REDA ŠATŪNIENĖ

Šiaulių universitetas, Lietuva
Šiauliai University, Lithuania

TARP GYVENIMO STILIAUS IR SVEIKATOS: PAKEISTOS (NEĮPRASTOS) SĄMONĖS BŪSENOS KAIP ALTERNATYVAUS GYDymo(SI) SUVOKIMAS

Between Lifestyle and Health: Non-Ordinary (Changed)
States of Consciousness as Practice of (Self)Healing

SUMMARY

This publication analyzes the cultural meanings of 'health', and 'healing.' It focuses on the point of view towards 'health', 'illness' (as an opposition to 'health'), and (self) healing by individuals who practice various alternative treatment systems. According to the latest author's empirical study (2015–2016) one's approach to 'health', 'illness', and 'healing' is closely associated with a person's promoted lifestyle, and worldview. Based on theoretical, and empirical research, the publication examines, how cultural attitudes encourage individuals to choose alternative ways of healing, such as the experiences of non-ordinary (changed) states of consciousness (using psychoactive substances or without), which, by research participants, are interpreted as a kind of (self) healing. The paper tries to find out how these choices are associated with individual lifestyles and the understanding of 'health', and self-healing.

SANTRAUKA

Publikacijoje analizuojamos „sveikatos“ ir „gydymo(si)“ kultūrinės reikšmės bei alternatyvūs gydymo sistemos praktikuojančių asmenų požiūris į „sveikatą“, analizuojamas individualus „sveikatos“, „ligos“ (kaip opozicijos „sveikatai“) ir „gydymo(si)“ prasmų konstravimas. Naujausiais autorės empirinio tyrimo duomenimis (2015–2016) pagrindžiama, kad požiūris į sveikatą, ligą ir gydymąsi glaudžiai susijęs su asmens propaguojamu gyvenimo stiliumi, pasaulėžiūra. Remiantis originaliu empiriniu tyrimu analizuojama, kokios kultūrinės nuostatos skatina asmenis rinktis alternatyvius gydymo(si) būdus, pakeistų, neįprastų sąmonės

RAKTAŽODŽIAI: gyvenimo stilius, sveikata, gydymas, neįprastos sąmonės būsenos, alternatyvi kultūra.

KEY WORDS: lifestyle, health, healing, non-ordinary states of mind, alternative culture.

būsenų (naudojant psichoaktyvias¹ medžiaga arba be jų) patyrimus, kuriuos pateikėjai interpretuoja kaip tam tikrą gydymo ar savigydos² procesą. Tiriama, kaip šie pasirinkimai susiję su „sveikatos“ ir „gydymo(si)“ supratimu ir asmenų kultivuojamu gyvenimo stiliumi.

ĮVADAS

Straipsnyje aptariamos kultūrologinės, antropologinės, etnologinės „sveikatos“ („sveiko būvio“), „ligos“ ir „gydymo(si)“ sampratos. „Gydymas“ ir „gydymasis“ publikacijoje traktuojamas taikant kultūrologinę ir etnologinę prielaidą: „gydymas“ traktuojamas ne kaip medikamentinis konvencinės³ medicinos gydymo procesas, bet kaip viską apimanti sveiko fizinio ir psichinio būvio siekiamybė. Įvairios „gijimo“ procesus skatinančios veiklos gali būti įvairios: netradicinė, etno, liaudies medicina ar net su ezoterinėmis praktikomis susiję gydymo(si) būdai. Artimiausias terminas – anglų k. „healing“, kumuliuojantis platų veiklų, skatinančių išgijimą, pasveikimą, visišką pagydymą, spektrą.

Publikacijoje, remiantis teoriniais ir empiriniais tyrimais, analizuojamos sociokultūrinės „sveikatos“, „sveiko būvio“, „ligos“ ir „gydymo(si)“ sampratų konstrukcijos, kultūrinės reikšmės, išsamiau tiriamos pakeistos⁴, neįprastos sąmonės būsenos ir patirtys kaip vienas iš

galimų alternatyvaus gydymo(si) būdų tam tikruose sociokultūriniuose visuomenės sluoksniuose. Straipsnio tikslas – išanalizuoti alternatyvias gydymo sistemas palaikančių asmenų požiūrį į neįprastas sąmonės būsenas kaip tam tikrą gydymo(si) būdą, šį požiūrį siejant su individualia pasaulėžiūra ir gyvenimo stiliumi.

