

Muutuv teadvus
I köide

Muutuv teadvus

I KÖIDE



Eesti Transpersonaalne
Assotsiatsioon

Translated from the English Language edition of *Altering Consciousness/ Multidisciplinary Perspectives*, by Etzel Cardeña and Michael Winkelman, originally published by Praeger an imprint of ABC-CLIO, LLC., Santa Barbara, CA, USA.

Copyright © 2011 by the author(s).

Translated into and published in the Estonian language by arrangement with ABC-CLIO, LLC. All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means electronic or mechanical including photocopying, reprinting, or on any information storage or retrieval system, without permission in writing from ABC-CLIO, LLC.

Tõlkija: Tiiu Hallap
Toimetaja: Mart Kangur
Korrektuur: Liina Kahu
Kujundus: Peeter Laurits
Küljendus: Karina Laurits

© Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon 2016

Trükkinud: Greif
ISBN 978-9949-9593-3-4 (kogu teos)
ISBN 978-9949-9593-4-1 (1. kd.)

SISUKORD

Tänuavaldused	9
Eessõna: teadvuse tunnetamist avardamas Charles T. Tart	13
ESIMENE PEATÜKK	
Muutuv teadvus: pinnase ettevalmistamine Etsel Cardeña	32
TEINE PEATÜKK	
Integratiivne teadvusrežiim kui paradigma muutunud teadvuse mõistmiseks Michael Winkelman	63
ESIMENE OSA: AJALOOLINE VAATENURK	
KOLMAS PEATÜKK	
Teadvuse muutmise praktikad Läänes esiajaloost kuni hilisantiigini Julia Ustinova	93
NELJAS PEATÜKK	
Vaimude seestumine ja teised teadvuse muutused lääne kristlikus traditsioonis Moshe Sluhovsky	133

VIIES PEATÜKK

- Muutunud teadvus valgustusajast kuni
20. sajandi keskpaigani** 157
Etsel Cardeña ja Carlos S. Alvarado

KUUES PEATÜKK

- Muutunud teadvuse valdkonna ümbermõtestamine:
tagasivaade 50 aastale** 191
Julie Beischel, Adam J. Rock ja Stanley Krippner

TEINE OSA: KULTUURILINE VAATENURK

SEITSMES PEATÜKK

- Idamaised lähenemised muutunud teadvusseisunditele** 229
Jonathan Shear

KAHEKSAS PEATÜKK

- Šamanism ja teadvuse muutmine** 255
Michael Winkelman

ÜHEKSAS PEATÜKK

- Muutunud teadvus ühiskonnas** 287
Charles Whitehead

KÜMNES PEATÜKK

- Spirituaalsed tehnoloogiad ja muutuv teadvus
tänapäeva kontrakultuuris** 319
Graham St John

KOLMAS OSA: HUMANITAARTEADUSED

ÜHETEISTKÜMNES PEATÜKK	
Muutunud teadvus filosoofias	355
Jennifer M. Windt	
KAHETEISTKÜMNES PEATÜKK	
Muutunud teadvus religioonis	393
Antoon Geels	
KOLMETEISTKÜMNES PEATÜKK	
Värvikad aimused: muutunud teadvusseisundid ja kirjandus	425
Wendy E. Cousins	
NELJATEISTKÜMNES PEATÜKK	
Muutunud teadvus etenduskunstis: lääs ja ida	459
Phillip B. Zarrilli	
VIIETEISTKÜMNES PEATÜKK	
Muutunud teadvus ja moodne kunst	497
Mark Levy	
KUUETEISTKÜMNES PEATÜKK	
Aeg on võti: muusika ja muutunud teadvusseisundid	533
Jörg C. Fachner	
Koostajatest	565
Nõuandev kolleegium ja autorid	567
Autoritest	569
Indeks	573

TÄNUAVALDUSED

Kõigepealt tahame avaldada tänu käesoleva raamatu eelkäijatele – neile meestele ja naistele, kes paljude tuhandete aastate vältel laskusid pimedatesse koobastesse, juhtisid kogukonnarituuaale ning uurisid teadvust muutvaid taimi, et seista uudsel viisil silmitsi maailma ja omaenda minaga. Läänes tunneme oma teerajajana ära Platoni, idas Patanjali, lisaks neile aitasid ka paljud teised esmaklassilised intellektid rajada alust, millest lähtuvalt lõimida muutunud teadvusseisundis kogetu meie reaalsusekäsitusse. Moodsa psühholoogia ja antropoloogia rajajate hulka kuulusid sellised silmapaistvad isikud nagu William James ja Andrew Lang, kes sõnastasid teooriaid inimvaimu ja -käitumise kohta, lülitades neisse ka teadvuse muutuste käsitluse. Isegi neil aastakümnetel, mil biheiviorism oli teadvuse pikka pagedusse saatnud, sõandasid mõned julged hinged tegelda muutunud seisundite uurimisega, teiste seas psühholoogid Stanley Krippner, Arnold Ludwig, Robert Ornstein ja Jerome Singer, antropoloogid E. E. Evans-Wentz, Erika Bourguignon, Michael Harner, Joseph Long ja Charles Laughlin ning farmakoloog Albert Hofmann. Nende inimeste seas, kes aitasid osutada teadvuse muutuste kui inimkogemuse ühe põhielemendi uurimise tähtsusele ning kujundasid selle legitiimseks teadusliku uurimistöö valdkonnaks, oli juhtfiguuriks algselt insectoriasjandust õppinud psühholoog Charles T. Tart.

Käesolevad köited on pühendatud neile ja paljudele teistele teadvuse uurimise teerajajatele, kes löid aluse siin esitatavatele vaatepunktidele. Me täname vanemhanketoimetajat Debbie Carvalkot, kes tegi „Muutuva teadvuse” võimalikuks, ja meie paljusid kaasautoreid, kelle kogumik ei oleks ilmale tulnud. Tahaksime eriti tänada Julie Beischelit, Cheryl Fracassot, David. E. Nicholsit ja Moshe Sluhovskyt, kes tulid appi, kui hakkas paistma, et me ei suuda teatud olulisi teemasid katta.

Meil oli ka õnn saada Anna Alexandra Gruenilt lahke luba kasutada oma kogumiku kaanekujunduses Remedios Varo erakordseid pilte, ning me täname Judith Gómez del Campot, kelle kaudu see teoks sai.

