Architektura wyobraźni: od neurobiologii i historii idei do Atlasa możliwości Cassandry Vieten

AUTOR

Fundacja Dobre Państwo

STRESZCZENIE / ABSTRACT

Artykuł analizuje wyobraźnię nie jako peryferyjną funkcję umysłu, lecz jako centralny „system operacyjny" ludzkiego poznania. Opierając się na koncepcjach Cassandry Vieten oraz współczesnej neuronauce, tekst wyjaśnia, jak mechanizmy obrazowania mentalnego przenikają się z percepcją i pamięcią. Wyobraźnia jest przedstawiona jako laboratorium transformacji, które pozwala na tworzenie reprezentacji kontrfaktycznych i symulowanie przyszłych zdarzeń bez konieczności bezpośredniego doświadczania ich w rzeczywistości. Dzięki wykorzystaniu wspólnej infrastruktury neuronalnej (m.in. sieci stanu domyślnego), człowiek może „próbować świata bez świata", co stanowi fundament innowacyjności, zdrowia psychicznego oraz zdolności do planowania i empatii.

The article analyzes imagination not as a peripheral function of the mind, but as a central "operating system" of human cognition. Drawing on the concepts of Cassandra Vieten and modern neuroscience, the text explains how mental imagery mechanisms intertwine with perception and memory. Imagination is presented as a laboratory of transformation that allows for the creation of counterfactual representations and the simulation of future events without the need to experience them directly in reality. By utilizing shared neural infrastructure (including the default mode network), humans can "try the world without the world," which forms the foundation of innovation, mental health, and the capacity for planning and empathy.

Artykuł redefiniuje wyobraźnię, przesuwając ją z marginesu artystycznego talentu do centrum ludzkiego poznania jako fundamentalny „system operacyjny" umysłu. Autor stawia tezę, że zdolność reprezentowania treści nieobecnych w aktualnej percepcji jest

kluczową infrastrukturą potencjalności, która pozwala nam symulować rzeczywistość, projektować przyszłość i przełamywać determinizm poznawczy oraz społeczny. Tekst analizuje wyobraźnię przez pryzmat neurobiologicznej różnorodności – od afantazji po hiperfantazję – dowodząc, że brak wewnętrznych obrazów nie oznacza braku zdolności do tworzenia nowych idei, lecz inną strategię poznawczą. Poprzez syntezę historii filozofii, neuronauki i modelu Cassandry Vieten, artykuł ukazuje wyobraźnię jako wielowymiarowy profil (obejmujący m.in. podatność, obecność i oryginalność), który funkcjonuje jako interfejs między danymi zmysłowymi a działaniem. W konsekwencji wyobraźnia jawi się nie tylko jako narzędzie psychologiczne, ale jako mechanizm emancypacyjny, umożliwiający zadanie kluczowego pytania: „czy świat musi wyglądać właśnie tak?", co czyni ją niezbędnym warunkiem każdej innowacji i reformy społecznej.

SŁOWA KLUCZOWE

architektura wyobraźni | Atlas możliwości Cassandry Vieten | wyobraźnia generatywna | wyobraźnia symulacyjna | Wielkie Spłaszczenie | sieć stanu domyślnego DMN | afantazja i hiperfantazja | poznawczy odcisk palca | reprezentacje kontrfaktyczne | neurobiologia poznania | metapoznanie i samoregulacja | prospekcja autobiograficzna | mental contrasting | interfejs wyobraźnia-ciało

Wyobraźnia jako system operacyjny ludzkiego poznania

Wyobraźnia jako infrastruktura możliwego: od "Wielkiego Spłaszczenia" do odzyskania przyszłości

Przez znaczną część historii zachodniej myśli wyobraźnia zajmowała miejsce podejrzane. Rozum miał poznawać, pamięć przechowywać, a zmysły dostarczać materiału doświadczenia; imaginacja pozostawała natomiast czymś pośrednim: nie całkiem poznaniem, nie całkiem fantazją – niepewnym terytorium między prawdą a złudzeniem. Cassandra Vieten proponuje odwrócenie tej hierarchii.

W jej ujęciu wyobraźnia nie jest peryferyjną funkcją umysłu, lecz systemem przecinającym pamięć, percepcję, emocje, planowanie, empatię i twórczość. Autorka posługuje się sugestywną metaforą "ośmiornicy", której macki oplatają inne procesy poznawcze tak dalece, że trudno wskazać złożoną

czynność mentalną całkowicie pozbawioną komponentu wyobrażeniowego. Vieten idzie jeszcze dalej, nazywając wyobraźnię w swoim współczesnym projekcie swoistym "systemem operacyjnym" ludzkiego myślenia; jej książka z 2026 roku przedstawia tę zdolność jako klucz do zdrowia psychicznego, innowacyjności i więzi społecznych. Naukowa ostrożność nakazuje jednak już na początku wprowadzić istotne rozróżnienie.

Wyobraźnia nie jest pojedynczym modułem mózgu, który można by wskazać palcem na obrazie rezonansu magnetycznego. To raczej rodzina procesów pozwalających reprezentować treści nieobecne w bieżącej stymulacji zmysłowej: od wyobrażenia czerwonego jabłka i mentalnej rotacji przedmiotu, przez przypomnienie przestrzeni dziecięcego domu i przewidywanie przebiegu rozmowy, aż po symulowanie czyjegoś punktu widzenia czy projektowanie urządzenia, instytucji lub świata, który nigdy nie istniał. Współczesne badania wskazują na znaczne nakładanie się neuronalnych mechanizmów percepcji i obrazowania – obejmujące obszary wzrokowe, ciemieniowe i czołowe – lecz nie na ich prostą identyczność. Wyobrażenie można zatem metaforycznie nazwać "cichszą percepcją", jak czyni to Joel Pearson, o ile metafora ta nie zostanie zamieniona w twierdzenie, że mózg bezwarunkowo myli fantazję z bodźcem zewnętrznym.

Ta korekta ma znaczenie wykraczające poza terminologiczną pedanterię. Praktyczny potencjał wyobraźni wynika bowiem właśnie z jej osobliwej pozycji między reprezentacją a rzeczywistością. Gdyby wyobrażenie było neurologicznie identyczne z percepcją, człowiek żyłby w permanentnej halucynacji; gdyby natomiast nie miało z nią nic wspólnego, trening mentalny, antycypacja, autobiograficzna prospekcja czy wywoływanie emocji za pomocą obrazu byłyby znacznie słabsze. Badania pokazują coś ciekawszego: percepcja i wyobraźnia korzystają częściowo ze wspólnej infrastruktury neuronalnej, lecz czynią to w odmiennych konfiguracjach i z różną siłą sygnału. To właśnie ta częściowa wspólnota pozwala "próbować świata bez świata" – przeprowadzać symulacje przed działaniem, popełniać błędy bez płacenia ich pełnej ceny i konstruować alternatywy, zanim zostaną zmaterializowane.

Meta-analizy obejmujące wiele modalności sensorycznych potwierdzają, że obrazowanie mentalne nie ogranicza się do "widzenia w głowie", lecz może obejmować ruch, słuch, dotyk i inne jakości doświadczenia. Wyobraźnia ma zatem charakter prospektywny. Człowiek nie mieszka wyłącznie w teraźniejszości; zamieszkuje również zbiór potencjalnych teraźniejszości, które dopiero mogą się wydarzyć. Kiedy kierowca przewiduje zachowanie samochodu wyjeżdżającego z podporządkowanej ulicy, lekarz symuluje możliwe konsekwencje terapii, przedsiębiorca projektuje produkt, którego jeszcze nie ma, a obywatel rozważa państwo zorganizowane według innych zasad – wszyscy uruchamiają tę samą zdolność przekraczania aktualności.

Wyobraźnia jako system symulacji i generowania możliwości

Hipokamp oraz regiony należące do sieci stanu domyślnego uczestniczą zarówno w przywoływaniu doświadczeń autobiograficznych, jak i w konstruowaniu przyszłych epizodów, scen kontrfaktycznych czy fikcyjnych sytuacji. Współczesna neuronauka coraz rzadziej traktuje pamięć jako archiwum, a myślenie o przyszłości jako odrębną fantazję; oba procesy wykorzystują częściowo wspólne mechanizmy rekonstrukcji. Można powiedzieć, że pamięć i wyobraźnia są dwiema stronami jednego paradoksu. Aby pamiętać przeszłość, umysł musi ją rekonstruować; aby wyobrażać sobie przyszłość, musi przetwarzać fragmenty tego, co już poznał. Mary Shelley zauważyła w refleksji nad narodzinami Frankensteina, że inwencja nie stwarza z absolutnej próżni – musi mieć materiał, który może przeorganizować.

W aparacie pojęciowym Vieten ta myśl nabiera znaczenia kognitywnego. Wyobraźnia jest jednocześnie magazynem i laboratorium transformacji. Przyjmuje wspomnienie, zapach, zdanie, emocję, obraz, schemat społeczny lub problem techniczny, a następnie zgina, miesza, odwraca albo rekontekstualizuje te elementy. Kreatywność pojawia się dopiero później, gdy któraś z takich możliwości zostanie wyrażona w działaniu. Notatka konsekwentnie ujmuje tę zależność następująco: wyobraźnia dostarcza surowca, natomiast kreatywność jest kanałem jego materializacji. Stąd bierze się pierwsze wielkie rozróżnienie Vieten: pomiędzy wyobraźnią symulacyjną a generatywną. Pierwsza jest "kserokopiarką" – nie w sensie absolutnej wierności, lecz jako mechanizm przewidywania na podstawie posiadanych modeli świata. Pozwala wyobrazić sobie drogę do pracy, reakcję rozmówcy, ruch rakiety tenisowej, rezultat dodania oregano zamiast bazylii czy kolejne etapy procedury chirurgicznej. Jej walutą jest prawdopodobieństwo, a funkcją – zmniejszanie niepewności. Wyobraźnia generatywna działa inaczej. Nie pyta przede wszystkim: "co prawdopodobnie nastąpi?", lecz: "co mogłoby istnieć, choć jeszcze nie istnieje?". Przekazana notatka opisuje ten drugi tryb jako łączenie, rekonfigurację i przekraczanie dostępnej wiedzy, czyli przejście od reprodukcji znanego ku produkcji możliwości. Rozróżnienie to pozwala dostrzec niezwykłą cechę ludzkiego umysłu.

Ten sam system, który ostrzega przed potworem czającym się w ciemności, może zaprojektować teleskop, konstytucję, symfonię albo statek kosmiczny. Ewolucyjnie symulacja zagrożenia była tania. Fałszywy alarm kosztował energię; nierozpoznany drapieżnik mógł kosztować życie. Selekcja nie musiała więc wyposażać organizmu w doskonałego kronikarza rzeczywistości, lecz w wystarczająco dobrego przewidywacza konsekwencji. W tej perspektywie wyobraźnia staje się czymś, co filozof Stephen Asma metaforycznie opisuje jako poznawczy "szwajcarski scyzoryk": nie

tyle jedną wyspecjalizowaną funkcją, ile zestawem elastycznych zdolności pracujących na styku emocji, działania i anticipacji. W materiale Vieten metafora ta służy wyjaśnieniu, dlaczego wyobraźnia może jednocześnie bronić przed zagrożeniem i otwierać drogę ku nowości. W tym miejscu zaczyna się również ciemna strona imaginacji. Mechanizm "co jeśli?", który umożliwia planowanie, potrafi produkować katastrofy z tą samą łatwością, z jaką wytwarza wynalazki. Człowiek może przeżyć jutro tysiąc razy, zanim jutro nadejdzie, i dziewięćset dziewięćdziesiąt dziewięć razy uczynić je gorszym, niż będzie naprawdę. Psychologia emocji pokazuje, że obrazy mentalne mogą silnie pobudzać systemy afektywne, przywoływać emocjonalne wspomnienia i wywoływać reakcje zbliżone do odpowiedzi na rzeczywiste bodźce. Dlatego wyobraźnia nie jest ze swojej natury ani dobroczynna, ani toksyczna. Jest amplifikatorem.

Może organizować nadzieję, ale może również lęk; może zwiększać gotowość do działania, lecz także dostarczać katastrofizującej scenografii tak sugestywnej, że hipotetyczne niebezpieczeństwo zaczyna sterować zachowaniem jak fakt.

Wyobraźnia jako narzędzie przełamywania determinizmu

Właśnie tutaj Vieten lokuje diagnozę "Wielkiego Spłaszczenia". W przekazanym materiale termin ten oznacza kulturowe zubożenie pola możliwości: przeciążenie informacyjne, binarne schematy, katastrofizację i stopniową utratę zdolności do wyobrażania sobie odmiennych trajektorii życia. Należy jednak precyzyjnie określić status tego pojęcia. Nie jest ono nazwą jednostki klinicznej ani powszechnie przyjętą diagnozą neuronaukową.

Jest to metafora kulturowo-psychologiczna, za pomocą której Vieten wiąże kryzys wyobraźni z szerszym doświadczeniem nowoczesności: utratą sensu, zawężeniem horyzontu, przesyceniem bodźcami i rosnącą trudnością w pomyśleniu świata inaczej niż w kategoriach dostarczonych przez istniejące instytucje. Ta ostrożność nie odbiera metaforze mocy; przeciwnie, lokuje ją tam, gdzie jest intelektualnie najciekawsza – na styku psychologii z socjologią wiedzy. Naturalnym partnerem tej diagnozy staje się Max Weber i jego pojęcie Entzauberung der Welt, odczarowania świata. Weber nie pisał traktatu o neurobiologii imaginacji, lecz opisywał historyczny proces racjonalizacji: wypierania kosmologii magicznych i tradycyjnych przez kalkulację, procedurę, biurokrację i przewidywalność. Vieten wykorzystuje tę tradycję jako pomost.

Człowiek nowoczesny zdobył bezprecedensową zdolność obliczania świata, lecz może zapłacić za nią niezdolnością do wyobrażenia sobie świata nieobliczonego. Weberowska "żelazna klatka"

nabiera wtedy znaczenia poznawczego: przestaje być wyłącznie systemem instytucji, a staje się układem mentalnych granic, który sprawia, że to, co istnieje, zaczynamy mylić z tym, co istnieć musi. Z perspektywy historii idei problem ten jest starszy niż nowoczesność.

Każda dominująca struktura społeczna dąży do przedstawienia własnych reguł jako naturalnych. Feudalizm czynił hierarchię częścią boskiego porządku, absolutyzm ubierał suwerenność w sakralną majestatyczność, XIX-wieczny kapitalizm niejednokrotnie prezentował rezultaty rynku jako niemal prawa przyrody, biurokracja XX wieku przemieniała procedurę w samouzasadniający się porządek, a epoka algorytmiczna może traktować to, co da się przewidzieć na podstawie danych, jak granicę tego, co w ogóle warte jest pomyślenia. Wyobraźnia pełni wobec każdej takiej naturalizacji funkcję kontrfaktyczną. Wypowiada najbardziej polityczne pytanie, jakie istnieje przed powstaniem jakiejkolwiek polityki: "czy musi być właśnie tak?"