Publikacija pratęsia ankstesnius autorės alternatyvių kultūrų ir gyvenimo būdo studijas doktorantūros⁵ ir podoktorantūriniu⁶ laikotarpiu, papildydama jas nūdienos sociokultūrinėms grupėms priklausančių narių alternatyvių gydymo(si) traktuotų ir praktikų tyrimais. Teorinio ir empirinio tyrimo duomenimis pagrindžiama, kad požiūris į sveikatą, ligą ir gydymąsi yra glaudžiai susijęs su asmens pasaulėžiūra ir gyvenimo būdu: analizuojama, kokios kultūrinės nuostatos skatina asmenis rinktis alternatyvius gydymo(si) būdus, koku būdu asmeninės vertybės gali nulemti asmens požiūrį į „sveikatą“, „ligą“ ir gydymo(si) praktikų pasirinkimą ir pan.

VAKARŲ IR LIETUVOS ETNOMEDICINOS TYRIMŲ KONTEKSTAI

Lietuvos kontekste medicininės antropologijos tyrimus atliko R. Trimakas, R. Petkevičius, kiti. Trimakas⁷ monografijoje apie XIX a. pab.–XX a. pr. liaudies mediciną nagrinėjo iš etnologijos ir folkloristikos perspektyvos, V. Gribauskaitė publikacijoje „Ligų etiologijos Rytų Lie-

tuvos ir Vakarų Baltarusijos kaime XIX a. pabaigoje–XX a. pirmojoje pusėje“⁸ aiškina tikėjimus dėl ligų priežasčių, egzistavusius prieš gerą šimtmetį. R. Petkevičius tyrinėjo etnopsichiatrijos apraiškas: studijoje „Nerviniai sutrikimai ir jų gydymas Užpalių apylinkių XX–XXI a.

tradicinėje medicinoje⁹ pristato atliktus lietuvių liaudies medicinos tyrimus – augalų rūšis, žolelių rinkimą ir naudojimą etnopsichiatrijos srityje.

Pakeistų, neįprastų sąmonės būsenų tyrimai lietuviškame kontekste iš dalies siejami su etnologiniais „naujojo šamanizmo“ tyrinėjimais, kuriuose labiau fokusuojamasi į religinį aspektą (E. Aleknaitė, „Šamaniški elementai baltų religinėje tradicijoje“, 2008), tačiau neaptikta akademinių publikacijų, kuriose būtų fokusuojamasi į pakeistas, neįprastas sąmonės būsenas būtent kaip į tam tikrą alternatyvios medicinos (gydymo ar savigydos) formą, kurios praktikavimas glaudžiai susijęs su asmens gyvenimo būdu, stiliumi, gyvenimo filosofija.

Vakarų šalyse pakeistų, neįprastų sąmonės būsenų antropologiniai ir etnologiniai tyrimai turi gilesnes šaknis jau vien dėl susiklosčiusių istorinių aplinkybių: antropologinių senųjų kultūrų tikėjimų tyrimai Vakaruose buvo atliekami dar septintajame dešimtmetyje, pvz., buvo tiriamos tokios praktikos kaip pejoto ar ajachuaskos vartojimo ritualai Amerikos indėnų bendruomenėse. Pakeistų (neįprastų) sąmonės būsenų tyrimai gana išpopuliarėjo antropologams

pradėjus tyrinėti šamaniškas kultūras¹⁰, kur šamaniška ekstazė, pakeistų, neįprastų sąmonės būsenų kultivavimas turėjo esminę reikšmę sprendžiant aktualius bendruomenės klausimus. Transas, ekstazė ar kitos neįprastos sąmonės būsenos buvo praktikuojamos gydymo ir šamanų mokymų procesuose.

Winkelmano teigimu, šamaniškos transo sukėlimo technikos „stimuliuoja autonominę nervų sistemą, svarbiausius sąmonės procesus ir asocijuojamus emocinius bei prisirišimo mechanizmus: atsipalaidavimą, pasąmonės turinio integravimą į sąmonę, stimuliuoja endogeninius gijimo procesus“¹¹ – taigi, akcentuoja terapinį pakeistų, neįprastų sąmonės būsenų poveikį, tai sieja su serotoninino¹² ir kitų natūralių cheminių medžiagų poveikiu.

Pakeistų (neįprastų) sąmonės būsenų kultūrologinius tyrimus galima priskirti sąmonės antropologijos sričiai, kuri tyrinėja magiškų reiškinių, tikėjimų supratimus („magiškoji sąmonė“) įvairiuose kultūriniuose ir laiko kontekstuose¹³. Sąmonė įvairiomis formomis ir būdais dalyvauja asmens kasdieniame gyvenime organizuodama fizinės ir psichinės veiklos procesus, taip pat daro įtaką gydymo ir gydymo(si) eigai.