PÜHENDUSED

Michael pühendab selle kogumiku muutunud teadvuse uurijate järgmisele põlvkonnale, kes võtab oma lähtekohaks siin kirjeldatava multidistsiplinaarse aluse ning rajab põhjalikuma paradigma nende inimloomusele seesmiselt omaste aspektide ja potentsiaalide mõistmiseks.

Etsel pühendab „Muutunud teadvuse”:
minu kallitele lahkunutele: Ma’le (May Buelna de Cardeñale),
Blueberryle ja Ninniferile, kelle elav ligiolek saadab mind mu viimse hingetõmbeni.

Ja minu armsale hollandi printsessile Sophie’le:

„... somos más que dos piezas de rompecabezas, le dijo la arena al mar,
somos algo nuevo y distinto.”

/oleme midagi enamat kui kaks tükikest piltmõistatuses, ütles talle liiv mere
ääres, oleme midagi uut ja erilist./

EESSÕNA: TEADVUSE TUNNETAMIST AVARDAMAS

Charles T. Tart

Mõned inimesed on mind nimetanud muutunud seisundite uurimise „isaks”. Olgu selline nimetus korrektne või mitte, lubage mul seda rolli mängida, asudes tutvustama teile käesolevat, väga olulist „Muutuva teadvuse” kogumikku. Loodetavasti pakuvad teile meelelahutust mõned meenutused muutunud seisundite uurimise algusaegade kohta, ühtlasi esitan ka paar metodoloogilist mõtet ning lisan üht-teist teema ajaloole.

On üks vana lugu, mille paljusid variante oleme kõik kuulnud. Terve rea kaalukate psühholoogiliste põhjuste tõttu räägitakse seda lugu üha edasi.

Mees tuleb hilja õhtul koju ja leiab oma pisut vindise naabri neljakäpakil tänavalatena all ukerdamas ja süvenenult midagi otsimas.

„Mida sa otsid?”

„Koduvõtmeid.”

„Oi, las ma aitan.” Meie peategelane laskub samuti neljakäpakile ja asub otsima, kuid ei leia võtmeid. Mõne aja pärast küsib ta: „Kus sa nad täpselt kaotasid?”

„Tagapool, seal hämaral alleel.”

„Aga miks pagana pihta me siis siit otsime, mitte seal?”

„Siin on valgem.”

Olen nüüdseks olnud psühholoog juba peaaegu pool sajandit ja meie ühiste uurimispingutustele mõeldes tuleb too lugu mulle sageli meelde. Vaimu „majade” mõned tähtsamad võtmed näivad olevat käeulatuses – teatud pimedais, keerulistes, tabu alla pandud või metodoloogiliselt ebaselgetes paikades, ent siin, tavateadvuse heidetud valguses, saame teha neid nii ilusaid ja teaduslikult rangeid uurimistöid. Enamik meie kolleege tegutseb just siin, „normaalse” teadvuse laterna valguses, ning me toetame üksteist, avaldame vastastikku heakskiitu ja tunnustust. Aga naljakal kombel kripeldab meil kuskil sisimas tunne, et teatud majadesse pole me veel sisse astunudki ...

Lapsena nägin ma eredaid unenägusid, mis enamasti olid meeldivad ja huvitavad, vahel ka luupainajalikud ning mõnikord teadlikud. Mida kujutas endast see kummaline maailm, mida ma kogesin? Miks oli see nii erinev minu tavapärasest ärkvelolekumaailmast? Unes õppisin ma näiteks lendama, ja see oli tõesti tore! Algul pidin õhku tõusmiseks jooksma ja kätega lehvutama, ent lõpuks sain seda teha nii, et võtsin lihtsalt teatud vaimse hoiaku ja olingi õhus! Aga kuidas ma ka ei püüdnud sama vaimset hoiakut võtta ärkvel olles, see lihtsalt ei töötanud! Pagan küll! Sisukas unenäoelu ja selle üle peamurdmine aitasid oluliselt kaasa minu psühholoogiks saamisele.

Järgmiseks vilksatavad vaimusilmas kahekümnendad eluaastad. Olen kraadiõppur. Tahan oma magistri- ja doktoritöös eksperimentaalselt uurida unenägusid, kuid minu juhendajad ei kiida seda heaks. Biheiviorismi kõrglaine alles kestab, unenäod on „subjektiivsed”, „ebateaduslikud”, nende uurimine pole edasipüüdliku psühholoogi jaoks hea karjäärivalik. Unenäod elutsevad hämaratel, süngetil kõrvaltänavatel: aga siin, kõigi nende laborihiirte ja tuvide ja Skinneri poolt rafineeritud moel ümber nimetatud käitumisaspektide juures paistab sedavõrd eredam valgus. Tõsi küll, üks kliinilised psühholoogid ja freudistid ikkagi tegid neil kõrvaltänavatel vahel mõningaid asju, kuid teadusliku psühholoogia puhastes, kõrgemates sfäärides ei pälvinud nende tegemised erilist lugupidamist. Kui uks tollesse

majja seal hämaral kõrvaltänaval tõesti oligi olemas, kes oleks tahtnud seda ust lukust lahti keerata, kui ta võis viia väärastunud seksuaalimpulsside, loomaliku agressiooni ja hulluse maailma? Võibolla olid sinna sunnitud minema neurootikud, psühhootikud ja nende abis-tajad, kuid mitte meie – küpsed, targad ja hästi kohanenud teadusli-kud psühholoogid!

Abi polnud ka valitsevast intellektuaalsest filosoofiast. Ma luge-sin unenägude kohta kõike, mida kätte sain – olin alati olnud visa õppija –, muuhulgas ka ühe inglise filosoofi raamatut (Malcolm, 1959), mis tõestas loogiliselt, et unenägusid pole olemas. Unenäod on üks niisugune hämar kõrvaltänav, mille pärast meil pole vaja muretseda! Malcolmi loogika oli nii muljetavaldav, et ma nägin sellest terve öö õudusunenägusid. Tema loogika ütles, et pole mingit hämarat kõrval-tänavat, pole mingeid kaotatud võtmeid, minus aga võttis kuju arusaam-ine, kui rumalaks „loogika” võib kätte minna.

