



Dienestā Vidusāzijā PSRS bruņotajos spēkos.

JUMS ŠĶIET, KA LIKTENIS MĒDZ SŪTĪT ĪPAŠAS ZĪMES? MĒDZAT JUST NEIZSKAIDROJAMU ĻAUNUMA KLĀTBŪTNI SAVĀ TUVUMĀ? REIZĒM LIEKAS, KA NEMAZ NEESAT CILVĒKS? TAMLĪDZĪGUS JAUTĀJUMUS RĪGAS STRADIŅA UNIVERSITĀTES STUDENTIEM UZDEVA MEDICĪNAS FAKULTĀTES PSIHOSOMATISKĀS MEDICĪNAS UN PSIHOTERAPIJAS KATEDRAS ASISTENTS UN PSIHOTERAPEITS ARTŪRS UTINĀNS, VEICOT PĒTĪJUMU PAR MAĢISKO DOMĀŠANU, TICĪBU PARANORMĀLAJAM UN KRITISKO DOMĀŠANU MEDICĪNAS STUDIJU PROCESĀ. IZRĀDĪJĀS, KA APTUVENI PUSE STUDENTU TIC PARANORMĀLIEM FENOMENIEM – SPOKIEM, NOBURŠANAI, PSIHOKINĒZEI.

Pagājušā mēneša sākumā Artūrs Utināns pētījumu aizstāvēja kā promocijas darbu, taču viņa interesei par cilvēka sliekšni nedomāt kritiski un ticēt tam, kam nav nekāda zinātniska pamatojuma, ir daudzu gadu vēsture: kopš 90. gadu sākuma viņš darbojies Jauno reliģisko kustību, sektu un kultu pētīšanas padomē, bijis Reliģisko kustību pētīšanas padomes priekšsēdētājs. Lasītāju netrūkst Artūra Utināna blogam internetā, kurā viņš publicē savas pārdomas par sapņu pārdevējiem – tā viņš dēvē astrologus, ekstrasensus un dažādu reliģisko sektu garīgos līderus.

**Vai, uzsākot pētījumu par maģisko domāšanu medicīnas studiju procesā, jums jau bija priekšstats, kāds varētu būt rezultāts?**

Jāpaskaidro, ka šie jautājumi ietilpst psihoterapijas jomā, jo viena no psihoterapijas un psihoanalīzes galvenajām premisām ir, piemēram, Freidam, ka cilvēks kopš bērnības dzīvo tādā kā neirotisko fantāziju pasaulē, un viņam ir dažādas infantilas iedomas par to, kā iespējams ietekmēt pasauli un apkārtējos. Virziens, kurā cilvēks attīstās un kurā viņam vajadzētu palīdzēt attīstīties psihoterapijai un psihoanalīzei, ir saskarsme ar realitāti, kritiskā domāšana. To izsaka pētījuma nosaukums.

Kognitīvi biheiviorālajā psihoterapijā arī ir metodes, kuru nolūks ir samazināt cilvēkā iracionālo un padarīt viņu racionālu – iespēju robežās. Šīs teorijas apspriežot ar studentiem, neredzi esmu dzirdējis, ka par uzvedības ietekmētājiem viņi uzskata ne vien gēnus, mātes audzināšanu, tēva piemēru, brāļus, māšas un partnerus, kultūru, bet arī debess ķermeņus un to stāvokli.

**Studenti uzskata, ka zvaigžņu stāvoklis ietekmē uzvedību?**

Bieži kā etioloģiskus faktoros min arī jaunu aci, noburšanu, lāstu vai bezlaulības vainagu. Teiksim, kāds ir vientuļš, nevar atrast partneri, mīlestību. Kas vainojams – liktenis, karma? Mūsu kursā māca, ka tās ir zemapziņas nostādņu sekas: cilvēks ir pārāk kautrīgs, baidās, ir pārmēru aizdomīgs, kašķīgs, greizsirdīgs, ar nereāli augstām morāles prasībām pret savu partneri.