TARP GYVENIMO BŪDO IR GYDYMO(SI)

Remiantis Larsono (2006) ir Winkelmanno (2009) alternatyvios medicinos apibrėžtimis, alternatyviam gydymui gali būti priskiriamos ne tik mūsų kultūriniam suvokimui egzotiškos, bet ir tradiciškai suvokiamos veiklos, traktuojamos kaip įprastos kasdienės praktikos: įvairių rūšių sportas (bėgimas, važinėji-

mas dviračiu), tam tikrų produktų atsisakymas (vegetarizmas, veganizmas)¹⁴ ar badavimas; pasivaikščiojimai parke, žolelių arbatos gėrimas, specialios dietos; gydymas kristalais, akupunktūra, hipnozė, dvasinis ir energetinis gydymas, aromaterapija, spalvų terapija¹⁵ ir pan. Minėtos ir panašios praktikos neretai labiau

asocijuojamos su „gyvenimo stiliaus“, „laisvalaikio“ ar „pasirinkimų“ (angl. „taste“) grupėmis / subkultūromis ir analizuojamos būtent tais aspektais. Anot Winkelmanno, gydymo(si) procesas visuomet vyksta tam tikroje kultūrinėje sistemoje, o jo tiekėjai ir gavėjai priklauso subkultūroms, t. y. sociokultūrinėms grupėms¹⁶, kurioms būdingos savitos tarpusavio bendravimo, elgesio, išvaizdos normos, požiūriai ir nuostatos.

Asmens ir visuomenės sveikatą nulemia virtuali kultūrinių, socialinių ir ekonominių faktorių: individualus elgesys, mityba, aplinkos sąlygos, asmeniniai fiziniai rodikliai, visuomenės palaikymas, materialinė pagalba¹⁷. Galimybė išvengti tam tikrų ligų arba pasveikti yra susijusi su kultūriniais įsitikinimais, tikėjimais, įprastomis kasdienėmis praktikomis, požiūriais ir nuostatomis¹⁸.

Kultūriniai faktoriai yra vieni esminių kalbant apie sveikatos, ligos ir sveiko būvio supratimus. Tokiomis sąlygomis aktualu tyrinėti šiandieninėje kultū-

roje vyraujančius „sveikatos“, „ligos“ supratimus šitaip praplečiant „gydymos(si)“ kultūrinę sampratą ar galimai integruojant šiuos duomenis į konvencionalias medicinos sistemas.

Liga, jog gydymas, eiga taip pat konstruojami ir sociokultūriniais aspektais: egzistuoja specifinė medicinos kalba (žargonas); specifinis ligos įvardijimo, klasifikavimo ir paaiškinimo būdas; gydytojo – paciento santykiai, šiuolaikiniai gydymo procesą lydintys ritualai¹⁹ ir pan. Winkelmannas pažymi, kad etnomedicina turi būti analizuojama taip pat, kaip ir politinė ar religinė sistema, kalba ar kitos simbolinės sistemos²⁰: pvz., oficialioji biomedicina įstatymais numatyta tvarka sprendžia, kurie vaistai pacientui bus prieinami gydant atitinkamą ligą, o įstatymais apibrėžtos (suteiktas kodas) ligos (ypač „naujos“, sudėtingai diagnozuojamos ir plačiojoje visuomenėje ne itin pripažįstamos²¹) sukuria ir kultūrinės normos, mat šis formalus matas numato, kada žmogus laikomas sergančiu, kada – ne.

„SVEIKATOS“, „LIGOS“ IR „GYDymo(SI)“ SAMPRATOS SKIRTINGUOSE KULTŪRINIUOSE KONTEKSTUOSE

Vakarietiškoje medicinos paradigmoje sveikata suvokiama kaip kokybiškas fizinių ir psichinių žmogaus kūno sistemų funkcionavimas. Alternatyvios sveikatos sampratos dažniausiai ją laiko tam tikra *a priori* egzistuojančia tvarka, harmonija. Pvz., Amerikos indėnų sveikatos samprata remiasi keturių sferų (kūnas, protas, dvasia, emocijos) derme: ligą sukelia šių sferų išbalansavimas. Ajurvedoje panašiai: išskiriamos trys došos (vata, kapha ir pita), kurių kiekviena

reprezentuoja tam tikrą specifinį disbalansą žmogaus kūno struktūroje. Kinų medicinoje pripažįstamas „jing ir jang“ harmonijos principas. Sveikatos samprata apima fizinę, psichinę ir socialinę gerovę, galimybes pagal savo norą dalyvauti šeimos, bendruomenės ar darbinuose reikaluose, galimybę prisitaikyti prie kintančių sąlygų²², arba tiesiog gerą savijautą. Winkelmanno teigimu, biologinės medicinos kontekste „sveikatos“ samprata tarp gydytojų ir pacientų ski-

riasi: profesinis gydytojų ruošimas „sveikatos“ sampratą išspraudžia į siaurus simptomų diagnostikos ir jų gydymo strategijų rėmus, o pacientai „sveiką būvį“ supranta kitaip; dažniausiai – kaip gerovę²³, ne vien simptomų pašalinimą.