Siis juhtus omamoodi kontseptuaalne ja poliitiline ime! Aserinsky ja Kleitman (Aserinsky, 1953) avastasid magamise ajal aset leidvad eri-pärased ajulainete muutused, millega kaasnes silmade kiire liikumine (REM, *rapid eye movement*) ning millest ärgates peaaegu 100% juhtu-dest mäletati une nägemist. *Voilà!* Unenägu pole enam subjektiivne ja ebateaduslik, see on ajuseisund! See on reaalne! Kõik me korrali-kud psühholoogid kummardame maani iga kord, kui viidatakse ajule, sest füsioloogia on nii palju reaalsem ja teaduslikum kui see meie tule-tuslik valdkond, psühholoogia. Ma pole ise küll kunagi tundnud, et teeksin psühholoogina vähem väärtuslikku teadustööd kui füsioloog, keemik jt, kuid võtsin siiski rõõmuga omaks unenägude „reaalseks” muutumise positiivse poliitilise fakti ning asusin oma magistri- ja doktoritöö kallale. Kavatsesin uurida küsimust, kuidas kasutada hüp-noosijärgset sugestiooni öise unenägumise sisu ja kulu mõjutamiseks (Tart, 1966, 1967a).

Olen psühholoogiat alati armastanud. Niipea kui asusin baka-laureuse- ja kraadiõppes sellekohast kirjandust uurima, lummas mind

tavateadvuse ereda tänavalaterna all toimuv detailne kaardistustöö. Kuid hakkasin märkama, et psühholoogiliste efektide löviosa suurusjärk näis olevat üsna väike: ühes uurimuses – 4-protsendiline nihe keskmises sooritusel, kahesuunaline ja olulisusnivooga 0,05, teises – 10-protsendiline nihe, kahesuunaline ja olulisusnivooga 0,01. See oli tore. Laterna all olevad sillutisekivide variatsioonid olid väikesed ja nendega polnud kuigi palju pihta hakata, kuid avalduvad mustrid ja nende statistilised analüüsid olid intellektuaalselt põnevad. Olin lappest peale ideenarkomaan, seda laadi tulemused erutasid mind. Aga kus olid suured ja olulised asjad?

Kraadiõpe oli läbi; jätkasin õpinguid postdoktorantuuris. Mulle oli pakutud ka töökohta Menningeri fondis psühholoog Gardner Murphy juures, kellega mind oli juba varem isiklikult kokku viinud huvi hämaratel kõrvaltänavatel toimuva vastu. Murphy oli Ameerika Psühholoogiaassotsiatsiooni endine president ja muidu oleks see olnud igati prestiižne postdoktorantuuri koht. Kuid Murphy ja tema naine olid hiljuti avaldanud raamatu Aasia psühholoogiast (Murphy, 1968). Minu kraadiõppe juhendajate meelest oli see kohutav! Nad pidasid mind andekaks, kuid leidsid, et olen juba liialt avatud ketserlikele ideedele ja huvitun neist liiga palju. Keegi muidugi ei tunnistas otsesõnu, et peab paremaks piirduda omaenda kultuuriga või on eelarvamuslik, sest olime ju kõik teaduslikud psühholoogid, aga Aasia psühholoogia! Jooga? Meditatsioon? Me teadsime, et säärasead asjad põhinevad luuludel ning kujutavad endast tõenäoliselt psühhoatilisi, hullumeelseid praktikaids, mida harrastavad väikesed, ristijalu mudas istuvad inimesed, kellel pole pealegi vähimatki teaduslikku väljaõpet! Ja Menninger? See oli psühhiaatriline asutus, kus tegeleti tõsiselt psühhoanalüüsiga – ühega neist kahtlastest hämaratest kõrvaltänavatest. Niiisid minu juhendajad „päastsid” mu. Mõned kiired telefonikõned, vanade koolivendade võrgustik käima, ja mul oligi olemas palju atraktiivsem postdoktorantuuri koht Californias, kus oli palju valgem.

Ja seal oli tõesti palju valgem, sest Californiast oli saanud psüh-
hedeelse revolutsiooni oluline keskus! Oli ka juba liiga hilja minu
eemalehoidmiseks *establishment*'i piirest väljuvate mõjutuste eest.
Kraadiõppurina olin ma elanud psühhiaatriaoskonna keldris, sest seal
olid olemas EEG-masinad, mida ma vajasin unenägude (ups – tahtsin
öelda „REM-seisundite esimese faasi verbaalsete kirjelduste”) uurimi-
seks. Sealne psühhiaater Martin Keeler tegi uurimistööd LSD ja psilo-
tsübiini toime kohta, milles ma mõnikord osalesin. Mine ühele neist
hämaratest kõrvaltänavatest, korja maast paar võtit ja astu mõnest
uksest sisse. Oli uksi, mis tõesti viisidki freudistlikesse keldritesse, ja
ma sain selliseid eredaid ja piinarikkaid õppetunde psühhopatoloogia
teatud aspektidest (kusjuures veel iseendas!), mille kõrval õpikutarkus
kahvatas. Samas mõned neist ustest viisid niisuguse valguse ja ilmselge
teadmiseni, mis oli kaugelt-kaugelt eredam ja selgem kui tavateadvuse
tänavalaterna poolt valgustatud konsensusliku teadvuse kõnnitee, nii
et mul õnnestus heita mõned mõjusad pilgud niihästi inimkogemuse
võimalikesse kõrgustesse kui ka sügavustesse. Mõni aasta hiljem panin
psühheedelsetest kogemustest õpitu ka kirja (Tart, 1983).