Reiz, lai sāktu diskusiju, joku pēc izdomāju, ka pats uzdošu studentiem jautājumus par horoskopiem un citām pārdabiskām ietekmēm. Izveidoju testu – uzrakstīju septiņus spēkus, kas it kā varētu ietekmēt cilvēka uzvedību, un studentiem tie bija jāsarindo, viņuprāt, pareizā secībā pēc nozīmīguma. Es nosaukšu tāda kārtībā, kas atbilst zinātnes atklājumiem: pirmajā vietā gēni, tad – māte, tēvs, brāļi, māšas, mīlas vai seksa partneris, ģeogrāfiskā dzīvesvieta, to ierakstīju, lai nedaudz jauktu galvu, jo, ja studenti minētu planētas un, piemēram, Jupiteru, tad skaidrs, ka Zemes pievilksanas spēkam ir daudz lielāka ietekme uz cilvēku nekā Jupitera gravitācijai, zinātnieki saka, ka pat mobilā



"Reti kurā Latvijas augstskolā kritisko domāšanu iemāca lietot arī attiecībā uz pārdabiskām parādībām," spriež Artūrs Utināns.

ZANE ENIŅA

# Kāpēc pasaules gals nepienāca

telefona gravitācijas spēkam ir daudz lielāka ietekme nekā Jupitera gravitācijas spēkam. Un vēl bija ierakstīts Mēness un horoskops.

Neliela daļa studentu horoskopu lika pirmajā vietā, viss pārējais, arī tas, ko māca augstskolā kā zinātnisku pieeju, bija pēc tam. Pietiekami lielam skaitam studentu tas bija pa vidu vai sākumā – otrajā, trešajā vietā, kaut gan zinātnes ieskatā un arī eksperimentāli pierādīts, ka dzimšanas datuma ietekme uz uzvedību ir apaļa nulle. Mēnesi anketā ielikšu, jo tā gravitācijas spēks ietekmē norises uz Zemes, bet to studenti mēdz jaukt ar Mēness fāzēm. Parasti min – re, kā Mēness ietekmē paisumu un bēgumu, tad jau asinsriti arī ietekmē...

**Cilvēks taču lielā mērā sastāv no ūdens!**

Paisums un bēgums mainās vairākas reizes diennaktī, bet Mēness fāzes – četrreiz 28 dienās.

Pēc tam bija pamats diskusijai un jautājumiem, un pamazām nobrieda ideja par lielāku pētījumu.

**Kādi ir secinājumi?**

Pētījuma pamatgrupa bija topošie ārsti, kontrolgrupa – dažādu sociālo zinātņu fakultāšu studenti. Pamatgrupā 47% tic nākotnes pareģošanas iespējām un horoskopiem. Tas ir mazliet virs vidējā. Atklājām, ka maģiskā domāšana ar gadiem ▶



Kopā ar meitām.



Rīgas Stradiņa universitātes Vecgada ballē.

netic, tomēr horoskopus lasa, un ir arī skeptiķi un ateisti, kuri netic nemaz. To īpatsvars ir neliels. Tādu, kas nekam nav ticējuši jau kopš agras bērnības, ir vēl mazāk. 80% no ateistiem dzīvē kaut kam ir ticējuši, bet kādā dzīves posmā ticība ir zudusi.

Mēdz būt arī tā, ka ticība maģijai pastāv paralēli zinātniskajai domāšanai un ticībai tradicionālajām reliģijām, kas, kā zināms, tāpat vērsas pret astroloģiju un maģiju.

Bieži kā kaismīgu ateistu mēdz minēt Hitleru. Viņš tiešām nebija kristīgās ticības pārstāvis, bet maģiskā domāšana bija ļoti izteikta – viņš ticēja astroloģijai un noslēpumainām enerģijām. Dažādiem paranormāliem pētījumiem nacistiskā Vācija iztērēja daudz vairāk līdzekļu nekā ASV atombumbas radīšanai.

Ir arī tāds elements kā ticība pseidozinātniskām teorijām, kas būtībā ir materiālistiskas, piemēram, par citplanētiešu darbību uz Zemes, ticība sniega cilvēkam, Lohnesa ezera briesmonim. Tamlīdzīgu pseidozinātnisko koncepciju ir ļoti daudz, arī psiholoģijā un psihoterapijā, piemēram, par kolektīvo zemapziņu, kas it kā eksistē ārpus cilvēka prāta.