Taigi „sveikatos“, „ligos“, o atitinkamai – ir gydymo strategijos priklauso

nuo tradicijų, tikėjimų, mentaliteto, susiformavusios pasaulėžiūros. Priklausomai nuo sveikatos sampratos, požiūrio į žmogaus prigimtį, lokalias tradicijas priklauso ir parenkamas (ar pasirenkamas) gydymo(si) būdas. O tai nurodo, kad gydymo(si) traktuočių ir praktikų spektras gali būti labai individualus, platus.

PAKEISTŲ, ARBA NEĮPRASTŲ, SĄMONĖS BŪSENŲ REIKŠMĖ (IR PRAKTIKOS) GYDymo PROCESUOSE

Pakeistų (angl. „changed“, „altered“), neįprastų (angl. „non-ordinary“) sąmonės būsenų reikšmė gydymo procese žinoma nuo seniausių laikų: žyniai, šamanai gydydavo esant pakitusiai sąmonės būsenai²⁴; pripažįstama, kad gydymąjį poveikį turi meditacija, gili koncentracija, malda, ir pan.

Medicinos antropologo Winkelmano teigimu, pakeistos sąmonės būsenos veikia kaip integralus sąmonės modelis, aktyvuoja įvairius savasties ir emocinius aspektus, veikia simpatinę nervų sistemą. Ilgalaikio dainavimo, būgnų mušimo, šokio metu ir pan. simpatinė nervų sistema tiek išvarginama, kad ją užvaldo kita – parasimpatinė²⁵. Šis procesas sukelia matomus vaizdinius, vizijas, gali būti jaučiama, kad dvasia palieka kūną, vyksta spontaniškos konvulsijos: smegenyse vyksta atitinkami procesai, sąlygojantys dramatiškus tapatumo, asmenybės, elgesio, emocijų pokyčius²⁶.

Pakeistą sąmonę galima patirti meditacininių praktikų – satori, nušvitimo, nirvanos, vidinės palaimos ir pan. – metu. Tada dažniausiai orientuojamasi į asmens vidų, siekiama sąmoningai fiksuoti pokyčius, kontroliuoti protą, troš-

kimus. Meditacijos metu taip pat patiriami mistiniai išgyvenimai, pvz., žmogaus – gamtos – kosmoso jungtis ir pan. Šios meditacinės būsenos gali būti pasiekiamos giedojimo, nemigos, badavimo, kitokių mitybos praktikų ar sensorinių apribojimų metu²⁷.

Psichologijoje psichoaktyvių medžiagų (LSD²⁸) naudojimas vadinamas „psicholitiniu“ požiūriu – kada atitinkami šių medžiagų kiekiai naudojami psichoterapiniuose užsiėmimuose. Šio preparato naudojimas itin pagreitindavo psichoterapinių seansų greitį / efektyvumą, nes pašalindavo gynybinius emocinius blokus, ypač per katarsio (dėl psichoaktyvios medžiagos poveikio) patyrimą, o tai itin pagreitindavo visą psichoterapijos procesą²⁹. Vienas pasaulyje pripažintų žinomų gydytojų, psichiatras, klinikinės medicinos atstovas Stanislas Grofas dar septintojo dešimtmečio pradžioje Čekijoje ir JAV inicijavo LSD terapijos metodą, kai gydant pacientą buvo naudojama pusiau sintetinė, penktojo dešimtmečio pradžioje Aleberto Hofmanno atrasta medžiaga. Ilgainiui šis terapijos metodas dėl „moralinės panikos“ visuomenėje, kurią

kėlė griauantis LSD poveikis, neįsitvirtino psichoterapijoje, apsisotą ties eksperimentine veikla. Priklausomybių ligų specialistas Michaelis Gosopas apgailestauja, kad tapo sudėtinga „palaikyti racionalią diskusiją apie šio narkotiko galimą naudą“³⁰.

Kiek vėliau S. Grofas išrutuliojo vadinamojo „holotropinio“ kvėpavimo techniką, kai neįprastos sąmonės būsenos pasiekiamos nenaudojant psichoak-

tyvių medžiagų. „Holotropinio“ kvėpavimo metu patiriami išgyvenimai turi terapinį (emocijų paleidimo, išsilaisvinimo iš baimių ir pan.) poveikį. S. Grofo psichoterapinės technikos gana artimos šamaniškoms neįprastų sąmonės būsenų sukėlimo technikoms, tokioms kaip šokis, muzika, drama, humoras ar socialiniai ritualai, kurių metu, kaip teigiama, vyksta proto-kūno komunikacijos ir gydymo procesai³¹.