Minu California postdoktorantuur toimus Ernest Hilgardi juu-
res, kes oli samuti endine Ameerika Psühholoogiaassotsiatsiooni
president ning lisaks tõeline džentelmen ja õpetlane. Tema laboris
Stanfordis tegeleti hüpnootsi põhjaliku ja hoolika tundmaõppimi-
sega, uurides ühte neist hämaratest kõrvaltänavatest, ning Hilgardi
ja tema kolleegide töö aitas selle valdkonna arengule tublisti kaasa.
Üks osa nende tegevusest sarnanes psühholoogia peavoolu uurimis-
tööga, seisnedes näiteks selle tõestamises, et hüpnootiseeritavus sõltub
10 protsendi ulatuses vanusest. Teised osad olid standardiseeritud ja
rutiinsed, millega harjus, kuid tegelikult olid nad uskumatud. Võisin
veeta 10 minutit sellega, et hüpnootiseerisin üht andekat üliõpilast
standardse protseduuri abiga, näiteks lugedes talle ette teatud stse-
naariumi, ja mõni minut hiljem kordasin talle ühe minuti vältel, et
ta ei tunne üldse lõhna, et tal on igasugune lõhnataju kadunud, ja

seejärel: „Mõistad, sa ei tunne lõhna, ma hoian nüüd sinu nina all ühte pudelit ühe lõhnava asjandusega, sa nuusuta seda tugevasti, et oleks selge, et sa ei tunne lõhna.” Ja ma hoian tema sõõrmetest ühe tolli kaugusel pudelit hariliku nuuskiiritusega. Üliõpilane nuusutab korralikult ega reageeri kuidagi! Kui ma küsin, kas ta mingit lõhna tundis, vastab ta eitavalt. *Olge väga ettevaatlikud, kui te seda kodus järgi teha proovite: lõhn pole mitte üksnes väga tugev, vaid on ka päris valus!*

Ja kõik üksnes selle tagajärjel, et räägid inimesega mõne minuti, loed talle ühe standardse jutu ette, sul pole mingeid erilisi „hüпноo-tilisi võimeid” ega muud säärast ... Tõeliselt andekate vabatahtlike jaoks kasutasime me keemialabori nuuskiiritust, mis oli kümme korda kangem.

Hüпноoosi uurimisele pühendatud aastad näitasid mulle ühtlasi korduvalt, millist vaimupimedust võib tuua kaasa enese sidumine teatud konkreetse metodoloogilise lähenemisega. Näiteks oli nende kahe aasta vältel, kui ma Hilgardi juures töötasin, hüпноoosi-uuringute valdkonna üheks suureks küsimuseks see, kas hüпноoos on midagi erilist, kas see on muutunud teadvusseisund (MTS) või on tegu lihtsalt tavalise sisendatavuse erinevate astmetega, millega ei kaasne teadvuse mingit erilist muutust. Erapoolik, aga samas sirgjooneline lähenemine selle küsimuse uurimisele oli niisugune, et vabatahtlikke kas hüпноotiseeriti või siis mitte ja seejärel tehti neile standardiseeritud sisendustest, mis pidi selgitama, kas hüпноotiseeritud inimesed alluvad paremini sisendustele. Koos ühe kolleegiga tegime kindlaks, et selliste testide tegemisel esineb siinsamas, meie Stanfordini hüпноoosi-uuringute laboris märkimisväärne kallutatatus (Troffer, 1964), kuid uurimise teises järgus oli see korrigeeritav. Rohkem aga hämmastas mind (ja hämmastab ikka veel) asjaolu, et terve rea teiste uurijate katsed olid selgelt kallutatud oma püüdes näidata, et hüпноoos pole midagi erilist. Kallutatatus tekkis seetõttu, et pealtnäha püüti olla rafineeritult „objektiivne”. „Hüпноotiseeritud katseisik” määratleti inimesena, kes oli läbinud standardiseeritud esilekutsumisprotseduuri;

„mittehüpnotiseeritud katseisik” oli inimene, kellele sellist protseduuri ei rakendatud.

Kuid igaüks, kes on kunagi hüпноosi alal töötanud, teab, et mõned inimesed reageerivad esilekutsumisprotseduurile ainult nõrgalt või ei reageeri üldse. On ka selge, et mõned väga hästi hüпноotiseeritavad katseisikud võivad siseneda hüпноosi sisendatavustestimise käigus, ilma formaalse esilekutsumisprotseduurita. Seega oli mõttetu öelda, et üks rühm oli hüпноotiseeritud, teine aga mitte. Niinimetatud hüпноotiseeritute rühm sisaldas hulka inimesi, kes polnud kas üldse või olid väga vähe hüпноotiseeritud, niinimetatud mittehüпноotiseeritute rühm aga sisaldas inimesi, kes olid erisugusel määral hüпноotiseeritud. Milline hea moodus tõeliste erinevuste kustutamiseks! Etzel Cardeña arutab oma sissejuhatuses probleemi, et MTS samastatakse vahel esilekutsumisprotseduuri läbiviimisega, tuues välja sama punkti. Selle punkti tähtsust ei ole võimalik küllalt rõhutada! *Muutunud teadvuseisundit tuleb hinnata lähtuvalt kirjeldatavaist või vaadeldavaist olulistest muutustest inimese teadvuse kvaliteedis.* Psühholoogidena ei peaks me teadvuse vaatlemist ja uurimist häbenema, kuigi biheivioristide meelest tuleks seda teha.

Mulle meeldiks mõelda, et praeguseks on väga hästi mõistetud, kui ekslik on samastada esilekutsumisprotsesse MTS-i esinemise endaga, ning et niisugune võrdsustamine pakub nüüd vaid ajaloolist huvi, kuid kahjuks pole see nii. Kui tuua üks näide, siis hiljuti saadeti mulle retsenseerimiseks käsikiri, mis pealkirja ja teksti põhjal pidi käsitlema psühhomanteumi mõju ekstrasensoorse taju (EST) testi tulemustele. Termin *psühhomanteum* võttis hiljuti tarvitusele filosoof Raymond Moody (Moody, 1992), osutamaks Antiik-Kreeka klassikalise ajajärgu rituaalsetele praktikatele. Pärast mitmepäevast rituaalset ettevalmistust, mis hõlmas muuhulgas palveid ja ohverdusi jumalatele ning mitmesuguseid rituaale teenistust pidavate preestritega, kusjuures sageli toimus see erilistes pimedates maa-alustes templites, viidi inimene erilisse kambrisse. Kamber oli väga hämaralt valgustatud ning rõdult avanes vaade allpool asuva tohutu suure õlitõrre

peegelsiledale pinnale. Sa vaatasid peeglist, mis peegeldas üksnes ähmast, mustavat lage peegli kohal. Eesmärgiks oli näha ja kuulda mõne surnud inimese viirastust, et hankida olulist informatsiooni. Kirjeldatud kultus oli klassikalises Kreekas nähtavasti laialt levinud, kuid suruti lõpuks maha.