Dlatego znaczenie wyobraźni wykracza daleko poza psychologię indywidualną. Prawo jest skodyfikowaną wyobraźnią normatywną: opisuje nie tylko to, jak ludzie się zachowują, ale jak powinni postępować w świecie uznanym przez wspólnotę za możliwy i pożądany. Ekonomia operuje modelami przyszłych zachowań, oczekiwań, ryzyka i preferencji, czyli systematyczną prospekcją. Polityka bez wyobraźni staje się jedynie administrowaniem zastanym, gdyż nie potrafi skonstruować alternatywnego ładu instytucjonalnego.

Etyka potrzebuje zdolności wyjścia poza własny punkt widzenia i symulowania doświadczenia drugiego człowieka. Nauka z kolei wymaga nie tylko dedukcji i obserwacji, lecz tworzenia hipotez – pomyślenia mechanizmu, którego jeszcze nie zaobserwowano. Einsteinowskie eksperymenty myślowe są archetypicznym przykładem tej właściwości: odkrycie rozpoczyna się czasem w chwili, gdy umysł potrafi przeprowadzić doświadczenie, którego laboratorium jeszcze nie jest w stanie wykonać. Oznacza to, że wyobraźnia posiada zarówno wymiar epistemiczny, jak i normatywny. Epistemiczny, ponieważ umożliwia badanie modeli rzeczywistości, kontrfaktycznych warunków oraz konsekwencji hipotez. Normatywny, ponieważ pozwala skonstruować wizję stanu, który jeszcze nie istnieje, a który uznajemy za lepszy.

Nie ma reformy bez wcześniejszej reprezentacji świata po reformie. Nie istnieje emancypacja bez możliwości pomyślenia siebie jako człowieka wolnego. Nie istnieje innowacja bez przejściowego zawieszenia przekonania, że obecne rozwiązanie wyczerpuje katalog opcji możliwych. Imaginacja nie zastępuje dowodu, lecz umożliwia powstanie tezy, którą można następnie poddać weryfikacji. W tym kontekście interesująca jest maksyma przypisywana Mae Jemison: nie należy pozwalać, aby granice cudzej wyobraźni stały się granicami własnego działania, ani własnymi granicami zamykać przestrzeni możliwości innym. Jej znaczenie wykracza poza motywacyjny aforyzm.

Wyobraźnia jako mechanizm reprodukcji i negocjacji między wolnością a kontrolą

Tekst opisuje mechanizm społecznej reprodukcji możliwego. Rodzina, szkoła, organizacja, klasa społeczna, zawód i kultura nie tylko przekazują informacje; przekazują również horyzont. Podpowiadają, jakie biografie są „dla takich jak my", jakie aspiracje uchodzą za rozsądne, które rodzaje wiedzy uznaje się za poważne, co wolno nazwać sukcesem i gdzie zaczyna się śmieszność.

Granica możliwego jest więc częściowo produkowana społecznie. To jeden z powodów, dla których w „Genogramie Wyobraźni" Vieten bada wpływy rodziny, kultury, społeczeństwa, doświadczenia oraz wartości ukrytych: człowiek nie wyobraża sobie w próżni. Równie ważne jest jednak twierdzenie odwrotne: wyobraźnia nie jest z definicji buntem przeciw ograniczeniom. Częściej niż chcieliby romantycy odtwarza ona istniejący porządek. Tutaj ujawnia się doniosłość Vietenowskiej "kserokopiarki".

Jeżeli przyszłość konstruujemy wyłącznie z najbardziej dostępnych wzorców przeszłości, imaginacja staje się mechanizmem konserwatywnym. Przewidujemy wtedy, że ludzie zachowają się tak, jak dotychczas; że instytucja zrobi to, co robiła wczoraj; że własna biografia musi reprodukować wcześniejsze niepowodzenia. W tym trybie wyobraźnia może znakomicie obsługiwać status quo – staje się symulatorem zamkniętym w bazie starych danych.

W tym miejscu pojawia się ważna korekta wobec jednego z najbardziej efektownych uproszczeń. Spotyka się ujęcie, które przeciwstawia generatywną imaginację „konserwatywnej" sieci stanu domyślnego (DMN) i sugeruje, że twórczy przełom wymaga jej wyciszenia. Współczesne badania wskazują jednak na bardziej subtelną architekturę. DMN uczestniczy bowiem w myśleniu wewnętrznie ukierunkowanym, pamięci autobiograficznej, semantyce, symulowaniu przyszłości, błądzeniu myślami i generowaniu skojarzeń. Kreatywność nie polega więc zwykle na prostym „wyłączeniu DMN". Badania sieciowe wskazują raczej na współpracę procesów spontanicznego generowania z systemami kontroli wykonawczej, które oceniają, selekcjonują i rozwijają pomysły.

Twórczy umysł nie potrzebuje wyłącznie chaosu ani wyłącznie kontroli; potrzebuje negocjacji między nimi. Paradoks ten okaże się jednym z głównych motywów dalszego wywodu. Wyobraźnia wymaga wolności, ale potrzebuje również granic. Musi odchodzić od danych, lecz nie może utracić zdolności powrotu do faktów. Potrzebuje generowania wielu możliwości, jednak działanie wymaga selekcji. Wymaga symbolu, mitu i metafory, ale nauka musi odróżniać metaforę od mechanizmu.

Potrzebuje marzenia o przyszłości, lecz futuremaking bez przeszkody, kosztu i planu szybko degeneruje się w fantazję życzeniową. Właśnie dlatego Vieten zestawia praktyki wyobrażeniowe z metodą WOOP Gabriele Oettingen, w której pozytywny rezultat zostaje skonfrontowany z realną przeszkodą i planem reakcji. Badania nad mental contrasting with implementation intentions wskazują, że skuteczność tej praktyki wynika nie z samego wizualizowania sukcesu, lecz ze sprzęgnięcia pożądanego celu z identyfikacją przeszkody oraz intencją wykonawczą. Można zatem zaproponować pierwszą, roboczą definicję, która poprowadzi przez dalsze części artykułu.

Wyobraźnia jako spektrum strategii poznawczych

Wyobraźnia to zdolność systemu poznawczego do konstruowania, modyfikowania i doświadczania reprezentacji stanów rzeczy nieobecnych w aktualnej percepcji, a następnie wykorzystywania ich do przewidywania, rozumienia, odczuwania, tworzenia i działania. Definicja ta jest celowo szersza niż samo pojęcie „obrazów w głowie". Obejmuje ona zarówno osobę widzącą wewnętrzne obrazy niemal fotograficznie, jak i kogoś z afantazją, kto operuje możliwościami przestrzennymi lub narracyjnymi bez fenomenologicznego „ekranu". Współczesne badania nad afantazją są właśnie z tego powodu tak doniosłe: dowodzą, że brak dobrowolnych obrazów wzrokowych nie oznacza braku myślenia, pamięci, inteligencji czy jakiejkolwiek formy symulacji. Badacze coraz wyraźniej traktują zróżnicowanie obrazowania mentalnego jako spektrum strategii poznawczych, a nie prostą skalę od „gorszego" do „lepszego" umysłu.

W tym punkcie filozoficzna opowieść Vieten spotyka się z jednym z najciekawszych odkryć współczesnej psychologii: nie istnieje jedna fenomenologia wyobraźni. Wewnętrzne światy ludzi mogą różnić się radykalnie, choć z zewnątrz ich zachowanie wydaje się podobne. Francis Galton już w XIX wieku zauważył ogromne różnice w żywości wyobrażeń wzrokowych; późniejsze badania wprowadziły pojęcia afantazji i hiperfantazji, pozwalając opisać krańce tego kontinuum. Przekazana notatka rozwija tę intuicję, zmierzając ku „Atlasowi Wyobraźni" i profilowi obejmującemu osiemnaście wymiarów oraz pięć szerszych trybów. Współczesna literatura potwierdza znaczne różnice indywidualne w żywości i modalności wyobrażeń, a badania z ostatnich lat coraz częściej wykorzystują afantazję jako naturalny eksperyment do testowania teorii świadomości i ucieleśnionego poznania. Jeżeli więc „Wielkie Spłaszczenie" ma mieć sens naukowo użyteczny, nie należy rozumieć go jako zaniku obrazów mentalnych. Osoba z afantazją może posiadać znakomitą zdolność generowania możliwości, podczas gdy hiperfantasta może pozostać intelektualnie uwięziony w kilku obsesyjnie powtarzanych scenariuszach.

Prawdziwe spłaszczenie zaczyna się nie tam, gdzie obraz jest niewyraźny, lecz tam, gdzie kurczy się przestrzeń alternatyw. Deficytem staje się nie brak mentalnego kina, ale brak pytania „co jeszcze?". W tej reinterpretacji koncepcja Vieten nabiera większej mocy: przestaje być pochwałą wizualizacji, a staje się teorią ludzkiej potencjalności. Prowadzi to do problemu, od którego zależy cała dalsza analiza.

Jeżeli wyobraźnia ma być „najstarszą ludzką technologią", należy wyjaśnić, jak powstała, z jakich systemów poznawczych korzysta i dlaczego przez tak długi czas historia filozofii oraz psychologii nie potrafiła uzgodnić nawet jej ontologicznego statusu. Aby odpowiedzieć na to pytanie, trzeba cofnąć się przed rezonans magnetyczny, psychologię eksperymentalną i laboratoria kognitywne – do momentu, w którym europejska refleksja po raz pierwszy uczyniła z obrazu wewnętrznego problem filozoficzny. Tam rozpoczyna się osobliwa historia phantasia: zdolności raz podejrzewanej o fałszowanie świata, raz uznawanej za warunek wszelkiego myślenia. Od phantasia do fMRI: dwa i pół tysiąca lat sporu o status wyobraźni. Historia wyobraźni to kronika nauki o czymś, z czego człowiek korzystał nieustannie, lecz czemu przez stulecia nie ufał. Nieufność ta nie była przypadkowa.

Wyobraźnia jako reprezentacja nieaktualna i jej status epistemologiczny

Wyobraźnia posiada właściwość epistemologicznie kłopotliwą: potrafi przedstawić umysłowi przedmiot, który nie znajduje się przed zmysłami, zdarzenie, które nigdy nie nastąpiło, osobę nieobecną, świat fizycznie niemożliwy, a nawet własną śmierć, której z definicji nie można doświadczyć jako zakończonego faktu autobiograficznego. Jest to zatem zdolność tworzenia reprezentacji bez jednoczesnego zobowiązania do uznania ich za rzeczywiste. Współczesna filozofia umysłu właśnie tę cechę uznaje za jeden z wyróżników imaginacji: możemy reprezentować to, co nieaktualne, kontrfaktyczne, przyszłe lub należące do perspektywy innej niż nasza, nie przyjmując zarazem, że tak rzeczywiście jest.

Już w tym rozróżnieniu tkwi zalążek całego późniejszego sporu. Percepcja mówi w przybliżeniu: „to jest". Przekonanie mówi: „uważam, że tak jest". Wyobraźnia może natomiast powiedzieć: „załóżmy, że tak jest", „co by było, gdyby tak było?" albo po prostu „zobaczmy, dokąd zaprowadzi nas ten obraz". Ta zawieszona modalność sprawia, że imaginacja staje się jednocześnie warunkiem odkrycia i potencjalnym źródłem błędu. Dzięki niej można wymyślić geometrię nieeuklidesową, konstytucję państwa, nieistniejącą maszynę lub fabułę tragedii, lecz ten sam mechanizm może wytworzyć urojenie, przesąd, fałszywe wspomnienie albo katastroficzną wizję przyszłości

traktowaną jak nieunikniony fakt. Od starożytności europejska filozofia próbuje więc rozstrzygnąć, czy wyobraźnia jest sługą poznania, jego rywalką, czy może jednym z warunków, bez których poznanie w ogóle nie mogłoby funkcjonować.

Platon ustawił poprzeczkę podejrzliwości niezwykle wysoko. Choć nie stworzył jednej zwartej, nowoczesnej „teorii wyobraźni", jego krytyka obrazu, imitacji i mimesis ustanowiła wzorzec intelektualny, którego echo słychać przez kolejne dwa tysiąclecia. Obraz może oddalać od prawdy, ponieważ przedstawia wygląd rzeczy, a nie jej istotę; imitacja zaś bywa kopią tego, co samo jest już jedynie niedoskonałym ucieleśnieniem idei. Platon stawia zatem problem, który powróci później w laboratoriach psychologii poznawczej pod zupełnie inną postacią: jaki jest epistemiczny status reprezentacji, która przypomina rzeczywistość, lecz rzeczywistością nie jest? W platońskim dziedzictwie zakorzenia się intuicja, że obraz mentalny powinien pozostawać pod nadzorem rozumu, gdyż sugestywność przedstawienia nie jest równoznaczna z jego prawdziwością. Współczesna definicja wyobrażenia jako reprezentacji pozbawionej koniecznego zobowiązania do aktualnej prawdziwości pokazuje, że starożytna podejrzliwość dotykała problemu wciąż centralnego. Arystoteles dokonał jednak zasadniczego przesunięcia.

W De Anima traktował phantasia jako odrębną zdolność psychiczną, powiązaną z percepcją, pamięcią, myśleniem i działaniem, lecz nieredukowalną do żadnej z nich. Stanford Encyclopedia of Philosophy podkreśla, że Arystoteles niekiedy ujmuje phantasia właśnie jako osobną władzę, sytuując ją obok percepcji i intelektu.

Wyobraźnia jako mediator między bodźcem a działaniem

Jest to ruch o ogromnym znaczeniu. Jeśli potrafimy wyobrazić sobie lwa w chwili, gdy nie ma go w pobliżu, przedstawienie to przestaje być czystą percepcją. Z kolei jeśli posiadamy obraz czegoś, nie uznając jednocześnie, że obiekt znajduje się przed nami, nie mamy do czynienia z przekonaniem. Phantasia zajmuje zatem przestrzeń pomiędzy odczuwaniem a sądzeniem – i to właśnie ta luka umożliwia działanie skierowane ku temu, co nieobecne. Arystotelesowska intuicja ma zadziwiająco współczesne konsekwencje: człowiek czy zwierzę nie muszą reagować wyłącznie na bodziec aktualny; mogą działać pod wpływem reprezentacji tego, czego w danej chwili nie spostrzegają. Wyobrażony pokarm może kierować ruchem w jego poszukiwaniu, podobnie jak wyobrażone niebezpieczeństwo może uruchomić odruch unikania.

Pomiędzy światem a działaniem pojawia się zatem mediator: obraz, reprezentacja, phantasma. Oznacza to zerwanie z najprostszym modelem organizmu jako automatu odpowiadającego bodźcem na bodziec. W tym punkcie historia pojęcia wyobraźni zaczyna splatać się z historią teorii sprawstwa. Organizm zdolny do wyobrażenia sobie nieobecnego może działać nie tylko wobec tego, co jest, lecz wobec tego, co przewiduje.