EMPIRINIO TYRIMO METODOLOGIJA IR DUOMENYS

Atliekant etnografinį lauko tyrimą buvo taikoma etnografinio (antropologinio) tyrimo metodologija, kuri padeda kultūros ar meno fenomeną ištirti išsamiai, ypač – jei tai naujas, menkai tyrinėtas sociokultūrinis reiškiny.

Buvo taikomi šie etnografinio tyrimo metodai: stebėjimas, giluminiai interviu, diskusijos, neformalus pokalbiai, atvirų klausimų anketa, dokumentų analizė. Tyrimas buvo atliekamas 2015–2016 m. Kaune ir Vilniuje. Tyrimo dalyvių amžius 28–47 metai. Iš viso apklausta dešimt pateikėjų³². Giluminių interviu trukmė – apie 1–1,5 val. Interviu duomenys

iššifruoti, koduoti, struktūruoti pagal iš vidaus kylančią problematiką, pateikėjų teikiamus reikšminius prioritetus ir tyrimui aktualias temas.

Pateikėjų apibrėžties kriterijus: sąmoningas alternatyvių gydymo(si) metodų praktikavimas, artikuliuotas savo sąmonės būsenos, ypač – pakeistos, neįprastos sąmonės kaip reikšmingos savasties (tapatumo) sudedamosios dalies stebėjimas ir fiksavimas, aiškus naudojamų alternatyvių gydymo(si) praktikų įvardijimas, jų reikšmingumas asmens gyvenimo pasirinkimuose.

NEĮPRASTŲ SĄMONĖS BŪSENŲ PATYRIMAS KAIP ALTERNATYVAUS GYDYMO(SI) SUVOKIMAS

Per tyrimą buvo pastebėta, kad neįprastų sąmonės būsenų patyrimo siekiantys asmenys domėjosi savo psichika, sąmonės praplėtimo galimybėmis (ne vien vartojant stimuliuojančias medžiagas), patys akcentavo savo siektiną tikslą – tapti geresniais žmonėmis, giliau suvokti vietą, kurioje gyvename (Žemę,

aplinką), bent iš dalies nujausti priežastį, kodėl mes gimėme šioje vietoje ir šiuo laiku. Per tyrimą buvo fiksuojamas gana viską apimantis susidomėjimas savęs pažinimo ir alternatyviosios medicinos metodais kaip priemonėmis susikurti geresnį, komfortabilėsnį gyvenimo būdą. Su tuo susijusi literatūra dažnai nuveda

į atitinkamą sociokultūrinę terpę, kurioje randami bendraminčiai.

Turimi empirinio tyrimo duomenys rodo, kad tyrimo dalyviai (asmenys, tikslingai praktikuojantys pakeistas arba neįprastas sąmonės būsenas (vartoja psichoaktyvias medžiagas ar pasiekia šias būsenas kitais būdais) gali būti traktuojami kaip užsiimantys tam tikra savęs gydymo – (su)gijimo, žaizdų (ne fizinių) užgydymo praktika. Užfiksuota, kad neįprastų sąmonės būsenų siekis (neretai siejamas su dvasiniais ieškojimais) tyrimo dalyvių traktuojamas kaip savotiškas terapinis – gydomasis „savi-integracinis“ (remiamasi kai kurių tyrimo dalyvių vartojama terminija) procesas. Pakeistas sąmonės būsenas tyrimo dalyviai traktavo kaip savo paslėptos dalies vidinį integravimą, energijos atgavimą, vidinės jėgos atradimą, vidinį gydymo procesą. Fiksuojamas pozityvus požiūris, neįprastose sąmonės būsenoje patirtų išgyvenimų priėmimas, gana plačiai apibrėžiama sveikatos kaip tam tikro komfortabilaus vidinio būvio sąvoka.

Ats.: – Nuostabi gydanti substancija. Kl.: – O kaip tu supratai, kad tai gydanti...? Kas tai yra gydymas tau? [...] Ats.: – Po to aš jaučiuosi ramiau, drąsiau. [...] Tai nebuvo kaip kažkoks nušvitimas ar kas. Tai viskas daug paprasčiau. Tai toks atšviežinimas įvyko (2016 rugsėjis, mot., 41 m.).

Pats neįprastos sąmonės būsenos patyrimo procesas apibūdinamas kaip tam tikros vidinės stiprybės reikalaujanti situacija, reikalinga atitinkamų psichomocinių gebėjimų, valios.

Tai yra situacija, iš kurios tu negali pabėgt. Tai atsiduri tokioje būsenoje, iš kurios negali pabėgt. [...] Tu turi patirti ją.

Net jei nesijauti komfortabiliai [...]. Tau reikia priimti tai. Čia reikia stengtis, būti pasiryžus (mot., 42 m.).