Moody lõi selle praktika kaasaegse versiooni, mille käigus ta veetis pool päeva või enam kliendiga, kes tahtis mingi poolelijäänud asja tõttu saavutada kontakti surnud inimesega. Olukorra paljude psühholoogiliste aspektide uurimise järel sisenes klient hämaralt valgustatud ruumi, kus mugava diivani ees asuv suur, kaldus peegel näitas vaid tumeda lae hägusat kujutist. Ta jäeti sinna pooleks tunniks või kauemaks. Paljud Moody kliendid (õigemini osalejad, sest ta alles töötas välja oma psühhomanteumi tehnikat) kogesid visuaalseid ja auditivseid viirastusi ning tundsid tihti, et on tõepoolest saavutanud lahkunuga olulise kontakti ning saanud olulist informatsiooni või lahendanud poolelijäänud küsimuse. Üks minu kolleegidest Transpersonaalse Psühholoogia Instituudis, Arthur Hastings, arendas Moody psühhomanteumiprotseduurist välja abinõu leinanõustamise tarbeks, kusjuures tulemused on suurepärased (Hastings *et al*, 2002), kuid Moody protseduuri kombel kulutati ka siin märkimisväärt hulk aega osalejais õige psühholoogilise meelestuse loomisele, mitte lihtsalt ei pandud neid kaldus peegli ette istuma.

Käsikirjas, mida ma retsenseerisin, lasti osalisel algul istuda hämaralt valgustatud ruumis, kus kaldus peegel näitas üksnes tumedat lage, hiljem aga korraldati EST test. Ent kohatu on nimetada seda samasuguseks psühhomanteumi protseduuriks nagu Moody menetlus või muistsete kreeklaste praktika – ei tehtud mingeid psühholoogilisi ettevalmistusi selleks, et muuta olukorda eriliseks, et luua psühholoogilist meelestust nägemuste suhtes või muud taolist. Minu peamine kriitika käsikirja aadressil seisnes märkuses, et seda võiks nimetada uurimuseks hämaras toas istumisega kaasnevate efektide kohta, mitte aga uurimuseks psühhomanteumist. Täpselt samuti

peaksid MTS-ide käsitlemisele pretendeerivad uurimused pakkuma tõendatud hinnanguid, et konkreetne indiviid tõesti koges MTS-i, mitte ei tohiks lihtsalt eeldada, et MTS pidi esinema, kuna kasutati vastavat esilekutsumisprotseduuri.

Piisab kõrvaltänaval teatava võtmega – nimelt hüpnoosi võtme-ga – teatava ukse avamisest, et ilmneksid tohutult võimsad efektid. Tehes oma katseid või viies hiljem läbi hüpnoosi-alast uurimistööd omaenda laboris California Ülikooli juures Davises, küsisin endalt sageli: „Miks keskendub psühholoogia peaaegu eranditult vaid kõigile neile väikestele efektidele, kui nii kergesti on võimalik tekitada nii võimsaid?” Kõigest psühholoogia vallas tehtavast moodustasid uurimused hüpnoosi või psühheedelikute kohta vaid pisitillukese osa ning neid üldiselt kas eirati või suhtuti neisse umbusklikult. Muidugi polnud selles midagi valet, et pidevalt viimistleti ja arendati meie teadmisi konventsionaalse teadvuse kohta, kuid see poleks pidanud toimuma vaimu teiste oluliste aspektide eiramise hinnaga.

Mina ise keskendusin oma uuringutes hüpnoosi ja eriti väga sügava hüpnoosi loomuse tundmaõppimisele ning ka hüpnoosi kasutus-potentsiaalile öiste unenägude sisu tahtlikul kontrollimisel (Tart, 1965a, 1965b, 1966; Tart & Dick, 1970). Seda tööd oli lihtne üha edasi arendada ja laiendada. Kahest minu endisest üliõpilasest, Etzel Cardeñast ja Helen Crawfordist, said hiljem juhtivad hüpnoosiuurijad. Kuid 1960ndate lõpuks olin saanud juba väga teadlikuks asjaolust, et unenäod ja hüpnoos on vaid üks osa tunduvalt laiemast teadvuse talitlus-viiside märkimisväärsete kvalitatiivsete muutuste spektrist – MTS-ist, ja ma tundsin selgelt, et oma kitsama suunitlusega töö mõistmiseks on vajalik mõista ka seda laiemat spektrit. Seda eesmärki silmas pidades avaldasin 1969. aastal raamatu „Muutunud teadvusseisundid: Tekstikogumik” („Altered States of Consciousness: A Book of Readings”, Tart, 1969), andmaks uurijatele ja üliõpilastele võimalust heita pilk sellele laiemale spektrile. Oma suure lugemuse tõttu olin ise neist teadvuse variatsioonidest teadlik, kuid enamik inimesi mitte.

Uurimismaterjali ei olnud tegelikult üldse kuigi palju ja see oli eri kohtadesse laiali pillutatud, kusjuures suur osa oli niisugustes väljaannetes, kuhu psühholoogiauurijad kunagi ei satu. Heaks näiteks on põhjapanevad avastused teadlike unede kohta, mis algselt ilmusid väljaandes *Proceedings of the Society for Psychical Research* (van Eeden, 1913).

Eelviidatud antoloogias taasavaldasin rea artikleid, mis käsitlesid niisuguseid teemasid nagu MTS-ide üldised aspektid, hüpnagooline seisund, unenäoteadvus, meditatsioon, hüpnosis, nõrgemad psühhedeelikud nagu marihuaana ja tugevamad psühhedeelikud nagu LSD, meskaliin ja psilotsübiin – lisaks mõned esialgsed psühho-füsioloogilised uurimused MTS-ide kohta. Aga nagu öeldud, ei olnud mahuka kirjanduse intensiivsest läbitöötamisest hoolimata sageli võimalik suurt midagi leida. Näiteks „hooplesin” ma oma sissejuhatuses antoloogia meditatsiooni käsitletud osale, et taasavaldasin kaks kolmandikku ingliskeelsest uurimisliteratuurist meditatsiooni kohta. See avaldas muljet niikaua, kui saite aru, et olin suutnud leida ainult kolm artiklit.