#### Vai bijāt pārsteigts, ka tik daudz studentu tic zinātniski nepierādāmām lietām?

Tā kā šo jautājumu pēta jau kopš aptuveni 2008. gada, pārsteigts nebiju. Psihoterapeiti kopumā ir daudz vairāk trenēti atrast cilvēkā iracionālo, pamanīt loģiskās kļūdas domāšanā. Ticībai ir liela loma arī dažādās psihopatoloģijās, populārākā varētu būt atkarība no azartspēļu automātiem – ticība laimīgiem skaitļiem, laimīgai rokai, laimīgiem datumiem un veiksmei. Arī šizofrēniskie, šizotipiskie un bipolārie traucējumi ir saistīti ar maģisko domāšanu, bet ļoti, ļoti lielos apjomos. Vēl ir paranormālie jeb mistiskā tipa pārdzīvojumi – tic nevis tam, ko pateikusi kāda garīga autoritāte vai kas izlasīts grāmatās, bet tam, ko pats it kā piedzīvojis. Piemēram, tuneļveida vai ārpusķermeņa pārdzīvojumi – cilvēks pārvietojies pa gaismas tuneli, saticis eņģeļus, mirušos radniekus. Citi stāsta, ka redz spokus, bet vēl vairāk cilvēku domā, ka sapņi ir notikumi kaut kādā noslēpumainā pasaulē, nevis paša smadzeņu produkti.

#### Bibelē arī aprakstītas vīzijas un zīmīgi sapņi, kuru vēstījums ir izskaidrots un netiek apšaubīts.

Interesanta šķiet teorija par Mariju Magdalēnu, kas bijusi iemīlējusies Jēzū Kristū, pēc viņa nāves redzējusi vīziju un pirmā paziņojusi, ka viņš ir dzīvs. Tātad kristīgās ticības pamatā ir vīzija, kas zinātniski var tikt izskaidrota un nav nekas vairāk kā impulsi smadzenēs.

Tas saistīts ar to, kā cilvēks vispār uztver pasauli. Daudzi iztēlojas apmēram tā, ka tas, ko redz, pārvēršas par tādu kā bildīti, kas ceļo pa smadzenēm un tad atspoguļojas prātā kā spogulī. Neurozinātnieki, kas pēta smadzeņu darbību, ir izskaidrojuši: kad gaismas fotoni nonāk uz redzes nerva, tiek ierosināta elektriskās strāvas ķēde. Strāvas impulsi ietekmē šūnās notiek bioķīmiski procesi, kas smadzenēm liek sintezēt kādu *bildi* – to varētu salīdzināt ar *onlaina* kinokameru. Arī halucinācijas veidojas tieši tāpat, līdz ar to apgalvojums *tas tā ir, jo es to redzēju savām acīm* neko nepierāda. Ja skatās kamerā, nevar pateikt, vai redzētais ir tiešraide vai ieraksts.

#### Tad jau viss, ko redzu un jūtu, ir kā tiešraides halucinācija, ko vēl izrotā mana pieredze, atmiņas un tas, ko vēlos just un redzēt!

Tieši tā! Pasaulē nav gaismas. Gaisma ārpus cilvēka prāta eksistē tikai kā elektromagnētisks vilnis. Ja nav redzes sistēmas, kas gaismu pārvērs *bildītēs*, to redzēt nevar. Pasaulē nav arī krāsu – tā ir tikai smadzeņu radīta mirāža. Vārdi nelido pa gaisu – es jūsu virzienā sūtu tikai gaisa svārstības, kas tiek uz bungplēvītes, un tiek iedarbināta jau pieminētā impulsi un bioķīmisko reakciju ķēde. Atšķirt, vai ar cilvēku sarunājas Dievs, eņģeļi, sātans, vai tā ir halucinācija, nav iespējams. Tāpat, ja es jums jautātu, vai šī saruna nav sapnis, jūs nevarētu atbildēt, jo to nevar noteikt.