Późniejsza tradycja arystotelesowska przez stulecia nie traktowała wyobraźni jedynie jako poetyckiego ornamentu. Phantasia przeniknęła do teorii poznania stoików, epikurejczyków, myślicieli średniowiecznych i wczesnonowożytnych, współtworząc język opisu relacji między zmysłowością, pamięcią a intelektem. Z dzisiejszej perspektywy szczególnie interesujące jest to, że już wtedy zarysował się problem powracający w książce Vieten: człowiek poznaje świat nie jako bierny odbiornik kompletnego strumienia danych, lecz poprzez aktywne konstruowanie reprezentacji. To, co Vieten opisuje metaforami "szwajcarskiego sera" rzeczywistości i wyobraźni cerującej brakujące miejsca, posiada więc odległego intelektualnego przodka w pytaniu o to, jak phantasia pośredniczy pomiędzy doświadczeniem zmysłowym a tym, co umysł potrafi z tego doświadczenia uczynić. Nowożytność zmieniła jedynie język tego problemu.

René Descartes rozdzielił substancję myślącą i rozciągłą, jednak jego ujęcia wyobraźni nie należy sprowadzać do prostego stwierdzenia, że „zdegradował” ją do funkcji niewartej uwagi. Kartezjusz próbował wpisać wyobrażenie w fizjologiczny mechanizm relacji ciała i duszy. W "Treatise of Man" wiązał powierzchnię szyszynki między innymi z powstawaniem obrazów; gruczoł ten odgrywał w jego koncepcji kluczową rolę w percepcji, pamięci, imaginacji oraz inicjowaniu ruchu. Choć dziś wiemy, że jego anatomia i fizjologia były błędne, intelektualnie istotny pozostaje inny aspekt: wyobraźnia została tu potraktowana jako proces posiadający materialny komponent organizmu. Paradoksalnie więc Kartezjusz, którego dualizm często oskarża się o rozdarcie nowoczesnej refleksji nad umysłem i ciałem, przyczynił się do postawienia pytania kluczowego dla współczesnej neuronauki: jaki mechanizm fizyczny odpowiada stanom reprezentacyjnym przeżywanym jako wewnętrzne obrazy? Jego odpowiedź – szyszynka, „duchy zwierzęce” i mechaniczny przepływ pobudzeń – została odrzucona, lecz struktura pytania przetrwała. Współczesny badacz zamiast pytać: „gdzie dusza ogląda obraz?”, zastanawia się, jakie sieci mózgowe umożliwiają generowanie reprezentacji sensorycznej przy braku odpowiedniego bodźca zewnętrznego. Zmienił się aparat badawczy, lecz ciągłość problemu jest uderzająca. Kolejny przełom filozoficzny przyniósł Immanuel Kant.

Wyobraźnia jako aktywny mechanizm syntezy i różnorodności poznawczej

Wyobraźnia przestaje u niego być jedynie magazynem obrazów, a staje się jednym z mechanizmów syntezy. To przesunięcie kluczowe: doświadczenie nie jest prostym odbiciem gotowego świata, lecz wymaga organizacji materiału zmysłowego w spójną strukturę poznawczą. W Kantowskim aparacie Einbildungskraft uczestniczy w łączeniu reprezentacji; w sferze estetyki może natomiast wejść w „swobodną grę", nie będąc całkowicie podporządkowana już istniejącym pojęciom. Mówiąc współcześnie, Kant przesunął imaginację z peryferii poznania do jego samej architektury. Ten zwrot ma fundamentalne znaczenie dla późniejszej myśli Vieten.

Jeśli wyobraźnia uczestniczy w konstruowaniu doświadczenia, nie możemy już mówić o świecie „czystym" i o wyobraźni jako wtórnym dodatku deformującym jego obraz. Percepcja człowieka jest od początku organizowana przez system poznawczy. Vieten radykalizuje tę intuicję w metaforze rzeczywistości przypominającej ser pełen otworów: dane sensoryczne są niepełne, a umysł tworzy z nich operacyjną całość. Oczywiście Kantowska synteza transcendentalna i współczesne teorie przetwarzania percepcyjnego należą do różnych porządków teoretycznych i nie wolno przedstawiać jednej jako historycznej wersji drugiej. Łączy je jednak wspólny problem filozoficzny: podmiot nie jest wyłącznie lustrem odbijającym gotowe dane.

Romantyzm wyniósł wyobraźnię jeszcze wyżej, czyniąc z niej władzę twórczą. Od tego momentu coraz wyraźniej oddzielać się będą dwa znaczenia imaginacji, które do dziś bywają bezrefleksyjnie mieszane: zdolność reprezentowania nieobecnego oraz zdolność tworzenia nowego. Można dysponować niezwykle żywymi obrazami mentalnymi i nie być szczególnie kreatywnym; można też kreować radykalnie nowe idee, nie doświadczając przy tym bogatej wizualizacji. Rozróżnienie to stanie się w XXI wieku szczególnie istotne dzięki badaniom nad afantazją. Już wtedy jednak zaczyna kształtować się kulturowa kariera romantycznego mitu „twórczej wyobraźni", który później przekształcił artystę w figurę człowieka obdarzonego szczególnym organem wewnętrznego widzenia.

Nauka XIX wieku zareagowała na te spekulacje w sposób charakterystyczny dla nowoczesności: zaczęła mierzyć. Francis Galton w 1880 roku opublikował w „Mind" pracę Statistics of Mental Imagery. Jego metoda była niemal komicznie prosta w porównaniu ze współczesnym fMRI: prosił badanych, aby przypomnieli sobie stół podczas śniadania i opisali jakość wewnętrznego przedstawienia – między innymi jego oświetlenie, wyrazistość oraz barwy. Rezultat był epistemologicznie potężniejszy niż technologia badawcza.

Ludzie posługujący się tym samym sformułowaniem „wyobrażam sobie” relacjonowali radykalnie odmienne doświadczenia. Galton odkrył zatem coś, co nauka w pełni zacznie doceniać dopiero ponad sto lat później: introspekcyjne słownictwo może maskować neurofenomenologiczną różnorodność. Dwie osoby mogą powiedzieć „widzę w myślach dom”, podczas gdy jedna doświadcza niemal barwnej sceny, druga bladego konturu, a trzecia nie przeżywa żadnego obrazu i jedynie „wie”, jak ten dom wygląda.

Od afantazji do behawiorystycznego wygnania wyobraźni

Źródło słusznie umieszcza Galtonowski "stół śniadaniowy" w genealogii neurobioróżnorodności wyobraźni. W 2015 roku Adam Zeman, Michaela Dewar i Sergio Della Sala wprowadzili termin „afantazja”, by opisać znaczne ograniczenie lub całkowity brak zdolności do dobrowolnego obrazowania mentalnego. Okazało się zatem, że pytanie Galtona nie było jedynie dziewiętnastowieczną ciekawostką, lecz otwierało problem jednego z najbardziej niezwykłych i niewidocznych wymiarów ludzkiej różnorodności. Drugim eksperymentem o znaczeniu niemal archetypicznym była praca Mary Cheves West Perky z 1910 roku.

Badani mieli wyobrażać sobie obiekty, podczas gdy na ich percepcję niepostrzeżenie nakładano bardzo słabe bodźce rzeczywiste. Klasyczna interpretacja „efektu Perky'ego” sugerowała, że uczestnicy mogli potraktować ten słaby sygnał jako element własnego obrazu mentalnego, co wskazywało na funkcjonalne przenikanie się wyobraźni i percepcji. Należy jednak – i jest to istotna korekta wobec popularnych interpretacji tego badania – nie traktować pracy Perky jako ostatecznego dowodu na to, że wyobrażenie i widzenie są introspekcyjnie nierozróżnialne. Współczesne analizy historyczne i filozoficzne podważają tak radykalną tezę, wskazując na bardziej subtelne odczytania. Różnica ta jest kluczowa, gdyż oddziela popularyzację od rzetelnej nauki. Popularna narracja preferuje zdania absolutne: „mózg nie odróżnia wyobraźni od rzeczywistości”. Nauka odpowiada: odróżnia, choć nie zawsze czyni to za pomocą całkowicie odrębnych mechanizmów. Percepcja i wyobrażenie mogą korzystać z częściowo nakładających się reprezentacji i wpływać na siebie nawzajem, nie będąc procesami identycznymi. Rozróżnienie to okaże się niezwykle ważne w kontekście analizy bólu, placebo, treningu mentalnego, lęku czy psychodelików. Siła wyobraźni nie wymaga bowiem neurologicznego mitu o całkowitym zatarciu granicy między faktem a fantazją.

Na początku XX wieku rozwój badań nad wewnętrznym doświadczeniem został jednak gwałtownie zahamowany przez behawioryzm. Manifest Johna B. Watsona z 1913 roku definiował psychologię

jako obiektywną naukę eksperymentalną, której celem było przewidywanie i kontrola zachowania; introspekcja przestała być uznawana za niezbędny element metodologii. Trudno przecenić historyczne znaczenie tego zwrotu.

Behawioryzm pomógł psychologii zerwać z arbitralnością spekulacji, lecz ceną tego zwycięstwa było wykluczenie z pola badawczego wielu zjawisk tylko dlatego, że nie dysponowano jeszcze metodami ich obiektywnego pomiaru. Obraz mentalny został objęty metodologicznym embargiem. Nie był to jednak dowód na to, że obrazy przestały istnieć, lecz świadectwo tego, że metodologia wyznacza granice naukowego widzenia. Zjawisko pozbawione narzędzi pomiarowych łatwo zostaje uznane za niegodne uwagi nauki. Historia wyobraźni jest pod tym względem pouczającą lekcją epistemologii: obiekt może zniknąć nie dlatego, że go nie ma, lecz dlatego, że aktualny aparat badawczy nie potrafi go uchwycić. Watson nie „obalił" wyobraźni; zmienił jedynie kryterium tego, co psychologia uznaje za dopuszczalny przedmiot wyjaśnienia. W przekazanej notatce okres ten określany jest wręcz jako czas wygnania imaginacji z laboratorium. Metafora ta, choć mocna, trafnie oddaje ówczesną zmianę klimatu metodologicznego.

Powrót wyobraźni do nauki i spór o format reprezentacji

Powrót do badań nad wyobraźnią nastąpił wraz z rewolucją poznawczą. Umysł ponownie można było traktować jako system przetwarzania informacji, o ile formułowane modele pozwalały na testowalne przewidywania. Jednym z najciekawszych przykładów był eksperyment Rogera Sheparda i Jacqueline Metzler z 1971 roku dotyczący rotacji mentalnej trójwymiarowych figur. Badani oceniali, czy prezentowane obiekty są identyczne po obrocie, czy stanowią odrębne konstrukcje. Czas reakcji wzrastał proporcjonalnie do zwiększania kąta rotacji.

Wynik ten sugerował, że uczestnicy nie dokonują jedynie abstrakcyjnego i natychmiastowego porównania symboli, lecz wykonują operację funkcjonalnie zbliżoną do stopniowego obracania reprezentacji w przestrzeni mentalnej. Znaczenie tego odkrycia miało wymiar niemal filozoficzny. Po dekadach sceptycyzmu obraz mentalny powrócił do laboratorium nie jako subiektywne zeznanie introspekcyjne, lecz jako proces pozostawiający mierzalny ślad w czasie reakcji. Nie trzeba było pytać badanych, czy „naprawdę widzą" obracający się obiekt w głowie; wystarczyło zbadać matematyczną zależność między kątem a czasem decyzji. Wyobraźnia dostała własną metrologię. To jeden z tych momentów, w których historia nauki przypomina opowieść o powrocie wygnańca: pojęcie wcześniej uznawane za zbyt miękkie staje się przedmiotem twardego eksperymentu.

Równolegle Alan Baddeley i Graham Hitch rozwijali wielokomponentowy model pamięci roboczej. W tym ujęciu informacje wizualne i przestrzenne obsługuje wyspecjalizowany system, znany

później jako notatnik wzrokowo-przestrzenny (visuospatial sketchpad). Wyobraźnia została zatem ponownie wpisana w funkcjonalną architekturę poznania: człowiek może tymczasowo przechowywać i manipulować informacją przestrzenną, tworząc wewnętrzne układy niezbędne do orientacji, planowania, rotacji obiektów czy przewidywania ruchu. Potwierdza to istotną intuicję Vieten: imaginacja nie jest pojedynczym „talentem artystycznym", lecz systemem pomocniczym wspierającym wiele różnych kompetencji. W latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych wybuchł jednocześnie słynny spór o format reprezentacji.

Stephen Kosslyn i zwolennicy ujęć obrazowych argumentowali, że część operacji mentalnych zachowuje przestrzenne i „obrazopodobne" właściwości. Zenon Pylyshyn twierdził natomiast, że dane interpretowane jako dowód istnienia wewnętrznych obrazów można wyjaśnić za pomocą abstrakcyjnych, propozycjonalnych struktur reprezentacji, przypominających raczej opis niż obraz. Jego tekst z 1973 roku stał się jednym z klasycznych ataków na literalne traktowanie „oka umysłu" jako wewnętrznego ekranu. Spór ten był znacznie głębszy niż semantyczna kłótnia o słowo „obraz" – dotyczył pytania, w jakiej postaci umysł przechowuje i przetwarza informacje. Czy wyobrażając sobie Warszawę, mózg tworzy reprezentację zachowującą relacje przestrzenne podobne do widoku mapy, czy raczej operuje czymś analogicznym do zbioru abstrakcyjnych twierdzeń (np. że Pałac Kultury znajduje się względem określonych miejsc w konkretnych relacjach)? A może przeciwstawienie to jest zbyt proste i system poznawczy wykorzystuje różne formaty reprezentacji zależnie od zadania? Współczesna perspektywa coraz częściej skłania ku tej ostatniej odpowiedzi. Wyobraźnia może korzystać z reprezentacji sensorycznych, przestrzennych, semantycznych, emocjonalnych i motorycznych, a redukowanie jej do jednego formatu byłoby równie zwodnicze, co sprowadzenie języka wyłącznie do dźwięku.

Rozwój PET, a następnie fMRI, zmienił warunki debaty. Badania wykazały, że obrazowanie mentalne może angażować te same obszary sensoryczne, które uczestniczą w percepcji, włącznie – w określonych zadaniach – z topograficznie zorganizowanymi obszarami kory wzrokowej.

Wyobraźnia jako rozproszona architektura sieciowa

Nie oznaczało to jednak triumfalnego dowodu na to, że „Kosslyn miał rację we wszystkim, a Pylyshyn się mylił". Neuroobrazowanie ujawniło funkcjonalne nakładanie się systemów, lecz pytanie o format reprezentacji okazało się bardziej złożone niż prosty spór między obrazem a zdaniem. Współczesna neuronauka rzadziej szuka jednego kodu wyobraźni; interesuje ją raczej to, jak rozproszone sieci integrują pamięć, percepcję, kontrolę poznawczą, reprezentacje semantyczne i

doświadczenie sensoryczne. W tym miejscu historia prowadzi nas bezpośrednio do projektu Cassandry Vieten.

Jej interdyscyplinarność nie polega na odkryciu nowego „ośrodka wyobraźni", lecz na syntezie tradycji, które przez lata rozwijały się osobno. Od Arystotelesa przejmuje powagę phantasia jako funkcji pośredniczącej między światem a działaniem; z nurtu kantowskiego czerpie przekonanie, że umysł aktywnie współkonstruuje doświadczenie; z psychologii Galtona – zainteresowanie różnicami indywidualnymi; z badań Perky – pytanie o granicę percepcji i obrazu. Z rewolucji kognitywnej wywodzi możliwość eksperymentalnego badania reprezentacji, a ze współczesnej neuronauki przekonanie o częściowo wspólnej infrastrukturze percepcji i obrazowania. Vieten trafnie odtwarza tę genealogię poprzez postacie Galtona, Perky, Sheparda, Metzler, Baddeleya i Kosslyna.