Naljaka ent kasulikul moel juhtus meditatsiooniga mõni aasta pärast MTS-raamatu avaldamist sama, mis oli juhtunud unenäudega ajal, mil olin olnud kraadiõppur. Keegi pole valmis tunnistama, et tal on kultuurilisi eelarvamusi, kuid nagu eespool juba öeldud, olime me teaduslike psühholoogidena kõik kindlad, et meditatsioon ja kogu see spirituaalne värk põhineb luuludel ja et tegu on arvata-vasti psühhootiliste, hullumeelsete praktikatega, mida harrastavad väikesed inimesed, kes istuvad ristijalu mudas. Ja siis avaldati selles nii prestiižikas ajakirjas *Science* artikkel (Wallace, 1970), mis näitas, et meditatsioonil on füsioloogilised korrelaadid. Poliitiliselt väljendudes sai meditatsioon unenäude kombel äkki „reaalseks” ja legitiimseks uurimisvaldkonnaks. Praeguseks on meditatsiooni kohta avaldatud enam kui tuhat uurimust, ehkki enamik neist on minu arvates ikka veel liiga algelised. Näidatakse, et meditatsioonist on abi stressist tingitud probleemide leevendamisel, kuid ei jõuta sügavamate

psühholoogiliste ja spirituaalsete küsimusteni, millele meditatsioon algselt valgust pidi heitma.

Mis puutub minu „Muutunud seisundite” antoloogiasse, siis selle avaldamine oli õigeaegne, teadusliku raamatu kohta müüs ta väga hästi ja seda kasutati sageli õpikuna MTS-e käsitlevail kursustel. Selliseid kursusi oli nüüd võimalik õpetada, kuna oli olemas õpik. Lisaks aitas antoloogia ka stimuleerida uurimistööd teatud valdkondades. Ent nüüdseks on „Muutunud seisundite” avaldamisest möödunud juba 40 aastat ja mul on väga hea meel, et käesoleva kogumiku kahe kõite näol astub selle asemele uus, palju põhjalikum ja läbitöötatum käsitlus. Samas tuleb märkida, et viimase aja uurimistöö MTS-ide alal on olnud ebaühtlane.

Näiteks üks kõige perspektiivikam, olgugi veel lapsekingades uurimisiin – *õigesti kasutatud* psühhedeelseste ainete psühholoogilistest ja transpersonaalsetest aspektidest ning terapeutilisest väärtusest – oli olnud väga paljulubav. 1970ndatel aastatel narkootikumide ümber puhkenud hüsteeria ja nn sõda narkootikumidega tegi sellisele uurimistööle sisuliselt lõpu. Seevastu leidsid rahastamist uurimused, mis kaldusid näitama psühhedeelikute negatiivset toimet ning toetasid seega valitsuse positsiooni. Pikemas perspektiivis võib plusspoolele panna, et mõnel määral rahastati uurimusi psühhedeelikute füsioloogiliste aspektide kohta. Nüüdseks on tunnistatud, et avastus LSD uskumatu võime kohta kutsuda tillukestes, mikrogrammilistes annustes esile suuri muutusi teadvuses pani aluse tervele uuele ajukeemia uurimises.

Meie materialistlik teaduskliima on muidugi ammusest ajast eelistanud füsioloogiliselt orienteeritud uurimistööd psühholoogiale kui säärasele, ja ehkki ma olen alati füüsikalisi ja füsioloogilisi tulemusi väärtustanud ning andnud ka ise sellisesse uurimistöösse väikese panuse (Tart, 1963, 1967b), on mul kahju, et see on toonud kaasa fenomenoloogiliselt orienteeritud psühholoogilise uurimistöö sattumise vaeslapse ossa. Nagu eespool öeldud, ei kirjuta ma

alla eelarvamusele, et kõik füüsikaline või füsioloogiline on psühholoogilisest automaatselt tähtsam, „reaalsem” ja „teaduslikum”, ning soovin, et mu kolleegid oleksid teadlikumad liigmaterialistliku lähenemise eeldustest ja eelarvamustest. Tegelikult narrin ma vahel oma kolleegide füüsikateadustes sellega, et muudan pisut harilikku eristust „pehmete” ja „kõvade” teaduste vahel ning räägin selle asemel „rasketest” ja „lihtsatest” teadustest. Füüsikalised teadused on lihtsad, sest seal toimuv on üsna sõltumatu uurimist läbiviivate teadlaste iseloomust ja meeleolust; seevastu psühholoogia on raske, sest eelarvamused on varmad sisse lipsama. „Uurimisalused” on targad, tundlikud probleemilahendajad, paljudel psühholoogidel aga on omaenda teadvustamata lootused, hirmud ja eelarvamused, mida katses osalejad võivad aimata, mistõttu asjad muutuvad keerukamaks. 1970ndatel näis, et eksperimentaatori kallutatuse probleemiga hakatakse tõsiselt tegelema (Rosenthal, 1963, 1966) ja nõudma vastavaid karakteristikuid (Orne, 1962), kuid huvi selle vastu vaibus kiiresti. Ma väidaksin, et see *suruti maha*, kuna „objektiivse” teadlase staatusse on liiga palju investeeritud. Kuid see on liiga mahukas küsimus, et sellesse siinkohal süveneda. Piirdun vaid märkusega, et MTS-ides olemine näitab mõnikord inimesele selgelt tema eelarvamusi – ja kui tahame lisaks mõelda võimalikule parapsühholoogilisele komponendile eksperimentaatoriefektis, läheb asi tõeliselt keeruliseks (Tart, 2010a).

Üheks mu viimaseks oluliseks panuseks MTS-ide uurimisse oli ettepanek rajada *seisundispetsiifilised teadused*. Võib-olla oli see ettepanek viga, võib-olla aga lihtsalt enneaegne. Ma loodan, et neis kahes suurepärases kõites pakutav informatsioon stimuleerib sellesuunalist tööd, aga see selgub aja jooksul. Ma pakkusin välja oletuse, et ka mõnd tüüpi MTS-ides on võimalik teha samasugust teadust (vaadelda, teoretiseerida, ennustada ja kontrollida ning jagada kõiki oma samme kolleegidega, parandamaks järk-järgult meie arusaamade sobivust tegelikult asetleidvate nähtustega) nagu tavalises, üldtunnustatud teadvusseisundis. Et uurimine võiks peale tavateadvuse hästi valgustatud

ala toimuda ka hämarail kõrvaltänavail. Tulemuseks oleksid mitmetahulised, üksteist täiendavad arusaamad, mis põhineksid mõningais MTS-ides ilmnevail seisundispetsiifilistel, muutunud tajudel ja loogikatel.