#### Ja viss ir vienīgi impulsi un bioķīmija, bet cilvēki tik labprāt klausās mūziku, aplūko mākslas darbus un jūt emocijas, gribētos domāt, ka tomēr esam kaut kas vairāk nekā kaļi vai kurmjī!

Zinātne var pateikt, ka cilvēkam ir sarežģītākās smadzenes pasaulē – tā ir matērija, kas ir apzinājusies pati sevi. Kaļiem nav pamatapziņas, kurmjiem gan ir. Toties ir vēzveidīgie, kam ir 12 atšķirīgas redzes šūnas, cilvēkam – tikai trīs. Tātad vēzveidīgie pasauli redz daudzkārt krāsaināku nekā mēs! Tiem nav sevis apzināšanās, kas cilvēkiem ir augstākajā līmenī.

Zemapziņā maģiskā domāšana kā smadzeņu bioloģijas daļa ir visiem. Stresa situācijās tā aktivizējas, piemēram, bieži dzirdēts, ka autokatastrofā vai pēc zibens spēriena daudzi atklāj sevī īpašas spējas.

Jo spēcīgāks stress, jo, kā teiktu psihoanalītiķi, vairāk regresējam ilūzijas virzienā, ļaujamos vēlmju domāšanai. Gribam saskatīt to, ko vēlamies, jo realitāte ir sāpīga, nepatīkama. Kritiskā un zinātniskā domāšana nozīmē izzināt pasauli tādu, kāda tā ir patiesībā.

Savukārt reliģija un maģija rada priekšstatu, ka pasauli var kontrolēt. Piemēram, kāds prāto, vai palikt Latvijā vai braukt prom, pieņemt to vai citu darba piedāvājumu, palikt kopā ar sievu vai precēt mīļāko. Rūgtā patiesība ir tāda, ka nevar zināt, kāds būs iznākums – varbūt, aizbraucot no Latvijas, ārzemēs būs labāk, bet varbūt nonāksi sekā verdzībā... Jāpajautā astrologam! Tas saka – brauc, būs labi! Cilvēks tā arī izdara, iekārtojas, padzīvo – tiešām, nav slikti! Re, cik labi paredzēja!

Gribas arī ticēt, ka kādi spēki par mums rūpējas un ka liktenis sūta zīmes un brīdinājumus: melnu kaķi, saplīsušu spoguļi, izbīrušu sāli. Ir talismani, kas aizsargā no ļauna, un daudz citu brīnumu, kas ierosina pozitīvas emocijas, ka dzīves haosā, neziņā, konkurences cīņā kaut kas tomēr ir iepriekš paredzams un ka likteņa grožus var ņemt savās rokās.

#### Te plašs darba lauks ir tiem, kurus jūs dēvējat par sapņu pārdevējiem. Vai redzat to kā paradību, kas vērsas plašumā?

Gan nākotnes pareģošanas, gan brīnumainas dziedniecības, gan likteņa paredzēšanas formas pastāv visās sabiedrībās, bet jo īpaši tajās, kurās pieaug krīze. Ir teiciens, ka ierakumos ateistu nemēdz būt. Ja cilvēks ir milzīgā stresā, gribas ticēt, ka pasargās kāds augstāks spēks.

KĀDS SEKSA LAIKĀ DZIRDOT BALSĪ, KAS LIEK NOŽŅAUGT SIEVU, UN NESAPROTOT, KAS AR VIŅU SARUNĀJAS – EŅĢELIS, SĀTANS VAI CITPLANĒTIETIS.

#### Pats nekad neesat gājis ne pie dziednieka, ne astrologa? Jums nav gribējies pamēģināt un dzirdēt, ko pateiks?

Ir gribējies izmēģināt kā eksperimentu. Vairākiem astrologiem uzdot vienu un to pašu jautājumu un salīdzināt atbildes. Bet pats tā arī nekad neesmu aizgājis.