Pastebėta, kad priežastis, paskatinusi siekti patirti neįprastą sąmonės būseną natūraliomis, psichoaktyviomis priemonėmis, buvo tarsi nulemta: neformalių pokalbių metu buvo teigiama, kad atsiranda vidinis poreikis, noras „atsinaujinti“. Verta akcentuoti, kad pakeistų sąmonės būsenų praktikavimas laikomas retu įvykiu, kurio dažnai praktikuoti negalima: būsenos sureikšminamos kaip turinčios ypatingą poveikį, tad jų dažnas praktikavimas savotiškai devaluotų jų sveikatinamą, gydomąją ar netgi sakralią prigimtį.

Paraleliai diskutuojama apie vartotojišką požiūrį į pakeistų sąmonės būsenų praktikavimą, kuris nėra toleruojamas.

Visų pirma aš – šitą citatą būtinai pavartokit – tam, kad galėtų žmonės, kurie mokosi, ar tie, kurie vartoja dėl „fun“, arba vardan to, kad čia yra „kita“ ir eina į klubus, visų pirma yra sąmoningumas (akcentuoja žodį, – aut. past.). Žmogus subrendęs vidumi – [pauzė] širdis ir protas [rodo] – ir tada jisai galės atsakyti už save. Jei bus jis durnas [...] durnas pavartojo, durnas ir liks. [...]. Tai dėl tai visų pirma yra atsakomybė ir klausimas „ar aš tą patempsiu“ (vyr., 28 m.).

Per tyrimą buvo akcentuota pakeistų, neįprastų sąmonės būsenų gydomoji galia, sakralioji šių būsenų išgyvenimo pusė, bet pateikti ir tam tikri apribojimai: kada, kam ir kokiomis aplinkybėmis galima vartoti sąmonę keičiančias substancijas.

Ats.: – Tą daryti (tikslingai vartoti psichoaktyvias medžiagas, – aut. past.) reikia:

pirma, gydymui, antra, bendravimui su alternatyviomis realybėmis, informaciniu lauku, pan. [...] tai kolektyvinė misterija. [...] Žmonės atitrūkę nuo gamtos, sakralumo, ir (dėl psichoaktyvių medžiagų, – aut. past.) patiria tą dieviškumą, jis gali išgyventi tą sakralų momentą. Kad ir vakarėlį kur parūkės, kur nepraėjęs dvasinių praktikų tu to negali patirti. Kl.: – Bet tai ten vakarėlio metu tai ką ten supranta, jei to dieviškumo neieško?... Ats.: – Net jei jis ir nežino, bet jis gali tą patirti, jam gali tą atverti, kažką paleisti jam gali. Jame sujungs kažką, kad jam atsivers. [...] Tai [vartojimas psichoaktyvių medžiagų, – aut. past.] turi būti kvalifikuota, tada tai bus tikra, kitaip bus [...] [negera, neteisinga, – aut. past.]. [...] Ir aišku, šios medžiagos negali būti vartojamos vaikų ar paauglių, nes nežinai, gali kas nors ir vystytis sustot. Dabar viskas yra tiek pasikeitę, kad sunku ir suvokti, kaip ir kodėl tas buvo daroma senų senovėje (mot., 41 m.³³).

Tyrimo dalyvių teigimu, neiprastų sąmonės būsenų metu patirti išgyvenimai duoda atsakymus į klausimus, kurie, esant įprastai, kasdieniui sąmonės būsenai, nesuvokiami, nepasiekiami: *tau viskas tada pasidaro aišku* (mot., 42 m.). Pakeistos sąmonės būsenos, anot tyrimo dalyvių, padeda įveikti sąmonės ar net informacijos ribotumus:

Pamatyt kitas realybes, kitas galimybes. Tai leidžia tau suvokti viską labiau realistiškai, kas čia dedasi aplink mus. O ne

tik tikėti tuo, ką mums sako visuomenė, nepasitikėti visa ta propaganda (mot., 42 m.). Aš tikiu, kad nėra viskas taip, yra parodoma. Galbūt čia yra tam tikras virusas įdėtas. Galbūt dėl to (sąmonę keičianti substancija, – aut. past.) yra nelegalizuojama? Nes mąstantis žmogus pradeda mąstyti plačiau. Ir tai yra kvėstionuojama – kaip tai dabar yra populiariau sakyti – tikrovė. O mes, kaip suprantam visi, tai tikrovė yra reliatyvus dalykas“; „Dėl to, prie savigydos, jo; [...] jisai pamato, kaip, tarkim, Vakarų medicina chemiją pumpuoja. Kalbu apie Prozac'ą, kalbu apie antidepresantus, kalbu apie citramoną tą patį [...]. Tai viskas yra farmacija: tam, kad žmogus jaustųsi sveikas, ir [paūzė] vat, atseit, būtų sistemos dalis... (vyr., 28 m.).

