platon i *Staten* tredelt. Det ser ud til at når vi sover så kan de tre forskellige dele af sjælen leve et forholdsvis selvstændigt liv. Når fornuften sover får begæret frit spil. Det samme gælder for temperamentet. Når begæret får frit spil på denne måde, så drømmer vi ting der går imod de gældende normer. Når fornuften er uforstyrret alene med sig selv, så drømmer vi anstændige ting. Denne passage er interessant for hvad den siger om begærets evne til at kaste søvnen af sig, bryde frem og tage magten. Men det er den anden side af sagen der interesserer mig mere i sammenhængen, dvs. hvad sker når fornuften hersker i søvne – og hvis det overhovedet er muligt.

Det kommer i hvert fald ikke af sig selv. For at fornuften kan blive fri fra de andre dele af sjælen, så skal vi forberede os. Vi skal således både få den dyriske og den aggressive del i ro inden vi går i seng. Og vi skal vække den tredje del, dvs. fornuften. Når dette lykkes så er den bedste del alene og utilsmudset af de andre dele, den kan gøre sine overvejelser og stræbe efter at fatte noget ukendt i fortid, nutid og fremtid – der som bekendt er spådomskunstens varetegn. Og sidst i citatet siger han at på denne måde får man bedst fat på (*ἄπτεται*) sandheden (samme ord som Heraklit bruger om at berøre døden i søvne).

Platon vender tilbage til spørgsmålet om hvad der sker i sjælen i søvne. *Timaios* fortsætter med teorien om den tredelte sjæl. De tre forskellige dele har hver sin plads i legemet. Fornuften, den udødelige del, hører til i hovedet. Temperamentet er i brystet og begæret, den dyriske del, derunder. I søvnen falder bevægelserne i legemet i ro – men ikke nødvendigvis alle.⁸

For når øjenlågene – der er udformet af guderne for at beskytte synet – lukker sig, spærrer de ildens kraft inde, og den spreder sig ud og udjævner bevægelserne i kroppen og skaber ro. Når roen er dyb, så sover man uden

8. *Timaios* oversat af Thomas Kjeller Johansen i *Platon IV, Samlede værker i ny oversættelse*, Udgivet af Jørgen Mejer og Chr. Corm Tortzen, København 2013.

mange drømme, men når der bliver nogle stærke bevægelser tilbage, så opstår der drømmebilleder, der *svare i karakter og antal til de tilbageværende bevægelers art og beliggenhed*, og som er billeder i det indre; men når man vågner, husker man dem som noget ydre. (45e)

Drømmebillederne der “svare i karakter og antal til de tilbagevendende bevægelers art og beliggenhed” må henvise til de forskellige steder i legemet de forskellige dele af sjælen hører til. Når den ene del ikke er i ro, så drømmer vi billeder der stammer fra denne del. Men roen er at fortrække og i den tilstand drømmer vi ikke.

Senere i dialogen diskuterer han leveren og dens funktion i legemet. Det sker i forbindelse med en diskussion om hvordan de forskellige dele af sjælen arbejder sammen, dvs. hvordan de kommunikerer. På en eller anden måde kommunikerer fornuften med begæret via leveren. Den er glat som et spejl og tager imod billeder – men præcis hvordan denne kommunikation foregår er uklart i *Timaios*. Han beskriver dog hvordan fornuften kan påvirke leveren med trusler, der gør at den krympes sammen, eller på en mildere måde, der gør den blød og glat. Han siger:⁹

Dermed ville den holde den del af sjælen, der opholder sig her [dvs. begæret i leveren], munter og blid og lade den bruge natten til en mådeholden aktivitet, nemlig til at have drømme, der spår om fremtiden, da den jo ikke kunne have nogen fornuft eller forstand. (71c-72a)

Fornuftens rolle synes at være lidt anden end i *Staten*. Der skulle man stræbe efter at vække fornuften inden søvnen for at den fik fat i sandheden. Her er det fornuften der påvirker begæret på en måde der gør det modtageligt over for spådomme. Det er så fornuftens rolle at fortolke det begæret drømmer. Denne teori er en nærmere fortolkning eller udvikling af det vi ser i *Staten*. Her kan vi se at det er begæret der har opgaven at drømme og at spådomsevnen er placeret i leveren. Fornuften har så den fortolkende funktion. Således siger i *Timaios*:

9. *Timaios* oversat af Thomas Kjeller Johansen i *Platon IV, Samlede værker i ny oversættelse*, Udgivet af Jørgen Mejer og Chr. Gorm Tortzen, København 2013.

For når vi er ved vores fulde fem, har vi ingen adgang til den sande og inspirerende spådom (*οὐδείς γὰρ ἔννοους ἐφάπτεται μαντικῆς ἐνθέου καὶ ἀληθοῦς*); den opnår vi kun, når forstandsevnen er hæmmet af søvn eller sygdom eller besat af guddommelig inspiration. Men når det gælder om at huske eller forstå det, der er blevet sagt i drømme eller i vågen tilstand af en profetisk og inspireret natur, og når det derudover gælder om at gennemgå alle visioner rationelt for at afgøre, hvilken mening de har, hvem de gælder for, og om de bebuder lykke eller ulykke i fortid, nutid eller fremtid – i det tilfælde er det kun fornuften, der kan hjælpe os. (71e-72a)

Fornuftens fortolkningsevne er nødvendig til at give drømmebillederne mening, men for at drømme om fremtiden, dvs. berøre den sande spådom, skal fornuften slukkes via søvn eller sygdom. Fornuften kommer bagefter, erindrer og fortolker.

V. Den lykkelige søvn

Hvordan det nu end er så har søvnen en ganske vigtig rolle hos Platon. Det er dér vi har muligheden for en speciel erkendelse, tilgang til en verden der i *Staten* betegnes med sandheden. Muligvis er den drømmeløse søvn Sokrates taler om i *Forsvarstalen* mere kompliceret end den ser ud til ved første blik.¹⁰

esmari@hi.is

10. Tak til deltagerne i Platonsymposiet i København for deres spørgsmål, kritik og engagement og særlig tak til Chr. Gorm Tortzen for hans konstruktive gennemgang af mit manuskript.