Reiz man piedāvāja darbu kādā parapsiholoģijas salonā – vai es gribot pastrādāt, jo nākot klienti, kas dzird jocīgas balsis un nezina, ko darīt. Piemēram, kāds sekā laikā dzirdot balsi, kas liek nožņaugt sievu, un nesaprotot, kas ar viņu sarunājas – eņģelis, sātans vai citplanētiets.

## DR. PAKALNA TĒJAS – PRĀTA UN ĶERMEŅA VESELĪBAI, LABĀKAI DZĪVEI!

MEKLĒ ARĪ AR JAUNAJIEM NOSAUKUMIEM!



Razotājs: AS "Rīgas farmaceitiskā fabrika"



Atrādīsi: aptieku tīklu Mēness aptieka aptiekās, Benu un Aptieka 1 aptiekās un Rīgā, Rimi Hypermarketu Klēts nodalās





Pareizticīgo klostērī Grieķijas kalnos.

GAN BRĪNUMAINAS DZIEDNIECĪBAS,  
GAN LIKTEŅA PAREDZĒŠANAS FORMAS PASTĀV  
VISĀS SABIEDRĪBĀS,  
BET JO ĪPAŠI TAJĀS, KURĀS PIEAUG KRĪZE.

- Salona īpašniece, runājot par darbu, vienlaikus piedāvāja kaut ko pateikt par mani. Dzirdēto varētu attiecināt uz lielāko daļu vīriešu, un viņa man arī teica, ka man vajagot braukt uz ārzemēm, tur es varēšot *izsisties*. To pareģi mēdz teikt statistiski biežāk nekā par iespēju palikt Latvijā.

**Vai visu mūžu esat bijis kritiski domājošs?**

Mana domāšana dzīves laikā ir mainījusies, jo bērnībā izgāju katoļu apmācības skolu un savulaik vidusskolā lasīju Dzīvās ētikas mācību. Tajā man patika doma par pārdzimšanu un tas, ka par grēkiem noteikti nav jānonāk ellē vai jāpārdzimst zemākā kategorijā, teiksim, par slieku vai kurmi. Sliktākajā gadījumā paliec uz vietas, nevis attīsties uz augšu.

Vēlāk daudz lasīju par budismu, tiesa gan, jau vairs neticot karmiskajai koncepcijai, bet saistībā ar psihoterapiju. Piemēram, kognitīvi biheiviorālā terapija no budisma aizguvusi dažādas relaksācijas un meditācijas metodes, kā arī tagad modē nākušo apzinātības praksi, kas būtībā ņemta no dzenbudisma.

Manuprāt, cilvēkiem atšķiras kritiskās domāšanas dispozīcija. Teiksim, man ticība par to, ka Bībelē varētu būt Dieva vārds, pazuda pēc diezgan vienkāršas sarunas ar ģeogrāfijas skolotāju par to, ka pirmajā dienā radās gaisma, bet otrajā – debess spīdekļi. Es uzreiz nevarēju saprast, kur ir kļūda, bet kāda meitene no klases teica, ka vispirms jābūt spīdekļiem, lai būtu gaisma. Otra kļūda – par kādām dienām var runāt, ja vēl nav Zemes, kas riņķo ap Sauli un savu asi. Tad sapratu, ka tas ir pilnīgi garām un ka Svētie Raksti ir tikai cilvēka prāta radīti.

Vecajā Derībā vairāk nekā jebkur redzams, ka Dievs ir tipisks austrumvalstu diktatora tēls – dusmīgs, atbiedrīgs. Piemēram, Jozuas grāmatā tā Kunga balss aicina iznīcināt 29 kanaāniešu

pilsētas, noslaktējot visus vīriešus, sievietes, bērnus, sirmgalvjus un ēzeļus. Atvaino, ja dzirdi tā Kunga balsi, kā tu zini, ka tā nav sātana balss vai halucinācija?! Pēc satura spriežot, runātājs varētu būt bijis sātans vai tā bijusi halucinācija. Tamlīdzīgu stāstu Bībelē netrūkst.