See ajakirjas *Science* teemaloona avaldatud ettepanek (Tart, 1972) tõi kaasa ebaharilikult suure hulga reaktsioone. Enamikule teadusartiklitest ei järgne peaaegu mingeid kirju toimetajale, ning ainult harva tingivad nad replikatsioone ja jätku-uurimusi. Ehkki toimetus sai avaldada vaid neli kirja, saadeti neile minu ettepaneku kohta üle saja kirja, mis edastati kõik mulle. Neis kirjades sisaldus palju huvitavaid ideid ja märkusi, aga veidi lihtsustatult võiks öelda, et nad jagunesid kahte suurde leeri. Esimene leer, mis hõlmas veidi rohkem kui pooled kirjadest, väitis (sageli ägedalt), et *Science* oli teinud minu artikli avaldamisega suure vea, et meie tavaseisund on ainuke arukas ja mõistuspärane seisund ja et kõik MTS-id on patoloogilised või tõsiselt häirunud seisundid, mistõttu pole võimalik neis mingit teadust teha! Selles leiris figureerisid ka mõned üsnagi silmapaistvad teadlased. Teise leeri kuulujad ütlesid, et idee on usutav, olid mõttest vaimustatud ja soovitasid seisundispetsiifiste teaduste väljaarendamisega meie teadmiste laiendamist jätkata.

Tuntud nimede ning auastmete ja tiitlite (nt täiskohaga professorid vs. abiprofessorid) järgi otsustades koosnes esimene leer peaaegu eranditult vanemaist, teine aga nooremaist teadlastest. Kuna olin tollal suhteliselt noor, siis jagasin muidugi eelarvamust, et vanusega muutub enamiku inimeste mõttemaailm suletuks ja fikseerituks. Nüüd vana olles võin öelda, et see on ilmselt paljudel juhtudel tõsi, sest näen seda ka enda puhul, ehkki enamik inimesi leiab, et olen väga avatud vaimuga. Kõige huvitavam toimetajale saadetud kiri – õigemini kirjade paar – tuli ühelt teadvust uurivalts psühhiaatrilt. Tema esimene kiri, mille järgi mõte, et MTS-i ajal võiks teha teadust, oli loll ja hulumeelne, aetas ta esimesse leeri. Kuid nädal hiljem saadetud kirjas ütles ta, et ehkki talle valmistab piinlikkust uuesti kirjutada, sunnib

teaduslik ausus teda seda siiski tegema. Ta oli päev varem MTS-is viibides minu seisundispetsiifilise teaduse idee üle järele mõelnud ja talle oli saanud ilmseks, et mul on õigus: tavaseisundi-teadust erinevais MTS-ides arendatavate teadustega täiendades võiksime me leida uusi ja kasulikke maailma mõistmise viise. Ilusamat ja selgemat illustratsiooni oma ettepanekule poleks ma osanud loota.

Kas minu mõte, et kui soovime täielikult mõista teadvuse loomust ja võib-olla ka reaalsuse teatud aspekte, on meil tarvis arendada seisundispetsiifilisi teadusi, oli õige? Et kõrvaltänavate uurimiseks ja sealsete vaimumajade uste avamiseks on vaja erilisi „laternaide”? Sellele vastamise aeg pole veel käes, kuna peaaegu mitte midagi pole selles valdas veel tehtud. Mainin kahte asjakohast uurimisliini, millele osutasin oma ettepaneku hilisemas versioonis (Tart, 1998): mõned teadlikud unenägijad on hakanud teadlike unede nägemise ajal süstemaatilist märkmeid tegema ning neid harilikus ärkvelolekuseisundis teistele edastama, nii et siin on huvitavaid võimalusi. Mõned matemaatikud, kellega olen kirjavahetust pidanud, on pannud mind mõtlema, et teatavad matemaatilise töö aspektid on seisundispetsiifiline teadus: selleks, et matemaatikul võiks esineda teatud laadi matemaatilisi taipamishetki ja et ta võiks mõista oma kolleegide juttu, peab ta olema teatud laadi MTS-is, ehkki nagu teadlike unedegi puhul peab selle kogemuse kolleegidega jagamise protsess toimuma tavateadvuse seisundis, koos kõigi selle halbade ja heade tagajärgedega. Tõsiasi, et neid kogemusi jagatakse tavateadvuse seisundis, paneb inimesi mõlemal juhul eeldama, et ka algne mõtlemine toimus tavaolekus, mitte MTS-is.

Käesolevalt kogumikult loodan ma muuhulgas seda, et siin avaldatud artiklid äratavad suurt huvi ja hoogustavad MTS-ide uurimist sedavõrd, et saame seisundispetsiifilisi teadusi piisavalt kaugele arendada ja kindlaks teha, kas nad on tõepoolest kasulik lisandus meie teadmistele või pelgalt huvitav idee, mis tegelikult ei tööta. Samuti

võib omaenda reaktsiooni jälgimine MTS-is teaduse tegemise mõttele üsna hästi teie lootustele, hirmudele ja eelarvamustele valgust heita.

1970ndatel tegin ühe suurema katse konstrueerida suurt, nii tava- kui muutunud teadvust hõlmavat teadvus seisundite teooriat (Tart, 1975).¹ Ma polnud rahul nende väheste katsetustega, millega olin selleks hetkeks tutvunud (nagu ma polnud rahul ka nendega, mida nägin hiljem), kuna nad kaldusid teadvuse fenomene väga tugevasti lihtsustama, saamaks näiliselt selget ja lihtsat teooriat. Kasutasin süsteemipõhist lähenemist, mis tugines minu varasemale tööle raadioinsenerina ning tänapäevastele bioloogilistele ja insenerlikele elufenomenide käsitustele. Keerukus kui selline mind ei hirmutanud. Näiteks niinimetatud Occami habemenoa reegel seostub faktiga, et me eelistame kontseptuaalselt lihtsat teooriat, *juhul kui teooria seletab vaatlusi sama hästi või paremini kui võistlevad teooriad*. Kuid meie psühholoogiline eelistus pole mingi kosmiline seadus. Minu süsteemipõhine lähenemine lubas emergentsete omaduste olemasolu, kuna mitmesugused allsüsteemid, teadvuse aspektid, muutsid oma talitlust, ja sisaldas ka minu arust kasulikke analüüse muutunud seisundite esilekutsumise ja allhoidmise üldistest põhimõtetest. Kuid see kõik ei leidnud poolehoidu: minu käsitust eirati ihast suurema lihtsuse järele ja/või lootuses, et füsioloogid seletavad peatselt teadvust ja kõiki selle aspekte ajutalitluse raames. Umbes nii, et „kogu asi on selles, kui aktiveeritud on basaalne X”. Sedamööda kuidas meie teadmised teadvusest kasvavad, võib minu süsteemipõhine lähenemine osutada kasulikuks – või siis mitte. Igatahes on see lähenemine ja minu ettepanek arendada seisundispetsiifilisi teadusi tõenäoliselt minu viimane