Jednocześnie Vieten dokonuje ruchu charakterystycznego dla syntetyka, a nie badacza pojedynczego mechanizmu. Pyta nie tylko o to, „jak działa mental imagery?", lecz przede wszystkim: „co człowiek może zrobić ze zdolnością reprezentowania nieobecnego?". To przesunięcie od deskrypcji ku zastosowaniu przejawia się w jej projekcie poprzez psychologię zdrowia, kreatywność, badania nad sensem, futuremaking, uważność oraz doświadczenia numinotyczne. W ścisłej terminologii należy jednak uważać, by tak szerokiego programu nie przedstawiać jako jednolitej, potwierdzonej teorii neuronaukowej. Jest to raczej interdyscyplinarna architektura interpretacyjna zbudowana nad kilkoma dobrze udokumentowanymi zjawiskami psychologii poznawczej.

Historia wyobraźni uczy bowiem również epistemicznej pokory. W każdej epoce badacze mieli skłonność do absolutyzowania dostępnej metafory: dla starożytnych był to phantasma, dla Kartezjusza mechaniczny ślad związany z szyszynką, dla XIX wieku obraz introspekcyjny, dla behawioryzmu podejrzany relikt subiektywizmu, dla wczesnej psychologii poznawczej reprezentacja przetwarzana jak obiekt przestrzenny, a dla współczesności – wzorzec aktywności sieci neuronalnych. Żadna z tych metafor nie wyczerpuje całej wyobraźni; technika badawcza oświetla jedynie fragment zjawiska, co może prowadzić do mylnego utożsamienia części z całością.

Pojęcie „oka umysłu" jest zatem jednocześnie użyteczne i zwodnicze. Użyteczne, gdyż część ludzi rzeczywiście przeżywa wyobrażenia jako doświadczenia quasi-wzrokowe; zwodnicze, ponieważ sugeruje, że wszelka wyobraźnia musi mieć charakter wizualny. Afantazja podważa to założenie. Osoby z bardzo ograniczoną dobrowolną wizualizacją mogą zachowywać rozumienie przestrzeni, wiedzę semantyczną i zdolność twórczego rozwiązywania problemów. W konsekwencji neurobioróżnorodność wyobraźni nie jest marginalnym przypisem do teorii, lecz eksperymentem naturalnym wymuszającym zmianę samej definicji.

Można już dostrzec, dlaczego Vieten odwołuje się do Tolkienowskiego motywu zaczynania od mapy. W badaniu imaginacji potrzebujemy mapy właśnie dlatego, że historycznie zbyt długo traktowaliśmy całe terytorium jak jeden kraj. „Wyobraźnia" może oznaczać żywość obrazu, manipulowanie przestrzenią, symulowanie przyszłości, doświadczenie kinestetyczne, narrację autobiograficzną, empatyczną rekonstrukcję cudzej perspektywy, spontaniczne fantazjowanie, transformację symbolu lub generowanie radykalnej nowości. Zdolności te korelują ze sobą, lecz nie są jednym parametrem.

Z tej perspektywy dwa i pół tysiąca lat sporu nie kończy się prostym zwycięstwem neuronauki nad filozofią. Przeciwnie: im dokładniej nauka mierzy wyobraźnię, tym wyraźniej powracają pytania filozoficzne. Co właściwie znaczy „reprezentować"? Czy obraz mentalny musi być świadomy? Czy można wyobrażać sobie bez fenomenologicznego obrazu? Gdzie przebiega granica między pamięcią a konstrukcją? Jak umysł rozpoznaje własny produkt jako wyobrażony, zamiast uznać go za percepcję? Dlaczego reprezentacja nieobecnego może zmieniać tętno, emocje i zachowanie?

Jak system zdolny do symulacji znanego przechodzi do generowania tego, czego nigdy wcześniej nie znał? Odpowiedzi nie znajdują się już w jednym miejscu mózgu, jak chciałby Kartezjusz, ani w jednym pojęciu filozoficznym. Trzeba przejść od historii idei do architektury sieciowej. Następnym krokiem jest zejście poziom niżej – do mechaniki mózgu, w której percepcja, pamięć, hipokamp, kora sensoryczna, sieć stanu domyślnego oraz system kontroli wykonawczej wspólnie budują zdolność człowieka do oglądania świata, którego przed jego oczami jeszcze nie ma. Neuroarchitektura wyobraźni: mózg jako symulator tego, czego nie ma.

Historia pojęcia prowadziła od phantasia ku laboratorium, lecz współczesna neuronauka zmusza do porzucenia kolejnej intuicji: w mózgu nie istnieje pojedynczy „generator wyobraźni". Nie ma anatomicznego odpowiednika ekranu, na którym wewnętrzny obserwator oglądałby obrazy świata nieobecnego. Wyobrażenie powstaje raczej jako chwilowa konfiguracja rozproszonego systemu łączącego zasoby pamięci, reprezentacje sensoryczne, wiedzę semantyczną, emocje, orientację przestrzenną i kontrolę wykonawczą. Badania obrazowania mentalnego potwierdzają tę architekturę sieciową: wyobrażanie angażuje obszary od kory wzrokowej i ciemieniowej po regiony przedczołowe, a konkretna konfiguracja zależy od tego, czy przywołujemy obraz, ruch, zdarzenie autobiograficzne, przestrzeń czy hipotetyczną przyszłość. Ta sieciowość znakomicie współgra z metaforą „ośmiornicy" wykorzystywaną w materiale Vieten.

Wyobraźnia jako percepcja odwrócona i funkcja emergentna

Wyobraźnia nie funkcjonuje obok pamięci, kreatywności czy planowania jak kolejny przedmiot ustawiony na półce funkcji psychicznych. Jej "macki" wchodzą w te procesy, dostarczając im reprezentacji tego, czego w danej chwili nie zapewniają zmysły. Vieten ujmuje pamięć jako rekonstrukcję przeszłości, planowanie jako symulację przyszłych stanów, a kreatywność jako przetwarzanie materiału generowanego wewnętrznie. Metafora ta jest trafna pod jednym warunkiem: nie wolno z niej wyprowadzać wniosku o istnieniu pojedynczego biologicznego systemu "wyobraźni", analogicznego do konkretnego narządu. Mamy raczej do czynienia z funkcją emergentną, której przejaw powstaje dzięki współpracy wielu systemów wyspecjalizowanych pierwotnie również w innych zadaniach.

Najbardziej intuicyjnym przykładem jest wyobraźnia wzrokowa. Kiedy człowiek patrzy na czerwony okrąg, informacja sensoryczna biegnie od siatkówki przez struktury podkorowe do kory wzrokowej i dalej przez hierarchię obszarów analizujących barwę, formę, położenie oraz znaczenie obiektu. Gdy jednak zamyka oczy i dobrowolnie wyobraża sobie ten sam czerwony okrąg, brakuje dopływu informacji ze świata zewnętrznego. Reprezentacja musi zostać zatem skonstruowana "od góry", poprzez sygnały zwrotne pochodzące z wyższych poziomów systemu poznawczego. Badanie z wykorzystaniem laminarnego fMRI o rozdzielczości 7 tesli, opublikowane w 2024 roku, wykazało, że treść dobrowolnego wyobrażenia barwy można dekodować przede wszystkim z głębszych warstw pierwotnej kory wzrokowej V1 – czyli obszarów szczególnie istotnych dla informacji zwrotnej docierającej z innych części mózgu. Odkrycie to pozwala nadać naukowy sens metaforze wyobraźni jako "percepcji odwróconej". W percepcji dominujący kierunek prowadzi od bodźca ku coraz bardziej złożonym interpretacjom; w dobrowolnym obrazowaniu reprezentacja może zostać zapoczątkowana przez pamięć, zamiar lub pojęcie, a następnie poprzez połączenia zwrotne częściowo odtworzyć aktywność systemów sensorycznych.

Nie jest to jednak film odtwarzany dokładnie w tych samych obwodach. To samo badanie z 2024 roku wykazało, że wyobrażenie, percepcja i iluzja wzrokowa pozostawiają częściowo odmienne sygnatury w warstwach V1. Autorzy stwierdzili wręcz, że treść wyobrażona nie generalizowała w prosty sposób do reprezentacji percepcyjnych lub iluzorycznych. Mózg zatem nie tylko potrafi wytwarzać percepcjopodobne doświadczenie bez bodźca, ale zachowuje informacje pozwalające odróżnić źródła tego przeżycia. W tym miejscu należy szczególnie ostrożnie obchodzić się z jednym z najbardziej rozpowszechnionych sloganów psychologii popularnej: "mózg nie odróżnia tego, co

wyobrażone, od tego, co realne". Zdanie to jest retorycznie atrakcyjne, lecz naukowo zbyt kategoryczne.

Gdyby było dosłownie prawdziwe, zwykłe wyobrażenie czerwonego jabłka miałoby charakter halucynacji, a fantazjowanie o otwartych drzwiach powodowałoby, że człowiek próbowałby przez nie przejść. Tymczasem codzienne wyobrażenia są zazwyczaj fenomenologicznie oddzielone od świata zewnętrznego. W badaniu Bergmann i współpracowników autorzy podkreślają właśnie, że dobrowolne obrazy mentalne zwykle są subiektywnie odseparowane od rzeczywistości, podczas gdy iluzje i halucynacje mogą być przeżywane jako osadzone w świecie zewnętrznym. Prawdziwa teza jest subtelniejsza, a przez to ciekawsza: wyobraźnia może korzystać z części tej samej infrastruktury co percepcja i dzięki temu wpływać na emocje, decyzje oraz późniejsze spostrzeganie, nie tracąc jednocześnie własnego znacznika źródła. Wyobrażenie jest więc nie tyle fałszywą percepcją, ile percepcją zasilaną innym kierunkiem informacji. Można tę różnicę porównać do teatru. Podczas percepcji scenografia jest w dużej mierze narzucona z zewnątrz; podczas wyobrażenia teatr korzysta z własnego magazynu dekoracji. Aktorzy mogą być ci sami, scena podobna, a nawet światło padać na te same fragmenty przestrzeni, lecz reżyseria pochodzi z innego źródła.

Hipokamp jako generator scen i nawigacja przyszłości

W języku neuronauki oznacza to większy udział przetwarzania zwrotnego, pamięciowego i kontrolnego. Dzięki temu treści mentalne mogą być na tyle "sensoryczne", by wpływać na zachowanie, a jednocześnie pozostawać wystarczająco odmienne od percepcji, aby zdrowy system poznawczy wiedział, że sam je wytworzył.

Drugim centralnym elementem tej architektury jest hipokamp. Przez dekady opisywano go głównie jako strukturę związaną z pamięcią epizodyczną i orientacją przestrzenną. Badania nad prospekcją wykazały jednak, że ten sam system uczestniczy w wyobrażaniu sobie zdarzeń, które nigdy nie miały miejsca. W licznych eksperymentach przywoływanie przeszłych epizodów oraz konstruowanie przyszłych scen uruchamia wspólną sieć, obejmującą hipokamp oraz regiony kory przyśrodkowej i ciemieniowej. Co więcej, niektóre badania wskazują na zwiększone zaangażowanie hipokampa podczas tworzenia nowych wizji przyszłości w porównaniu z odtwarzaniem scen wyobrażonych wcześniej; potwierdza to hipotezę, że uczestniczy on w rekombinacji elementów doświadczenia w nowe konfiguracje.

Znaczenie tego odkrycia jest fundamentalne. Pamięć nie okazuje się archiwum przeznaczonym wyłącznie do konserwowania przeszłości, lecz staje się magazynem części zamiennych dla przyszłości. Twarz znanej osoby, układ mieszkania, uczucie towarzyszące sukcesowi, fragment

krajobrazu czy zdanie zasłyszane dekadę temu – elementy zapisane w różnych momentach życia mogą zostać zdekomponowane i złożone ponownie w scenę, która nigdy nie zaistniała. Wyobraźnia generatywna nie musi zatem tworzyć ex nihilo; jej niezwykłość polega na zdolności do nieoczywistej rekombinacji. Neurobiologia udziela tu nieoczekiwanego wsparcia starej intuicji Mary Shelley, przywoływanej przez Vieten: inwencja potrzebuje materiału, zanim zacznie przekształcać chaos w formę.

Jedna z wpływowych hipotez, teoria konstruowania scen, przypisuje hipokampowi szczególną rolę w budowaniu przestrzennie spójnych reprezentacji środowiska. Zgodnie z tym ujęciem pamiętanie epizodu, wyobrażanie sobie fikcyjnego miejsca, nawigowanie i projektowanie przyszłego wydarzenia różnią się celami, lecz wszystkie wymagają zdolności złożenia elementów w koherentną scenę przestrzenną. Badania fMRI wykazały m.in., że aktywność hipokampalna wzrasta wraz z liczbą granic przestrzennych, które trzeba skonstruować w wyobrażonej scenie. Hipokamp nie jest więc "projektorem marzeń", lecz systemem umożliwiającym tworzenie struktury, w której wyobrażone obiekty mogą zostać osadzone.

Jeszcze ciekawszy staje się ten mechanizm w kontekście działania celowego. Badania nad planowaniem i nawigacją pokazują, że reprezentacje hipokampalne zawierają informacje o sekwencjach prowadzących ku celowi. Wyobrażona przyszłość nie jest zatem jedynie obrazkiem oczekującym na spełnienie, lecz może stać się strukturą nawigacyjną: hipotetycznym stanem końcowym, wobec którego organizowane są drogi dojścia. Tutaj neurobiologia spotyka się bezpośrednio z koncepcją futuremakingu Vieten. "The Next You" można interpretować nie jako magiczne przywoływanie przyszłej osoby, lecz jako budowanie na tyle określonej reprezentacji stanu docelowego, aby mogła ona uczestniczyć w selekcji działań w teraźniejszości.

Nie oznacza to jednak, że samo wyobrażenie celu przeprogramowuje układ nerwowy w sposób gwarantujący jego osiągnięcie – takie twierdzenie przekraczałoby materiał dowodowy. Prospekcja może zwiększać dostępność określonych scenariuszy, pomagać w planowaniu i łączyć odległy rezultat z konkretnymi sekwencjami działania, lecz pomiędzy reprezentacją a wykonaniem pozostają motywacja, warunki środowiskowe, umiejętności, konflikt celów, zasoby i przypadek. Dlatego naukowo ciekawsza wersja futuremakingu brzmi nie "wyobraź sobie, a stanie się", lecz "wyobraź sobie na tyle precyzyjnie, aby móc testować drogę do tego, co jeszcze nie istnieje". Jest to różnica między magią życzeniową a prospekcją. Do tego systemu należy również Default Mode Network – sieć stanu domyślnego. Sama nazwa bywa myląca, gdyż "default" może sugerować bierny stan jałowego oczekiwania.