Taigi preliminarūs tyrimo rezultatai leidžia tarti, kad pakeistų, neiprastų sąmonės būsenų siekimas yra sudedamoji platesnės asmens pasaulėžiūros ar net tapatumo dalis, kuri galbūt ir lemia siekį praplėsti sąmonės ribas, ieškoti / siekti gilesnio savęs ir pasaulio pažinimo per sąmonę keičiančias praktikas. Sąmonės ribų plėtimas traktuojamas kaip šio pasaulio ribotumo suvokimas, valdymo, socialinių santykių ir ideologijų, hierarchijos sistemų, išipynusių į fizinę ir psichinę būti, aptikimas, siekis iš jų išsivaduoti. Vadavimosi procesas siejamas su savojo vidinio „aš“, tam tikru tiesos, „tikrumo“ ieškojimu.

IŠVADOS

Teorinio ir empirinio tyrimo rezultatai leidžia teigti, kad „sveikatos“ suvokimas, su sveikata ir vidiniu komfortu susijusios praktikos glaudžiai siejasi su asmens gyvenimo būdu, kultūrine aplin-

ka. „Sveikatos“, „ligos“, „gydymo(si)“ sampratoms ir praktikoms įtaką daro lokalus sociokultūrinis kontekstas, istoriškai susiklosčiusios tradicijos, individuali pasaulėžiūra.

Pakeistų, neiprastų sąmonės būsenų siekimas koreliuoja su asmens pasirinktu gyvenimo stiliumi, kasdienėmis praktikomis: tai gali būti medituojantis vie nuolis, dvasinio kelio ieškotojas, vakarėlių mėgėjas ar neaiškos kilmės ligų kamuojamas chroniškas ligonis – visus juos sieja pakeistų, neiprastų sąmonės būsenų kaip sąmonės praplėtimo ir (iš)gijimo galimybių paieškos, vedančios prie pasaulio ir vidinio integralumo suvokimo.

Tyrimo rezultatai rodo, kad pozityvus netradicinių gydymo(si) būdų toleravimas iš dalies yra nusivylimo konvencine medicina, kuri siejama su farmacijos pramone ir apskritai – su „siste-

ma“ plačiąja prasme pasekmė. Toliau būna ieškoma alternatyvių metodų, gydymo(si) praktikų, kurios susijusios su asmeniniais įsitikinimais, gyvenimo filosofija, sociokultūrine aplinka.

Galima teigti, kad susidomėjimas pakeistomis, neiprastomis sąmonės būsenomis yra susidomėjimo alternatyviomis sveiko būvio, savirealizacijos, saviraiškos galimybėmis pasekmė bei noras kvestionuoti dominuojančius sociokultūrinius modelius. Tai gali būti įvardinta kaip tam tikra kultūrinės rezistencijos forma, kritinė mus supančios aplinkos refleksija, normų, dogmų kvestionavimo pozicija.

Literatūra ir nuorodos

- ¹ „Psichoaktyvios“ – tai psichiką veikiančios medžiagos. Tai gali būti kava, cukrus, tam tikros narkotinės medžiagos.
- ² „Savigyda“ tekste traktuojama kaip laisva valia, remiantis turimomis tradicinės ir netradicinės medicinos žiniomis, naudojama gydomosi praktika, atliekama individualiu sprendimu, kad būtent tuo metodu asmuo gydo (ar sveikatina) savo fizinį, emocinį ar psichinį kūną.
- ³ Dar vadinamos „tradicine, vakarietiška, alopatine“ medicina.
- ⁴ „Pakeista“ (angl. *changed, altered*, taip pat sutinkamas pavadinimas *altered states of mind*), „nei-prasta“ sąmonė – tai sąmonės būseną, kuri gali būti pasiekama natūraliais metodais (nemiga, badavimu, malda, ypač dideliu fiziniu ar emociniu krūviu) arba pasiekama vartojant natūralias (gamtoje aptinkamas, ne cheminiu būdu gaminamas) psichoaktyvias substancijas.
- ⁵ Reda Šatūnienė, *Pankų subkultūra – tapatumo bruožai*. Kaunas: VDU, 2008.
- ⁶ Teorinis ir empirinis tyrimas sociokultūrinio ir emocinio „saugumo“ tema, atliktas 2011 m. Michigano universitete pagal Ronald and Eileen Weiser Professional Development Award grantą.
- ⁷ Ramūnas Trimakas, *Lietuvių liaudies medicina: etnografiniai ir folkloristiniai aspektai. XIX amžiaus*

pabaiga – XX amžiaus pirmoji pusė. Vilnius: VU leidykla, 2008.