**Gatavojoties intervijai, atradu informāciju, ka viena no jūsu mīļākajām filmām ir *Matriks*, kas arī ir stāsts par skarbas realitātes un saldu ilūziju pasaules līdzāspastāvēšanu. Vai jums, zinot, ka visas izjūtas ir vien elektroimpulsu ķēdes rezultāts, vispār kaut kas vēl garšo, vai prieku sagādā kāda glezna, skaista mūzika, skats?**

Protams, ka garšo un sagādā prieku, mēs visi esam *Matriksa* vergi (*pasmaida*). Apziņa, ka tā ir tikai ilūzija, nenozīmē, ka varu no tā atbrīvoties. Ar kritisko domāšanu varam apzināties, ka tas ir tikai *Matriks*, un izvēlēties atbilstīgu uzvedības formu. Kritiskā domāšana ir izvēle, kam ticēt un ko darīt. Ir cilvēki, kas ir ļoti dziļi *Matriksā*, piemēram, dažādas sekts, kas izdara masu pašnāvības, jo tic, ka tā izvairīsies no problēmām uz Zemes un viņu mūžīgās dvēseles nonāks labākās vietās. Kāda kopiena bija pārliecināta, ka pēc nāves pārcelsies uz kosmosa kuģi, kas Zemei tuvojas Heila-Bopa komētas astē.

Pasaules gals vispār ir gaidīts pilnīgi visos laikmetos. Tas vien pierāda, ka cilvēkiem nepiemīt paredzēšanas spējas.

**Vai kritiskā domāšana, apzināšanās, kas ir ilūzija un kas – realitāte, dara dzīvi vienkāršāku vai sarežģītāku?**

Tad jānodala, vai vienkāršums nozīmē pozitīvas emocijas, bet sarežģījumi – saskarsmi ar negatīvām emocijām un diskomfortu. Piemēram, ja miris radnieks, tad miris uz visiem laikiem, viņu satikt vairs nebūs iespējams, un tā ir sāpīga patiesība. Psihoterapijā māca nebēgt no negatīvām emocijām. Tas ir arī apzinātības prakšu pamatā – ļaut negatīvajai emocijai būt. To apzinoties, nesākšu darīt visādas muļķības, teiksim, nodzerties. Tādējādi, apgūstot kritisko domāšanu, varu savu dzīvi atvieglot.

Cits piemērs – apvainošanās. Cilvēki ļoti bieži apvainojas nepamatoti, jo kaut ko ir iedomājušies. Teiksim, esmu uz jums apvainojies, jo iedomājos, ka jums mani vajadzēja uzaicināt uz savu dzimšanas dienu, bet jūs neuzaicinājāt. Vai mani atlaida no darba, tagad man jāatbēdz darba devējam. Kritiski domājot, no šāda veida negatīvām emocijām var tikt vaļā. Parasti to ilustrēju ar stāstu par cilvēku, kurš iet pa neapgaismotu ielu un kuram šķiet, ka aiz koka kāds stāv ar sitenam paceltu nūju rokā. Loģiski, pirmā reakcija ir nobīties un mesties bēgt. Bet, ja pēc tam kāds parāda – ei, skaties, tur nav neviena uzbrucēja, tas ir tikai koka zars, kas izskatās pēc rokas –, cilvēks saprot, ka tā bija tikai prāta projekcija, un negatīvās emocijas izzūd. Lielā daļā negatīvo emociju veidojas no līdzīgām nepareizām prāta projekcijām, piemēram, es iedomājos, ka kāds uz mani ir uzēdies, priekšnieks mani neciena, visi uz mani bolās, man kāds seko... Bet tās ir tikai fikcijas! Bieži vien citu rīcībai ir pilnīgi citādi iemesli, piemēram, jūs dzimšanas dienu nemaz nesvinējāt, līdz ar to mans aizvainojums ir pilnīgi neadekvāts.

Kritiskā domāšana palīdz ne vien novērtēt realitāti, bet arī gūt pozitīvas emocijas, piemēram, var labāk saprast, kā ar otru runāt, lai izveidotu romantiskas attiecības vai draudzību.

Bet var, protams, aiziet un uzzināt, ka attiecības vai draudzība neveidojas par grēkiem iepriekšējās dzīvēs – tāda karma! Un gaidīt, kad laime no gaisa iekritis rokās. ■