Kreatywność jako synchronizacja sieci neuronalnych

DMN wiąże się przede wszystkim z poznaniem ukierunkowanym do wewnątrz: pamięcią autobiograficzną, refleksją nad sobą i innymi, swobodnym błądzeniem myśli, symulowaniem zdarzeń oraz konstruowaniem narracji wykraczających poza aktualny bodziec. DMN bywa określana mianem "poznawczego konserwatysty", który łączy spontaniczną aktywność z utrwalonymi schematami tożsamości, przeciwstawiając tę funkcję radykalnej generatywności. Jako metafora psychologiczna ma ona swoją wartość, jednak jako opis neuronaukowy wymaga doprecyzowania.

DMN nie jest bowiem antagonistą twórczości. Przeciwnie – jej udział w spontanicznym generowaniu skojarzeń czyni ją kluczowym elementem kreatywnego myślenia. Współczesne badania wskazują, że kreatywność wyłania się ze współdziałania co najmniej trzech wielkoskalowych systemów: sieci stanu domyślnego, sieci kontroli wykonawczej oraz sieci istotności. Eksperymenty analizujące fazy generowania i oceniania pomysłów ujawniają dynamiczną interakcję tych układów, a nie prostą zależność typu "DMN włączona – stereotyp, DMN wyłączona – geniusz". Relację tę lepiej oddaje metafora orkiestry: DMN dostarcza swobodnego materiału autobiograficznego i asocjacyjnego; sieć kontroli wykonawczej podporządkowuje go wymaganiom zadania, odrzuca banalne pomysły, pilnuje reguł lub ocenia wykonalność; system istotności natomiast pomaga przełączać uwagę między konkurującymi źródłami informacji. Twórczy moment "aha" nie jest więc chwilą kapitulacji kontroli przed nieświadomością, lecz specyficzną synchronizacją generowania i selekcji. Badania nad stanem flow z 2026 roku potwierdzają to, wskazując na zwiększoną funkcjonalną łączność między siecią domyślną a wykonawczą jako mechanizm sprzyjający kreatywności. Taka architektura pozwala zachować intuicję Vieten, unikając jednocześnie zbyt uproszczonego modelu mózgu.

"Tyrania Ja" nie musi zatem oznaczać biologicznej tyranii DMN. Może odnosić się do dominacji określonych nawyków predykcyjnych, narracji autobiograficznych i wyuczonych schematów, które ograniczają repertuar możliwych rozwiązań. Problemem nie jest samo istnienie sieci domyślnej, lecz sztywność systemu: niemożność zmiany perspektywy, aktualizacji modelu czy dopuszczenia reprezentacji sprzecznych z dotychczasową opowieścią o sobie. Wyobraźnia generatywna nie wymaga więc "wyłączenia Ja", lecz stworzenia takiej dynamiki poznawczej, w której Ja przestaje być jedynym dopuszczalnym redaktorem przyszłości. Kierunek tych zmian w neuronauce obrazuje inny przykład z aktualnych badań.

W 2024 roku badacze wykorzystujący wysokorozdzielcze fMRI wykazali, że informacje dotyczące wyobrażenia mogą być kodowane w głębszych warstwach V1, podczas gdy fizyczna percepcja barwy

jest dekodowalna znacznie szerzej w obrębie kory. W praktyce oznacza to, że pytanie o to, czy wyobraźnia korzysta z tej samej kory co widzenie, jest zbyt proste. Właściwe pytanie brzmi: w jaki sposób ta sama tkanka neuronalna uczestniczy w różnych kierunkach przepływu informacji i odmiennych konfiguracjach świadomości? Przejście od mapowania obszarów do badania obwodów, warstw i kierunków komunikacji to jeden z najważniejszych postępów współczesnej neuronauki wyobraźni. Podobnie należy postrzegać relację obrazowania i pamięci roboczej. Notatnik wzrokowo-przestrzenny Baddeleya pozostaje użytecznym modelem funkcjonalnym, lecz nowsze dane pokazują, że mentalne utrzymywanie lub manipulowanie reprezentacją rekrutuje sensoryczne obszary korowe oraz połączenia z ośrodkami kontrolnymi. W tym modelu nie istnieje jeden "magazyn obrazu"; reprezentacja jest stanem chwilowo podtrzymywanym przez rozproszone układy.

Badanie percepcji i rotacji mentalnej przy użyciu fMRI 7 Tesli wykazało, że jednocześnie spostrzegana i transformowana mentalnie treść może być kodowana w różnych głębokościach tej samej pierwotnej kory wzrokowej. To niezwykle eleganckie rozwiązanie biologiczne: jeden obszar służy zarówno odczytywaniu świata, jak i manipulowaniu jego wewnętrzną reprezentacją, ponieważ różne strumienie informacji docierają do odmiennych mikroobwodów. Wyobraźnia okazuje się zatem systemem wielokierunkowym. Zmysły dostarczają danych "od dołu", pamięć i wiedza materiału "od wewnątrz", hipokamp pozwala rekonfigurować elementy w sceny i sekwencje, sieci asocjacyjne generują możliwości, a systemy kontrolne pomagają utrzymać cel, ocenić pomysł i skierować reprezentację ku działaniu. To, co fenomenologicznie jawi się jako proste doświadczenie – "wyobrażam sobie, że jutro stoję na scenie przed publicznością" – jest w rzeczywistości kompozycją przestrzeni, obrazu ciała, pamięci sali, przewidywania reakcji społecznych, emocji, wiedzy o wydarzeniu i reprezentacji przyszłego Ja.

Wyobraźnia jako ewolucyjny system symulacji i predykcji

Z punktu widzenia ewolucji taki system daje ogromną przewagę. Organizm nie musi uczyć się wyłącznie poprzez bezpośrednie zetknięcie z konsekwencjami; może przeprowadzać próby „offline”. Nie trzeba skakać z każdej skały, by rozważyć skutki upadku, ani wypowiadać każdego zdania, aby przewidzieć reakcję rozmówcy. Wyobraźnia przenosi część kosztów selekcji z ciała do modelu.

Notatka Vieten opisuje tę właściwość jako ewolucyjny „szwajcarski scyzoryk” – narzędzie symulacji zagrożeń, innowacji technicznej i nawigacji społecznej. W języku współczesnych nauk poznawczych mówimy o zdolności do kontrfaktycznego modelowania i prospekcji, czyli generowaniu

hipotetycznych stanów świata bez konieczności ich natychmiastowej realizacji. Ewolucja nie projektowała jednak tego systemu do abstrakcyjnego poszukiwania prawdy; system predykcyjny ma przede wszystkim pomagać organizmowi działać wystarczająco skutecznie. Stąd asymetria kosztów: fałszywe wyobrażenie drapieżnika w krzakach może zmarnować kilka sekund i nieco energii, natomiast brak wyobrażenia realnego zagrożenia może zakończyć reprodukcyjną historię organizmu. To intuicyjne tło wyjaśnia, dlaczego ludzka wyobraźnia jest tak podatna na kolonizację przez scenariusze zagrożeń. Nie należy jednak sprowadzać tego do prostej opowieści adaptacjonistycznej, jakoby każde współczesne zamartwianie się było pozostałością po „potworach w jaskini". Lęk wynika z wielu mechanizmów neurobiologicznych, rozwojowych i społecznych; ewolucyjna asymetria kosztów dostarcza użytecznego modelu, a nie kompletnej diagnozy. W tym punkcie neuronauka wyobraźni zaczyna łączyć się z psychologią kliniczną.

Jeżeli mechanizm symulacyjny potrafi konstruować przyszłe możliwości, może również wielokrotnie generować zagrożenia, które nigdy się nie wydarzyły. Wyobrażony bodziec nie musi być mylony z realnym, aby wpływać na emocjonalny układ odpowiedzi. Eksperymenty dowodzą, że mentalne obrazowanie może zarówno wywoływać, jak i regulować reakcje warunkowanego lęku, m.in. poprzez aktywację reprezentacji sensorycznych w korze wzrokowej. Wyobraźnia jest więc zarazem laboratorium nadziei i fabryką katastrof.

Jej siła nie ma znaku moralnego; kierunek zależy od treści, kontekstu i sposobu regulowania reprezentacji. Pozwala to na nowo odczytać Vietenowską metaforę „tkaniny rzeczywistości". Codzienne doświadczenie jawi się tu jako gobelin utkany z nici rzeczywistości fizycznej i treści konstruowanych przez umysł; jeśli obrazy wewnętrzne są uporczywie lękowe, mogą zaciemniać percepcję niezależnie od jakości bieżących bodźców. Nauka nie potwierdza literalnie metafory gobelinu, lecz jej mechanistyczny rdzeń: percepcja nie działa w izolacji od pamięci, oczekiwań i modeli wewnętrznych, a obrazowanie moduluje procesy percepcyjne oraz emocjonalne. Kluczowym wnioskiem jest odejście od opozycji „rzeczywiste kontra wyobrażone" na rzecz bardziej wyrafinowanej architektury. Mózg nie ma jednej szuflady z faktami i drugiej z fantazjami. Dysponuje systemami, które z różną wagą integrują informacje sensoryczne, pamięciowe, semantyczne i predykcyjne, zachowując jednocześnie mechanizmy monitorowania źródła. Zdrowa wyobraźnia nie polega na zniesieniu granicy między światem a reprezentacją, lecz na możliwości swobodnego jej przekraczania z zachowaniem drogi powrotnej. Można wejść do laboratorium możliwego, dokonać tam eksperymentu, a następnie wrócić z hipotezą, planem lub nowym pytaniem.

Takie rozumienie wyobraźni nadaje szczególną wagę neurobioróżnorodności. Skoro reprezentacja może powstawać z udziałem wielu modalności i różnych konfiguracji sieci, nie ma powodu

oczekiwać, że wewnętrzne doświadczenie każdego człowieka będzie zbudowane według jednej normy. Jedni rzeczywiście oglądają świat wewnętrzny niemal jak kino; inni operują pojęciami, relacjami przestrzennymi, poczuciem ruchu lub abstrakcyjną wiedzą bez świadomego obrazu. Należy zatem zastąpić pytanie „jak wygląda ludzka wyobraźnia?" trudniejszym: ile różnych sposobów wyobrażania może istnieć w obrębie tego samego gatunku? Dopiero wtedy afantazja i hiperfantazja przestają być egzotycznymi anomaliami, a zaczynają odsłaniać prawdziwą neurobioróżnorodność wyobraźni.

Jednym z najbardziej pouczających błędów w historii psychologii było założenie, że skoro ludzie posługują się tym samym słowem „wyobrażam sobie", muszą doświadczać tego samego zjawiska. Dopiero badania różnic indywidualnych odsłoniły, jak radykalnie fałszywa była ta intuicja.

Dla jednego człowieka polecenie „wyobraź sobie czerwone jabłko" oznacza niemal percepcyjne doświadczenie barwy, połysku skórki i trójwymiarowej bryły; dla innego jest to blady kontur pozbawiony stabilności; jeszcze ktoś nie doświadcza żadnego świadomego obrazu, choć bez trudu wie, czym jest jabłko, rozpoznaje je i potrafi opisać jego właściwości.

Neurobioróżnorodność wyobraźni: od afantazji do hiperfantazji

Tę wielowymiarowość materiał Vieten ujmuje jako "neurobioróżnorodność wyobraźni", prowadząc od Galtonowskich obserwacji różnic w żywości obrazów do współczesnego kontinuum afantazji i hiperfantazji. Termin "afantazja" wprowadzono do literatury naukowej, by opisać znacznie ograniczoną lub nieobecną zdolność do dobrowolnego tworzenia świadomych obrazów wzrokowych. Jego przeciwległy biegun, hiperfantazja, oznacza wyjątkowo żywe obrazowanie, które intensywnością niekiedy fenomenologicznie zbliża się do percepcji. Nie oznacza to jednak istnienia dwóch odrębnych "typów mózgów", między którymi rozciągałaby się prosta linia. Najnowsza literatura traktuje skrajności obrazowania jako zjawiska heterogeniczne: człowiek może mieć osłabione obrazowanie tylko wzrokowe lub również słuchowe, dotykowe i inne; może nie potrafić dobrowolnie wywołać obrazu, a mimo to doświadczać obrazowych snów bądź spontanicznych reprezentacji. Ta heterogeniczność jest zasadnicza. Gdyby afantazja oznaczała po prostu "brak wyobraźni", należałoby oczekiwać głębokiej niezdolności do projektowania przyszłości, rozwiązywania problemów, rozumienia fikcji czy tworzenia nowych idei.

Takiego obrazu badania nie potwierdzają. Afantazja dotyczy przede wszystkim określonej fenomenologii obrazowania, a nie całego repertuaru poznawczego człowieka. W eksperymentach

osoby afantazyjne potrafią wykonywać zadania pamięciowe i przestrzenne, choć niekiedy korzystają z innych strategii niż osoby silnie wizualizujące; badania rysunku z pamięci wykazały przykładowo mniej zapamiętanych obiektów i barw, lecz równocześnie zachowane struktury przestrzenne i większe wykorzystanie "rusztowania" werbalnego. Jest to kluczowe odkrycie dla teorii Vieten: nie istnieje jedna uprzywilejowana droga do możliwego. Można więc odwrócić tradycyjne pytanie.

Zamiast pytać, czego "brakuje" osobie z afantazją, należy zapytać, jak system poznawczy wykonuje zadania zwykle wiązane z wizualizacją, gdy świadomy komponent obrazowy jest słaby lub nieobecny. Tak postawiony problem zmienia afantazję z domniemanego deficytu w naturalny eksperyment nad architekturą poznania. Jeśli człowiek potrafi rozwiązać przestrzenne zadanie bez "widzenia" figury, pamiętać fakty bez odtworzenia sceny albo stworzyć powieść bez wewnętrznego kina, oznacza to, że reprezentacja możliwego może być kodowana na wiele sposobów: semantycznie, relacyjnie, przestrzennie, językowo, motorycznie lub poprzez kombinacje tych formatów. Badania z ostatnich lat określają afantazję właśnie jako szczególnie wartościowy model do badania tego, które funkcje rzeczywiście wymagają obrazowania sensorycznego, a które jedynie często z niego korzystają. Sama metafora "oka umysłu" wymaga zatem pluralizacji.

Człowiek może posiadać bardzo słabe "oko", a jednocześnie znakomity "model przestrzenny"; może nie słyszeć wewnętrznej orkiestry, lecz dobrze rozumieć strukturę muzyki; może słabo rekonstruować twarz bliskiej osoby, dysponując bogatą pamięcią semantyczną dotyczącą jej życia. Mental imagery jest bowiem zjawiskiem wielozmysłowym, a analizy dużych grup osób deklarujących afantazję wykazały przynajmniej dwa szerokie wzorce: afantazję przede wszystkim wizualną oraz postać obejmującą wiele modalności sensorycznych. To empiryczne ustalenie współgra z założeniem Vieten, że profil wyobrażeniowy nie powinien być redukowany do jednego wyniku żywości obrazu.