- ⁸ Veronika Gribauskaitė, Ligų etiologijos Rytų Lietuvos ir Vakarų Baltarusijos kaime XIX a. pabaigoje – XX a. pirmojoje pusėje. *Liaudies kultūra*. Vilnius: Lietuvos nacionalinis kultūros centras, 2008/6 (123), p. 26–30.
- ⁹ Romualdas Petkevičius, Nerviniai sutrikimai ir jų gydymas Užpalių apylinkių XX–XXI a. tradicinėje medicinoje. *Lietuvos lokaliniai tyrimai. Etnologija. Lietuvos valsčiai. Užpaliai*. Vilnius: Versmė, 2016, p. 1–44.
- ¹⁰ Mircea Eliade, *Shamanism: Archaic techniques of ecstasy*. New York: Pantheon Books, 1964; Ake Hultkrantz, Ecological and phenomenological aspects of shamanism. *Shamanism in Siberia*. Budapest: Akademiai Kiad, 1978, p. 27–58; John Halifax, *Shamanic voices*. New York: Dutton, 1979; Michael Harner, *Hallucinogens and shamanism*. New York: Oxford University Press, 1973.
- ¹¹ Michael Winkelman, *Culture and Health: applying medical anthropology*. San Francisco: John Wiley and Sons, 2009, p. 387.
- ¹² Ten pat, p. 387.
- ¹³ Susan Greenwood, *The Nature of Magic: An Anthropology of Consciousness*. New York: Berg, 2005.
- ¹⁴ Larson, p. 13–14, 17–18, 31.

- ¹⁵ Larson, p. 3–4.
- ¹⁶ Michael Winkelman, *Culture and Health: applying medical anthropology*. San Francisco: John Wiley and Sons, 2009, p. 11, 106–116, 5–6.
- ¹⁷ Ten pat, p. xviii–xix.
- ¹⁸ Vadovaujantis šia logika, gyvenimo būdas (stilius) gali nulemti mirtį nuo širdies ligų (pvz., iki paryčių trunkantys vakarėliai su alkoholio gausa, paveikiantys atitinkamus organus), saldūs gėrimai mokyklose gali paskatinti su cukraus pertekliumi siejamas ligas, o rūkymas, kaip stiliaus įvaizdis, gali lemti plaučių, gerklės susirgimus ir kt.
- ¹⁹ Winkelman, p. 11, 106–116.
- ²⁰ Remiamasi Arthur Kleinman, Medicine's symbolic reality: On a central problem in the philosophy of medicine. *Inquiry*, Vol. 16. I, London, NY: Routledge, 1973, p. 206–213; Arthur, Kleinman. *Patients and healers in the context of culture: An exploration of the borderland between anthropology, medicine, and psychiatry*. Berkeley: University of California, 1980, p. 27, 33. Michael Winkelman, *Culture and Health: applying medical anthropology*. San Francisco: John Wiley and Sons, 2009, p. 8.
- ²¹ Pvz., depresija (sąlygiškai nauja), fibromalgija, įvairios organų disfunkcijos.
- ²² Michael Winkelman, *Culture and Health: applying medical anthropology*. San Francisco: John Wiley and Sons, 2009, p. 14.
- ²³ Ten pat, p. 15.
- ²⁴ Ten pat, p. 140.
- ²⁵ Ten pat, p. 393.
- ²⁶ Ten pat.
- ²⁷ Ten pat, p. 394.
- ²⁸ LSD – haliucinoneginė medžiaga, atitinkamomis dozėmis vartota eksperimentinėje psichoterapijoje. Pvz., N. Chwelos, D. B. Blewett, C. M. Smith, A. Hoffer, Use of d-lysergic acid diethylamide in the treatment of alcoholism. *Quarterly Journal of studies on Alcohol*, Vol. 20. USA: Journal of Studies on Alcohol, Inc., 1959, p. 577–590. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/13810249> [žiūrėta 2016 11 23].
- ²⁹ Станислав Гроф. *Области человеческого бессознательного: опыт исследований с помощью ЛСД*. Москва: MTM, 1994, с. 41–42.
- ³⁰ Michael Gossop. *Gyvenimas su narkotikais*. Vilnius: Artlora, 2001, p. 227.
- ³¹ Rossi, Ernest Lawrence, In search of a deep psychobiology of hypnosis: Visionary hypotheses for a new millennium. *American Journal of Clinical Hypnosis*, Vol. 42(3–4). USA: Taylor & Francis, 2000, p. 198. [Paimta iš: Michael Winkelman, *Culture and Health: applying medical anthropology*. San Francisco: John Wiley and Sons, 2009, p. 410].
- ³² Tyrimas tęsiamas.
- ³³ Reda Šatūnienė, „Paribio“ patyrimai: pakeistų sąmonės būsenų reikšmė alternatyviuose gyvenimo modeliuose. *Inter-Studia Humanitatis*, Nr. 19. Šiauliai: ŠU leidykla, 2016, p. 108.