Nawet określenie częstotliwości występowania afantazji zależy od przyjętego kryterium. Międzynarodowe badanie z 2024 roku, wykorzystujące Vividness of Visual Imagery Questionnaire, oszacowało w badanej próbie około 1,2 procent osób w najściślej rozumianej kategorii afantazji, około 3 procent w hipofantazji i około 5,9 procent w hiperfantazji; inne publikacje stosujące odmienne progi podają wyższe wartości dla szerszej kategorii bardzo słabego obrazowania.

Wyobraźnia jako wielowymiarowe spektrum parametrów

Różnica ta nie jest błędem statystycznym, lecz ostrzeżeniem metodologicznym. Granica między bardzo bladym obrazem a jego całkowitym brakiem nie jest naturze oznaczona czerwoną kreską; to badacz tworzy kategorię na podstawie przyjętej definicji, kwestionariusza i progu.

Pojęcie spektrum okazuje się znacznie użyteczniejsze od prostego podziału na ludzi „z" i „bez" wyobraźni. Na jednym wymiarze można badać żywość obrazów, na innym kontrolę nad nimi, stabilność, szczegółowość czy łatwość generowania. Można analizować perspektywę pierwszo- lub trzecioosobową, intensywność emocjonalną, przestrzenność, czasowość bądź podatność na spontaniczne wyobrażenia. Materiał Vieten idzie w tym kierunku jeszcze dalej, ujmując profil wyobrażeniowy jako konfigurację wielu parametrów, które następnie grupuje w szersze tryby dotyczące między innymi obecności, elaboracji, podatności, czasowości i oryginalności.

Wartość tej koncepcji polega na odejściu od pytania „ile masz wyobraźni?" na rzecz pytania „jakiego rodzaju wyobraźnią najczęściej się posługujesz?". Najmocniejszym argumentem przeciw traktowaniu afantazji jako czysto językowego nieporozumienia są fizjologiczne korelaty obrazowania. W eksperymencie opublikowanym w eLife badano reakcję źrenicy na wyobrażanie sobie jasnych i ciemnych figur. U osób z typowym obrazowaniem źrenica zmieniała średnicę w sposób odpowiadający wyobrażonej jasności, a wielkość tego efektu korelowała z siłą obrazowania. U osób z afantazją zachowana była normalna reakcja na rzeczywiste bodźce oraz rozszerzenie związane z obciążeniem poznawczym, jednak nie stwierdzono analogicznego efektu podczas samego wyobrażania jasności. Subiektywne odczucie „ja tego nie widzę w głowie" pozostawia więc uchwytny ślad fizjologiczny.

Nie należy jednak na tej podstawie tworzyć nowego mitu biologicznego i mówić o pojedynczym biomarkerze afantazji. Obrazowanie jest złożoną funkcją, a współczesna nauka wciąż bada jego mechanizmy. Badania neuroobrazowe sugerują różnice w łączności funkcjonalnej pomiędzy obszarami czołowymi a siecią wzrokową u osób znajdujących się na przeciwnych krańcach spektrum żywości. W badaniu porównującym afantazję z hiperfantazją silniejsze połączenia między regionami przedczołowymi a siecią wzrokową występowały w grupie hiperfantazyjnej. Sugeruje to, że intensywność obrazu może zależeć nie od jednego „ośrodka wizualizacji", lecz od skuteczności komunikacji pomiędzy systemami inicjującymi i kontrolującymi reprezentację a obszarami dostarczającymi jej sensorycznego „tworzywa".

Hiperfantazja również nie powinna być romantyzowana jako posiadanie „lepszego mózgu". Żywość obrazu jest cechą, a nie rankingiem wartości. Bardzo bogata wyobraźnia wzrokowa może stanowić atut w sztuce, projektowaniu czy niektórych formach pamięci, lecz sugestywny obraz potrafi również silnie wzmacniać emocje. Współczesne badania wskazują, że mental imagery jest potężnym wzmacniaczem afektywnym, a jego wyjątkowa żywość bywa rozważana jako jeden z czynników istotnych w zaburzeniach, w których dużą rolę odgrywają intruzywne obrazy – choć zależności te są złożone i nie oznaczają, że hiperfantazja sama w sobie jest patologią. Można mieć zatem niezwykle bogate kino wewnętrzne, którego projekcja nie zawsze jest filmem, jaki chcielibyśmy oglądać.

Wizualizacja jako wzmacniacz emocji i rekonstrukcji pamięci

Dobrym eksperymentalnym przykładem emocjonalnej funkcji obrazu jest badanie reakcji na opisy zagrożenia. U osób z typowym obrazowaniem czytanie sugestywnych, lękowych scenariuszy zwiększało przewodnictwo skórne; u osób z afantazją odpowiedź fizjologiczna na takie narracje była wyraźnie słabsza, choć reakcje na rzeczywiste fotografie o silnym ładunku emocjonalnym pozostawały obecne. Wynik ten nie oznacza, że osoby z afantazją są „mniej emocjonalne".

Sugeruje on raczej, że wizualne obrazowanie może pełnić funkcję wzmacniacza, który przekształca opis językowy w bardziej ucieleśnioną symulację zagrożenia. Ujawnia się tym samym paradoks o dużym znaczeniu klinicznym: imaginacja potrafi rozszerzyć doświadczenie poza teraźniejszość, ale właśnie dlatego może również przedłużać cierpienie poza to, co aktualnie się dzieje. Człowiek o niezwykle intensywnym obrazowaniu jest zdolny wielokrotnie przeżyć wydarzenie, zanim ono nastąpi, lub odtworzyć je wielokrotnie po jego zakończeniu. Osoba z afantazją może być częściowo chroniona przed niektórymi wizualnymi mechanizmami amplifikacji, lecz jednocześnie dysponuje mniej dostępnymi narzędziami sensorycznymi, wykorzystywanymi w terapiach opartych na obrazowaniu. Nie istnieje więc prosty, „optymalny" punkt spektrum.

Adaptacyjność zależy od zadania, środowiska oraz tego, czy treść wyobrażenia wspiera działanie, czy zaczyna je monopolizować. Szczególnie interesujący jest związek pomiędzy obrazowaniem a pamięcią autobiograficzną. Już pierwsze duże badania osób z afantazją wskazywały na częstsze trudności z fenomenologiczną żywością wspomnień; nowsze prace neuroobrazowe pokazują zaś, że podczas przywoływania zdarzeń autobiograficznych mogą występować różnice w aktywacji hipokampa oraz jego łączności z obszarami wzrokowymi. Nie oznacza to utraty biografii. Można wiedzieć, że było się na wakacjach nad morzem, pamiętać datę, osoby, przebieg i znaczenie wydarzenia, a jednocześnie nie „powrócić" na plażę poprzez jej sensoryczną rekonstrukcję. Pamięć epizodyczna posiada bowiem zarówno komponent wiedzy, jak i fenomenologię ponownego przeżywania. Rozróżnienie pomiędzy „wiedzieć" a „widzieć ponownie" jest filozoficznie doniosłe.

Dla jednych autobiografia jest albumem, dla innych raczej kroniką. Jeden człowiek może rekonstruować ślub poprzez twarze, kolory, układ sali i światło wpadające przez okno, drugi zaś zachowywać doskonałą wiedzę o wydarzeniu bez niemal żadnej scenerii mentalnej. Żaden z tych umysłów nie posiada automatycznie „prawdziwszej" przeszłości. Wręcz przeciwnie: bardzo żywa pamięć nie gwarantuje dokładności, gdyż pamięć jest procesem rekonstrukcyjnym. Hiperrealistyczna scena wewnętrzna może być subiektywnie przekonująca i jednocześnie zawierać elementy dobudowane przez późniejszą wiedzę, emocje czy sugestię. Prowadzi to do koniecznego

sceptycyzmu wobec utożsamiania żywości z prawdą. Ludzie naturalnie ufają temu, co jawi się wyraziście; „widzę to jak dziś" brzmi w mowie potocznej jak dodatkowy dowód wiarygodności. Nauka o pamięci nakazuje jednak oddzielić intensywność fenomenologiczną od trafności rekonstrukcji. Neurobioróżnorodność wyobraźni odsłania wręcz epistemiczny paradoks: osoba posiadająca mniej „kinematograficzne" wspomnienia może czuć mniejszą pewność, choć sama żywość obrazu nie jest gwarantem większej zgodności z przeszłym zdarzeniem. Wyobraźnia nie tylko pomaga zatem pamiętać, ale może również zwiększać perswazyjność naszych własnych rekonstrukcji.

Jeszcze ciekawsza komplikacja pojawia się w snach. Afantazja długo była potocznie rozumiana jako brak wszelkiego obrazowania, tymczasem część osób, które nie potrafią dobrowolnie wytworzyć obrazu na jawie, zgłasza wizualne sny. Badania wskazują na znaczną różnorodność: u jednych afantazja dotyczy przede wszystkim obrazowania intencjonalnego, u innych także spontanicznych form wyobrażeń; podobnie zróżnicowana jest obecność obrazu w śnieniu. Jest to kolejny argument przeciw koncepcji jednego generatora, który byłby po prostu „włączony" lub „wyłączony".

Różnorodność wyobrażeń a subiektywność doświadczenia

Dobrowolne konstruowanie obrazu, spontaniczna intruzja, sen czy halucynacja mogą korzystać ze wspólnej infrastruktury neuronalnej, jednak różnią się sposobem inicjacji i kontroli.

Pojęcia afantazji i hiperfantazji należy stosować ostrożnie również poza laboratorium. Nie są one diagnozami, które pozwalałyby hierarchizować ludzi pod względem inteligencji, dojrzałości czy kreatywności. Choć dane wskazują na związki skrajnych form wyobrażeniowych z pewnymi cechami pamięci, zdolnością rozpoznawania twarzy czy preferencjami zawodowymi, pozostają one korelacjami populacyjnymi, a nie przepisy na biografię jednostki. Naukowo nieuzasadnione byłoby zatem twierdzenie, że afantazja „produkuje naukowców", a hiperfantazja „produkuje artystów".

Umysł nie respektuje tak wygodnych kategorii marketingowych. W tym kontekście prace Cassandry Vieten mogą być odczytane szczególnie produktywnie, jeśli potraktujemy jej „Atlas Wyobraźni" nie jako kolejną typologię osobowości, lecz jako narzędzie sprzeciwu wobec jednowymiarowego myślenia. Vieten rozdziela domeny poznawczo-narracyjną, zmysłowo-ruchową oraz społeczno-emocjonalną, próbując opisać indywidualne konfiguracje za pomocą wielu wymiarów. Taki kierunek jest metodologicznie sensowny, o ile zachowuje się wyraźną różnicę między autorskim modelem heurystycznym a zwalidowanym narzędziem psychometrycznym. Mapa pomaga dostrzec

terytorium, lecz nie wolno mylić linii nakreślonych przez kartografa z granicami istniejącymi w naturze.

Na poziomie antropologicznym konsekwencje są jeszcze szersze. Neurobioróżnorodność wyobraźni podważa ciche przekonanie, że inni ludzie zamieszkują wewnętrzny świat podobny do naszego. Być może właśnie dlatego odkrycie własnej afantazji bywa tak zaskakujące: człowiek przez dziesięciolecia słyszy zwroty takie jak „oczami wyobraźni", „zobacz to sobie" czy „wyobraź sobie twarz matki" i interpretuje je jako metafory, podczas gdy rozmówcy opisują nimi dosłowne doświadczenie fenomenologiczne. Z kolei osoba z hiperfantazją może zakładać, że każdy potrafi przywołać obraz lub scenę z niemal fotograficzną wyrazistością. Dopiero konfrontacja ujawnia, że wspólny język zasłania prywatne różnice świadomości. Obserwacja ta prowadzi ku filozoficznemu problemowi qualiów – jakości przeżycia dostępnej pierwszoosobowo, której nie można bezpośrednio przekazać drugiej osobie. Afantazja stała się przez to interesująca nie tylko dla psychologów, ale i dla filozofów świadomości. Dwie osoby mogą funkcjonalnie wykonać to samo zadanie, lecz dochodzić do rozwiązania poprzez radykalnie odmienne doświadczenia wewnętrzne. Zewnętrzna równoważność zachowania nie implikuje więc identyczności wewnętrznej reprezentacji.

Konieczność translacji modalności w obliczu neurobioróżnorodności

To spostrzeżenie ma fundamentalne znaczenie dla edukacji, zarządzania, psychoterapii i projektowania komunikacji: instrukcja skuteczna dla wizualizatora może okazać się bezużyteczna dla osoby operującej przede wszystkim językiem, relacjami lub ruchem. W edukacji oznacza to konieczność zachowania ostrożności wobec uniwersalnych recept typu „zwizualizuj sobie materiał". Dla jednych będzie to znakomite narzędzie, dla innych – polecenie w dosłownym sensie niewykonalne. Podobnie w psychoterapii: technika oparta na guided imagery nie może być automatycznie uznana za doświadczeniowo równoważną dla wszystkich pacjentów. Neurobioróżnorodność nie wymaga porzucenia interwencji wyobrażeniowych, lecz ich translacji na modalność, którą dana osoba faktycznie wykorzystuje. Jeśli obraz jest słaby, funkcję symulacji może przejąć narracja, ruch, konceptualizacja, metafora, zapis językowy lub model przestrzenny.

Analogiczne wnioski dotyczą kreatywności. Tradycja kulturowa utożsamia twórcę z wizjonerem – kimś, kto „widzi" dzieło przed jego powstaniem. Afantazja rozbija ten schemat. Nowość może rodzić się nie jako translacja gotowego obrazu na płótno czy papier, lecz poprzez iteracyjne działanie oraz operowanie pojęciami, językiem, regułami i relacjami. Kreatywność może zatem

korzystać z wyobraźni wizualnej, ale nie jest przez nią wyczerpywana. W tym kontekście trafne staje się rozróżnienie Cassandry Vieten pomiędzy wyobraźnią a kreatywnością: pierwsza dostarcza przestrzeni potencjalności, druga organizuje przejście od tego, co potencjalne, ku wykonanemu.

Nawet pojęcie „braku obrazów" wymaga epistemicznej pokory. Badania nad afantazją są wciąż młode, metody pomiaru ewoluują, a kwestionariusze samoopisowe mierzą przede wszystkim deklarowaną żywość doświadczenia. Dlatego tak istotne są metody behawioralne, fizjologiczne i neuroobrazowe, pozwalające zestawiać perspektywę pierwszoosobową ze wskaźnikami obiektywnymi. W 2025 roku badania EEG zaczęły dostarczać nowych danych o odmiennych wzorcach przetwarzania uwagi i pamięci roboczej u osób z afantazją, choć autorzy podkreślają potrzebę dalszych analiz na większych próbach. Nauka znajduje się tu raczej w fazie kartografii niż zamkniętej teorii.

Dobrze współbrzmi to z duchem koncepcji Vieten. Jeśli wyobraźnia jest terytorium, najgorszym założeniem byłoby uznanie, że mapa została już ukończona. Tolkienowska parafraza „mądrze zacząłem od mapy" nabiera tu znaczenia bardziej naukowego niż literackiego: mapa nie służy zamknięciu różnorodności w kilku pudełkach, lecz dostrzeżeniu osi, wzdłuż których ludzie naprawdę się różnią. W rezultacie afantazja i hiperfantazja nie powinny być traktowane jako dwa egzotyczne marginesy normalnego umysłu. Są raczej soczewkami, przez które wyraźniej widać strukturę doświadczenia większości. Dzięki nim wiemy, że obraz mentalny może mieć różną intensywność, modalność, dobrowolność, emocjonalność i relację z pamięcią; że wyobrażenie nie jest warunkiem koniecznym wszystkich operacji potocznie uznawanych za „wizualne"; że pamiętanie faktu różni się od fenomenologicznego powracania do sceny; że obraz może wzmacniać emocję, ale jego brak nie oznacza emocjonalnego zubożenia. Wreszcie – wiemy, że podobne zachowania zewnętrzne mogą wyrastać z odmiennych architektur wewnętrznych. Dlatego pytanie „czy mam dobrą wyobraźnię?" okazuje się poznawczo ubogie. To tak, jakby pytać o „dobry ruch", nie określając, czy chodzi o równowagę, szybkość, siłę, precyzję, rytm czy orientację przestrzenną.

Wielowymiarowa architektura indywidualnych profili wyobrażeniowych

Wyobraźnia również rozpada się na wiele właściwości. Można być wybitnym generatorem scenariuszy przy bladym obrazowaniu wzrokowym, świetnie rekonstruować przestrzeń przy słabej wizualizacji autobiograficznej, intensywnie doświadczać muzyki wewnętrznej przy przeciętnym „oku umysłu", łatwo wcielać się w cudzą perspektywę, lecz z trudem przywoływać zapach czy kolor.

Właśnie w tym punkcie spektrum afantazja-hiperfantazja przestaje wystarczać. Warto wykonać krok od pojedynczej osi ku kartografii wielowymiarowej.

Atlas i profil wyobrażeniowy Vieten wymagają rozłożenia wyobraźni na jej składowe: sensoryczność, obecność, kontrolę, szczegółowość, czasowość, podatność, perspektywę, emocjonalny rezonans i zdolność transformowania reprezentacji. Dopiero taka mapa pozwala zrozumieć nie tylko to, ile człowiek sobie wyobraża, lecz przede wszystkim, jak jego własny umysł konstruuje to, czego jeszcze nie ma. Atlas wyobraźni: osiemnaście wymiarów, pięć filarów i poznawczy odcisk palca człowieka.

Neurobioróżnorodność wyobraźni powinna być czymś więcej niż interesującą obserwacją; potrzebujemy języka pozwalającego opisywać różnice między ludźmi bez sprowadzania ich do prostego przeciwstawienia afantazji i hiperfantazji. Żywość obrazu jest bowiem tylko jednym z parametrów.

Człowiek może widzieć mentalnie niezwykle wyraźnie, lecz mieć trudność z manipulowaniem obrazem; może łatwo generować sceny, ale słabo doświadczać ich emocjonalnie; może głęboko zanurzać się w reprezentacji pierwszoosobowej albo pozostawać wobec niej zewnętrznym obserwatorem. Może intensywnie rekonstruować przeszłość, a słabo projektować przyszłość – lub przeciwnie: niemal nie wracać do dawnych epizodów, lecz nieustannie budować możliwe wersje jutra. W tym miejscu model Cassandry Vieten przestaje pytać „jak silna jest wyobraźnia?”, proponując pytanie bardziej dojrzałe: jaka jest jej architektura u konkretnego człowieka?

Model ten ujmuje tę architekturę jako pięć filarów obejmujących łącznie osiemnaście wymiarów: podatność, obecność, elaborację, oryginalność i czasowość. Podatność obejmuje sugestywność, gotowość oraz opór; obecność – absorpcję, dysocjację, ucieleśnienie, zaangażowanie emocjonalne i perspektywę; elaboracja – złożoność, żywość i elastyczność; oryginalność – orientację na fantazję, nowość, praktyczność oraz odwagę podejmowania poznawczego ryzyka; czasowość zaś – orientację ku przyszłości, przeszłości oraz ogólną tendencję czasową. W takim ujęciu profil wyobrażeniowy przypomina mniej test inteligencji, a bardziej mapę ukształtowania terenu: nie wskazuje pojedynczej wysokości, lecz system wzgórz, dolin, przełęczy i szlaków, który determinuje, jak łatwo umysł dociera do określonych rodzajów reprezentacji.

Wyobraźnia jako wielowymiarowy profil a nie jednowymiarowa skala

Na wstępie należy jednak dokonać istotnego rozróżnienia metodologicznego. W książce pojawia się propozycja osiemnastopunktowego kwestionariusza wraz z wagami liczbowymi przypisanymi pięciu filarom oraz progami interpretacyjnymi. Elementu tego nie można przedstawiać jako ustalonego, standaryzowanego instrumentu psychometrycznego, dopóki nie powstanie publikacja walidacyjna określająca m.in. strukturę czynnikową, rzetelność, trafność konstruktu, stabilność test-retest oraz normy populacyjne. Choć literatura przedmiotu oferuje uznane narzędzia badające poszczególne fragmenty tego obszaru, nie potwierdza to automatycznie prawdziwości całej pięciofilarowej kartografii.

Klasycznym przykładem jest Vividness of Visual Imagery Questionnaire (VVIQ) Davida Marksa, mierzący deklarowaną żywość wyobrażeń wzrokowych. Badania walidacyjne potwierdziły jego użyteczność w ocenie konkretnego konstruktu – żywości – a nie całej wyobraźni. Z perspektywy modelu Vieten jeszcze ciekawszy jest Plymouth Sensory Imagery Questionnaire (Psi-Q), opracowany przez Jackie Andrade i współpracowników. Został on skonstruowany tak, by mierzyć żywość obrazowania w siedmiu domenach: wzroku, słuchu, zapachu, smaku, dotyku, doznań cielesnych oraz uczuć. Analiza czynnikowa wykazała, że modalności te tworzą rozróżnialne komponenty, a nie jedną, homogeniczną „siłę wyobraźni". To empiryczne odkrycie jest kluczowe dla argumentacji niniejszego artykułu: wyobraźnia nie zachowuje się jak pojedynczy potencjometr, który można przekręcić od zera do dziesięciu. Starsze badania psychometryczne próbowały dodatkowo rozdzielić żywość od kontroli obrazowania. Już w latach siedemdziesiątych testowano niezależnie zdolność do wytworzenia sugestywnego obrazu oraz umiejętność jego celowego przekształcania, co dowiodło, że „widzieć wyraźnie" nie oznacza tego samego, co „sprawnie sterować tym, co się widzi".

Właśnie tutaj atlas Vieten znajduje solidny grunt naukowy. Jego wartość nie polega na twierdzeniu, że wszystkie osiemnaście zmiennych stanowi już potwierdzoną psychometrycznie uniwersalną strukturę ludzkiej imaginacji, lecz na przesunięciu uwagi z jednowymiarowego wyniku w stronę profilu. Pierwszy filar – podatność (receptiveness) – odnosi się do stopnia otwartości na treści pojawiające się w polu wyobraźni; obejmuje sugestywność, gotowość i opór. Ta triada chroni przed potocznym przekonaniem, że im większa otwartość na wyobrażenie, tym lepiej. Umysł całkowicie niepodatny na sugestię miałby ograniczone możliwości korzystania z prowadzonego obrazowania, symbolu, fikcji czy ćwiczenia mentalnego; umysł pozbawiony oporu byłby natomiast bezbronny wobec każdej sugestywnej reprezentacji. Zdrowa wyobraźnia nie jest zatem szeroko otwartą bramą.

Bardziej przypomina inteligentną granicę: potrafi przepuszczać nowe możliwości i jednocześnie kontrolować, czemu nada status poznawczo istotny. Pojęcie sugestywności nabiera tu znaczenia wykraczającego daleko poza hipnozę. Reklama, narracja polityczna, opowieść rodzinna, literatura, fotografia, plotka, film czy interakcja społeczna dostarczają materiału, który może zostać wbudowany w przyszłe symulacje.

Rozróżnienie między sugestywnością a świadomym zanurzeniem

Osoba podatna na sugestię niekoniecznie „wierzy we wszystko"; może po prostu łatwiej generować reprezentacje mentalne pod wpływem zewnętrznego bodźca. Kto inny może potrzebować dłuższego przygotowania lub specyficznego języka, aby ta sama możliwość została psychicznie skonstruowana. Podatność określa zatem nie prawdziwość przekonania, lecz przepuszczalność systemu generującego hipotetyczne doświadczenia. Gotowość należy tu odróżnić od sugestywności: można łatwo ulegać spontanicznym obrazom, a jednocześnie niechętnie uczestniczyć w celowym ćwiczeniu wyobrażeniowym. Z drugiej strony, można być mało podatnym na przypadkowe sugestie, lecz znakomicie pracować z imaginacją, gdy towarzyszy temu świadoma intencja.

Rozróżnienie to ma kluczowe znaczenie dla futuremakingu. Projektowanie przyszłości nie powinno polegać na zwiększaniu sugestywności jednostki, lecz na wzmacnianiu jej świadomej gotowości do eksperymentowania z alternatywami przy jednoczesnym zachowaniu zdolności krytycznej. Wyobraźnia potrzebuje otwarcia drzwi, ale rozum powinien zachować klucz. W tym ujęciu opór – trzeci wymiar filaru – nie jest wadą; w źródłowym modelu stanowi przeciwwagę dla nadmiernej przepuszczalności i może być odczytany jako poznawczy układ odpornościowy.

Nie wszystko, co potrafimy sobie przedstawić, zasługuje na wiarę, a nie każda emocjonalnie sugestywna wizja jest informacją o przyszłości. Kwestia ta stanie się szczególnie istotna przy analizie teorii spiskowych, psychodelików i doświadczeń numinotycznych. Jednym z największych błędów kultury wyobraźni jest bowiem utożsamienie stwierdzenia „doświadczyłem niezwykle mocnego obrazu" z konkluzją „odkryłem obiektywną prawdę o świecie". Między fenomenologiczną siłą a epistemiczną wiarygodnością nie ma automatycznego znaku równości.

Drugi filar – obecność (presence) – opisuje stopień i sposób zanurzenia w świecie wewnętrznym. Obejmuje on absorpcję, dysocjację, ucieleśnienie, zaangażowanie emocjonalne oraz perspektywę. Jest to prawdopodobnie najbardziej subtelna część modelu, gdyż dotyczy nie tego, co sobie wyobrażamy, lecz gdzie fenomenologicznie sytuujemy się wobec wyobrażenia. Możemy

uczestniczyć w nim jako bohater, obserwować go z zewnątrz niczym reżyser, przełączać się między perspektywami lub doświadczać tak głębokiej immersji, że reprezentacja nabiera fizjologicznej intensywności. Absorpcję można tu rozumieć jako stopień pochłonięcia przez doświadczenie.

Zjawisko to jest znane również poza sferą czystej wyobraźni: czytelnik może na kilkadziesiąt minut niemal zapomnieć o pomieszczeniu, w którym siedzi; muzyk traci świadomość obecności publiczności; dziecko pochłonięte zabawą przestaje reagować na część bodźców z otoczenia. Wyobraźnia korzysta z tej zdolności do selektywnego przesuwania zasobów uwagi z aktualnego otoczenia ku reprezentacji. Choć głęboka absorpcja może zwiększyć intensywność treningu mentalnego, emocjonalnej narracji czy doświadczenia artystycznego, sama w sobie nie stanowi miary trafności poznawczej.

Wielowymiarowa architektura profilu wyobrażeniowego: od ucieleśnienia po oryginalność

Szczególnej ostrożności wymaga wymiar nazwany w materiale „dysocjacją". W psychologii klinicznej termin ten posiada złożoną tradycję diagnostyczną i nie powinien służyć jako atrakcyjna metafora zwykłego oddalenia od sytuacji. W ramach atlasu należy rozumieć go w sensie fenomenologicznym: jako stopień oddzielenia pozycji obserwatora od bezpośredniego, ucieleśnionego uczestnictwa w symulowanej scenie. Takie zastrzeżenie jest niezbędne, aby autorska terminologia modelu nie kolonizowała pojęć klinicznych i nie sugerowała patologii tam, gdzie mowa jedynie o zmianie perspektywy.

Ucieleśnienie (embodiment) wprowadza do atlasu ciało. Człowiek może nie tylko „widzieć" siebie biegnącego, ale niemal odtwarzać napięcie mięśni, rytm kroku, oddech, ciężar ruchu czy pozycję kończyn. Badania nad obrazowaniem motorycznym wskazują, że zdolność ta posiada własne narzędzia pomiarowe, a w jej ocenie rozróżnia się m.in. żywość oraz kontrolowalność reprezentacji ruchu. Nie należy więc redukować ucieleśnienia do wyrazistości obrazu wzrokowego; sportowiec może dysponować przeciętną wizualizacją sceny, a jednocześnie znakomitą kinestetyczną symulacją ruchu. To kolejny dowód na to, że określenie „wyobraźnia wizualna" obejmuje zbyt wąski wycinek ludzkiej zdolności do symulacji.

Zaangażowanie emocjonalne wyznacza natomiast stopień, w jakim reprezentacja uruchamia afekt. Jedna osoba może stworzyć niezwykle szczegółową scenę przyszłego wystąpienia i pozostać wobec niej chłodna, inna zaś przy bardzo słabym obrazie natychmiast doświadczy napięcia, nadziei lub wstydu. W psychologii wyobrażenie i emocja są powiązane, lecz nie stanowią jednego procesu.

Właśnie dlatego profil musi uwzględniać nie tylko „rozdzielczość" przedstawienia, lecz również jego rezonans.

Ostatnim wymiarem obecności jest perspektywa. To, czy człowiek przeżywa scenę z punktu widzenia własnych oczu, czy obserwuje siebie z zewnątrz, nie jest detalem stylistycznym – zmiana ta modyfikuje emocjonalną jakość i funkcję symulacji. W materiale Vieten przeciwstawiono metaforycznie „Deep Diver", głęboko zanurzonego uczestnika, oraz „Observer", obserwatora zachowującego dystans. Nie należy traktować tych figur jako typów osobowości; są to raczej dwie strategie poznawcze, między którymi człowiek przemieszcza się zależnie od zadania. Trening sportowy może wymagać pierwszoosobowego ucieleśnienia, analiza konfliktu – przejścia do pozycji obserwatora, a twórczość literacka – wielokrotnej zmiany punktów widzenia.

Trzeci filar, elaboracja (embellishment), określa stopień szczegółowości i plastyczności rozwoju reprezentacji. Źródło rozdziela tu złożoność, żywość i elastyczność, przeciwstawiając metaforycznie „Elaborators", budujących światy o wysokiej rozdzielczości, oraz „Broadstrokers", operujących szerokim pędzlem. Rozróżnienie to jest intelektualnie użyteczne, gdyż kwestionuje kult detalu – więcej szczegółów nie zawsze oznacza lepsze myślenie. W pewnych sytuacjach detal zwiększa precyzję; w innych staje się szumem blokującym dostrzeżenie struktury.

Złożoność wskazuje na liczbę relacji i elementów, które umysł potrafi utrzymać w jednej konstrukcji. Architekt wyobrażający sobie budynek może jednocześnie myśleć o przestrzeni, świetle, ruchu użytkowników, materiałach i konstrukcji; strateg budujący scenariusz gospodarczy musi uwzględniać interesariuszy, koszty, reakcje regulacyjne, technologię i czas. Zdolność utrzymania takiej wieloelementowej symulacji różni się od żywości. Można tworzyć intelektualnie złożone modele niemal pozbawione obrazów sensorycznych.

Żywość jest wymiarem najczęściej badanym psychometrycznie – operacjonalizuje ją VVIQ, a późniejsze narzędzia rozszerzyły ten sposób oceny na wiele modalności. Kluczowy wniosek brzmi jednak: żywość nie powinna połykać pozostałych wymiarów. Mentalny obraz o fotograficznej jakości może być banalny lub odtwórczy, podczas gdy ledwie wizualna reprezentacja może zawierać niezwykle oryginalną relację pojęciową. Rozdzielczość nie jest synonimem inteligencji wyobrażeniowej.

Elastyczność dopełnia tę triadę. Obraz może być bogaty, lecz niemożliwy do przekształcenia. Elastyczna wyobraźnia potrafi natomiast zmieniać perspektywę, modyfikować założenia, usuwać elementy, obracać strukturę, przesuwać ją w czasie lub przyjąć warunek kontrfaktyczny. Tutaj powraca dziedzictwo mentalnej rotacji Sheparda i Metzler: wyobrażenie staje się nie tylko

reprezentacją, lecz przestrzenią operacji. To właśnie ta zdolność różni mentalny "fotogram" od mentalnego laboratorium.

Czwarty filar – oryginalność – przesuwa analizę z jakości reprezentacji na jej odległość od tego, co znane. W źródle obejmuje ona orientację na fantazję, nowość, praktyczność oraz skłonność do ryzyka. Zestawienie nowości z praktycznością jest szczególnie cenne. Popularne myślenie o kreatywności często przeciwstawia wizjonera pragmatykowi, jak gdyby pierwszy posiadał wyobraźnię, a drugi ją tłumił. W rzeczywistości innowacja potrzebuje obu funkcji: nowość bez selekcji generuje ekscentryczność, zaś praktyczność bez nowości optymalizuje rozwiązania do momentu, gdy świat się zmienia i doskonale zoptymalizowana konstrukcja staje się zbędna.

„Inventor" i „Pragmatist" są zatem dwoma biegunami procesu, a nie gatunkami człowieka. Vieten podkreśla wartość przełączania między nimi: wynalazca ryzykuje poznawczo, pragmatyk testuje wykonalność. W języku teorii innowacji eksploracja i eksploatacja muszą pozostawać w napięciu. Umysł musi czasem opuszczać lokalne maksimum – najlepsze rozwiązanie w obecnym krajobrazie – aby sprawdzić, czy za wzgórzem nie znajduje się zupełnie lepsza przestrzeń możliwości.

Indywidualny profil wyobraźni jako poznawczy odcisk palca

Orientacja na fantazję nie powinna być utożsamiana z irracjonalnością. Fantazja jest poznawczo cenna właśnie dlatego, że pozwala zawiesić część ograniczeń aktualności. Arthur C. Clarke uczynił z przekraczania granic możliwości jedną z najbardziej rozpoznawalnych figur refleksji nad przyszłością: aby dowiedzieć się, gdzie kończy się możliwe, trzeba czasami zapuścić się w stronę tego, co uznawano za niemożliwe.

W ujęciu naukowym wymaga to jednak drugiego kroku. Wyobraźnia może naruszyć granicę, lecz następnie eksperyment, logika, inżynieria lub praktyka społeczna muszą zweryfikować, czy istnieje tam przejście. Wyobraźnia otwiera śledztwo; nie wydaje wyroku. Odwaga poznawcza jest zatem gotowością do tolerowania okresu, w którym nowa reprezentacja wydaje się absurdalna, niewykonalna lub społecznie niebezpieczna. W historii nauki i sztuki wiele idei przechodziło właśnie przez taki etap.

Odwaga ta nie może być jednak mylona z przekonaniem o własnej nieomylności. Prawdziwa generatywność wymaga zdolności do zadania pytania: „co jeśli wszyscy się mylą?", a później: „co jeśli to ja się mylę?". Wyobraźnia pozbawiona tego drugiego pytania przestaje być generatywna, a

staje się dogmatyczna. Piąty filar – czasowość – ma prawdopodobnie charakter najbardziej filozoficzny.

Obejmuje on orientację na przyszłość i przeszłość oraz tendencję czasową, a jego figury biegunowe to „Time Traveler" i „Time Transcender". W pierwszej z nich wyobraźnia porusza się po osi czasu autobiograficznego: rekonstruuje to, co było, i projektuje to, co może nastąpić. W drugiej nacisk przesuwa się ku doświadczeniom, w których zwyczajna narracja czasowa słabnie – ku kontemplacji, absorpcji, przeżyciu estetycznemu czy medytacyjnemu. To właśnie ten wymiar stanowi naturalny most ku numinosum i odmiennym stanom świadomości. Orientacja temporalna ma również kluczowe znaczenie dla sprawstwa.

Człowiek może być kolonizowany przez przeszłość, nieustannie przeprowadzając symulację tego, co powinien był powiedzieć lub zrobić. Może też zostać skolonizowany przez przyszłość, tak intensywnie produkując potencjalne zagrożenia i plany, że teraźniejszość staje się jedynie poczekalnią przed jutrem. Zdrowa prospekcja nie polega zatem na maksymalizacji myślenia przyszłościowego, lecz na zdolności wyboru momentu, w którym należy pamiętać, przewidywać lub po prostu przestać symulować.

Dopiero zestawienie wszystkich pięciu filarów ukazuje, co jest naprawdę istotne w pojęciu profilu wyobrażeniowego. Dwie osoby mogą wykazywać podobną „ogólną intensywność" imaginacji, posiadając jednocześnie całkowicie odmienne układy funkcjonalne. Jedna może być silnie chłonna, emocjonalna, ucieleśniona i szczegółowa, lecz mało skłonna do oryginalnych transformacji. Druga może operować bladymi obrazami i niską absorpcją, lecz wykazywać ogromną elastyczność pojęciową i zdolność generowania nowych scenariuszy. Trzecia może znakomicie symulować przyszłość, mając jednocześnie ograniczony dostęp do rekonstrukcji autobiograficznej. Wspólny wynik liczbowy ukryłby te najważniejsze różnice.

Termin „poznawczy odcisk palca", obecny w książce, jest atrakcyjny jako metafora. Sugeruje on indywidualną konfigurację, jednak nie należy z niego wyciągać wniosku o niezmienności profilu.

Profil wyobraźni obejmuje prawdopodobnie zarówno względnie stabilne różnice indywidualne, jak i umiejętności zależne od doświadczenia, sytuacji oraz treningu. Sam fakt, że w psychometrii oddzielnie mierzy się żywość, kontrolę czy różne modalności, dowodzi, iż „wyobraźnia" jest rodziną częściowo rozłącznych konstruktów, a nie jednym, biologicznie homogenicznym zasobem.

Profil poznawczy jako narzędzie metapoznania i samoregulacji

W tym miejscu warto ponownie przywołać Shunryū Suzukiego i jego paradoksalną maksymę, obecną w notatce Vieten: człowiek jest w pewnym sensie „doskonały taki, jaki jest", a zarazem może skorzystać z pewnej poprawy. W kontekście neurobioróżnorodności myśl ta okazuje się niezwykle trafna. Profil nie powinien być instrukcją wstydu. Broadstroker nie musi stawać się Elaboratorem, obserwator głębokim nurkiem, pragmatyk wynalazcą, a osoba z afantazją hiperfantastą. Celem nie jest przemoc wobec własnej architektury, lecz poznanie jej zakresu i wypracowanie zdolności przełączania się tam, gdzie wymaga tego sytuacja.

Taka interpretacja pozwala również uchronić Atlas przed pułapką współczesnej psychologii konsumenckiej. Rynek uwielbia testy mówiące człowiekowi, „kim jest". Powstają cztery kolory, szesnaście typów czy pięć archetypów – atrakcyjne wykresy radarowe i etykiety, które po kilku minutach zaczynają funkcjonować jako tożsamość. Naukowa funkcja profilu powinna być dokładnie odwrotna. Nie ma on głosić: „jesteś Obserwatorem", lecz raczej: „w tych warunkach często przyjmujesz perspektywę obserwatora; sprawdźmy, czy potrafisz również wejść w doświadczenie pierwszoosobowe".

Dobra mapa nie więzi podróżnika w miejscu, w którym go znalazła. Pokazuje drogi.

Wartość Atlasu Vieten może zatem okazać się nie tyle diagnostyczna, co metapoznawcza. Człowiek zaczyna obserwować nie tylko treść własnych wyobrażeń, ale sposób, w jaki je tworzy. Zauważa, czy przyszłość buduje w szczegółach, czy w zarysach; czy automatycznie umieszcza siebie w centrum sceny, czy patrzy z boku; czy spontanicznie generuje zagrożenia, czy alternatywy; czy od razu odrzuca wizję niewykonalną, czy przeciwnie – zakochuje się w niej przed sprawdzeniem kosztów. To przesunięcie pytania z „co sobie wyobrażam?" na „jak działa moje wyobrażanie?" stanowi początek prawdziwej samoregulacji. Atlas staje się w ten sposób rodzajem metajęzyka.

Pozwala on sformułować konkretne wnioski: „mój problem nie polega na braku pomysłów, lecz na niedostatku ich elaboracji"; „nie brakuje mi przyszłych scenariuszy, lecz za łatwo przeżywam je jako zagrożenie"; „mam bogate obrazy, ale małą elastyczność"; „potrafię generować nowość, lecz zbyt wcześnie odrzucam praktyczność"; „jestem tak mocno zanurzony w perspektywie pierwszoosobowej, że potrzebuję obserwatora". Taki język jest znacznie użyteczniejszy od sloganu „nie mam wyobraźni", ponieważ przekształca globalny sąd o sobie w problem funkcjonalny. To prowadzi nas do kolejnego poziomu analizy.

Jeżeli różne profile generują reprezentacje o odmiennej żywości, ucieleśnieniu, perspektywie i ładunku emocjonalnym, muszą one również w różny sposób oddziaływać na ciało. Obraz mentalny nie pozostaje bowiem wyłącznie obiektem świadomości; może zmieniać pobudzenie autonomiczne, przygotowanie ruchowe, odczuwanie bólu, oczekiwania terapeutyczne czy reakcję stresową. Granica między wyobrażeniem a fizjologią okazuje się więc nie murem, lecz interfejsem.

Czas przyjrzeć się właśnie temu interfejsowi: wyobraźni, ciału i psychice – od treningu mentalnego i placebo po ból, stres, nocebo i granice „wewnętrznej apteki". W tym obszarze szczególnie ważne będzie oddzielenie potwierdzonej psychofizjologii od atrakcyjnych, lecz zbyt daleko idących obietnic. Żadne bowiem pojęcie nie jest częściej nadużywane w popularyzacji wyobraźni niż twierdzenie, że samym obrazem można dowolnie „przeprogramować" własną biologię. Fundacja Dobre Państwo zaprasza do kolejnego artykułu.

> Czy w świecie zdominowanym przez algorytmiczną przewidywalność i „Wielkie Spłaszczenie" jesteśmy w stanie odzyskać prawo do wyobrażania sobie nieobliczalnego? Być może największym ryzykiem nowoczesności nie jest brak danych, lecz lęk przed pustką, którą wypełnić może jedynie odwaga pomyślenia świata na nowo. Pytanie brzmi: czy nasza wewnętrzna mapa jest jeszcze otwarta na terytoria, których nie da się zmapować?

Inspiracje

[1] 

"Imagine That" Cassandra Vieten PhD

2026 | Simon & Schuster | ISBN: 9781668067390

Cassandra Vieten, dr, jest licencjonowaną psycholog kliniczną, badaczką medycyny ciała i umysłu oraz autorką. Jest profesorem klinicznym w Katedrze Medycyny Rodzinnej na Uniwersytecie Kalifornijskim w San Diego (UCSD), gdzie pełni funkcję dyrektora Centrum Uważności. Ponadto jest dyrektorem ds. badań w Centrum Wyobraźni Człowieka im. Arthura C. Clarke'a na UCSD i współzałożycielką Inicjatywy Badawczej ds. Substancji Psychodelicznych i Zdrowia. Jej praca naukowa koncentruje się na duchowości i zdrowiu, doświadczeniach transformacyjnych, interwencjach opartych na uważności oraz nauce o wyobraźni. Wcześniej pełniła funkcje kierownicze w Instytucie Nauk Noetycznych, w tym funkcję prezesa i dyrektora generalnego. Dr Vieten uzyskała doktorat z psychologii klinicznej w Kalifornijskim Instytucie Studiów Integralnych i ukończyła szkolenie badawcze z genetyki behawioralnej na Uniwersytecie Kalifornijskim w San Francisco.

Cassandra Vieten, PhD, is a licensed clinical psychologist, mind-body medicine researcher, and author. She serves as a Clinical Professor in the Department of Family Medicine at the University of California, San Diego (UCSD), where she is the Director of the Center for Mindfulness. Additionally, she is the Director of Research at the Arthur C. Clarke Center for Human Imagination at UCSD and co-founder of the Psychedelics and Health Research Initiative. Her academic work focuses on spirituality and health, transformative experiences, mindfulness-based interventions, and the science of imagination. Previously, she held leadership roles at the Institute of Noetic Sciences, including serving as its President and CEO. Dr. Vieten earned her PhD in clinical psychology from the California Institute of Integral Studies and completed research training in behavioral genetics at the University of California, San Francisco.

University of California, San Diego

Literatura uzupełniająca

Książki

Książki autorów przywoływanych i literatura pokrewna:

[1] **"Frankenstein"**

Mary Shelley

ISBN: 9798521575381



[2] **"Mental Imagery"**

Francis Galton



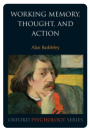
[3] **"Inquiries into Human Faculty and Its Development"**

Francis Galton



[4] **"Psychology from the Standpoint of a Behaviorist"**

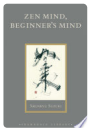
John B. Watson



[5] **"Working Memory, Thought, and Action"**

Alan Baddeley

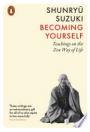
2007 | OUP Oxford | ISBN: 9780198528005



[6] **"Zen Mind, Beginner's Mind"**

Shunryū Suzuki

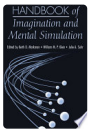
Shambhala Publications | ISBN: 9781590302675



[7] **"Becoming Yourself"**

Shunryū Suzuki

Random House | ISBN: 9781837310524



[8] **"Handbook of Imagination and Mental Simulation"**

Keith D. Markman, William M. P. Klein, Julie A. Suhr

2012 | Psychology Press | ISBN: 9781136678097

Treść tworzy Fundacja Dobre Państwo.

Redaguje i publikuje APA ONE, autorski system redakcyjny Fundacji oparty na AI.

APA ONE Publishing System

Fundacja Dobre Państwo © 2026

Article ID: 229e22e9-b977-434f-94a5-3ec57ba206d6