1 Panin raamatule nimeks „Teadvus seisundid” („States of Consciousness”), mis oli viga: kuna see oli nii sarnane pealkirjaga „Muutunud teadvus seisundid” („Altered States of Consciousness”), siis ajasid inimesed need omavahel segi ja eeldasid, et nad on raamatut juba lugenud. Sõbrad on mind sellest ajast peale narrinud, et oleksin pidanud järgima filmide eeskujuga ja panema oma raamatule nimeks „Muutunud seisundite poeg” või „Muutunud seisundid annavad vastulöögi” ...

kontseptuaalne panus teadvuse uurimisse, kuivõrd loodan pühendada oma ülejäänud karjääri tõendus põhise spirituaalsuse idee arendamisele (Tart, 2010b ja 2010c).

Seega ootan ma, armas lugeja, et nende kahe kõite kaasautorid lisavad uusi rikkusi meie arusaamadesse teadvusest ja MTS-idest – ja et seda teete ka teie. Oleme teinud tavateadvuse eredas laterna valguses mõningaid suuri avastusi ja oleme nüüd valmis alustama uurimisreisi hämaramatel ja kõrvalisematel teedel, et astuda sisse vaimu varjatud majadesse. Seal ootavad meid kindlasti ees olulised avastused, mis tavateadvuse psühholoogiat oluliselt täiendavad ja avardavad. Ja me võime leida, et viibimine tavalises vaimuseisundis (olen nimetanud seda konsensuslikuks teadvuseks, meenutamaks meile, et tegu pole pelgalt „loomuliku” olekuga, vaid sotsialiseerumise tulemusena) on tegelikult – nagu artikli algul äratoodud vanas loos – omamoodi vintispäisus, teatud uskumuste ja normide auru all olek, mis ei anna kogupilti reaalsusest, ehkki usub end seda andvat.

Viited

- Aserinsky, E. K. N. (1953). Regularly occurring periods of eye motility and concomitant phenomena during sleep. *Science*, *118*, 273–274.
- Hastings, A., Hutton, M., Braud, W., Bennett, C., Berk, I., Boynton, T., Dawn, C., Ferguson, E., Goldman, A., Greene, E., Hewett, M., Lind, V., McLellan, K., & Steinbach-Humphrey, S. (2002). Psychomanteum research: Experiences and effects on bereavement. *Omega: Journal of Death and Dying*, *45*, 211–227.
- Malcolm, N. (1959). *Dreaming*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Moody, R. (1992). Family reunions: Visionary encounters with the departed in a modern-day psychomanteum. *Journal of Near-Death Studies*, *11*, 83–121.
- Murphy, G. M., & Murphy, L. B. (1968). *Asian psychology*. New York: Basic Books.
- Orne, M. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. *American Psychologist*, *17*, 776–783.
- Rosenthal, R. (1963). On the social psychology of the psychological experiment: The experimenter's hypothesis as unintended determinant of experimental results. *American Scientist*, *51*, 268–283.
- Rosenthal, R. (1966). *Experimenter effects in behavioral research*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Tart, C. (1963). Hypnotic depth and basal skin resistance. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, *1*, 81–92.
- Tart, C. (1965a). The hypnotic dream: Methodological problems and a review of the literature. *Psychological Bulletin*, *63*, 87–99.

- Tart, C. (1965b). Toward the experimental control of dreaming: A review of the literature. *Psychological Bulletin*, 64, 81–92.
- Tart, C. (1966). Some effects of posthypnotic suggestion on the process of dreaming. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 14, 30–46.
- Tart, C. (1967a). The control of nocturnal dreaming by means of posthypnotic suggestion. *International Journal of Parapsychology*, 9, 184–189.
- Tart, C. (1967b). Patterns of basal skin resistance during sleep. *Psychophysiology*, 4, 35–39.
- Tart, C. (1969). *Altered states of consciousness: A book of readings*. New York: Wiley.
- Tart, C. (1972). States of consciousness and state-specific sciences. *Science*, 176, 1203–1210.
- Tart, C. (1975). *States of consciousness*. New York: E. P. Dutton. (Praegu on see väljaanne kättesaadav www.iuniverse.com.vahendusel.)
- Tart, C. (1983). Initial integrations of some psychedelic understandings into everyday life. In L. Grinspoon & J. Bakalar (Eds.), *Psychedelic reflections* (pp. 223–233). New York: Human Sciences Press.
- Tart, C. (1998). Investigating altered states of consciousness on their own terms: A proposal for the creation of state-specific sciences. *Ciencia e Cultura, Journal of the Brazilian Association for the Advancement of Science*, 50(2/3), 103–116.
- Tart, C. (2010a). Reflections on the experimenter problem in parapsychology. *Journal of Parapsychology*, 74, 3–13.
- Tart, C. (2010b). Toward evidence-based spirituality. *Journal of Parapsychology*, 74, 31–60.

- Tart, C. (2010c). Toward an evidence-based spirituality: Some glimpses of an evolving vision. *Subtle Energies and Energy Medicine*, 21, 1, 7–37.
- Tart, C., & Dick, L. (1970). Conscious control of dreaming: 1 The posthypnotic dream. *Journal of Abnormal Psychology*, 76, 304–315.
- Troffer, S. T., & Tart, C. (1964). Experimenter bias in hypnotist performance. *Science*, 145, 1330–1331.
- van Eeden, F. (1913). A study of dreams. *Proceedings of the Society for Psychical Research*, 26, 431–461.
- Wallace, R. K. (1970). Physiological effects of transcendental meditation. *Science*, 167, 751–754.

ESIMENE PEATÜKK

Muutuv teadvus: pinnase ettevalmistamine

Etzel Cardeña

Mis peitub nimes?

Kahekõiteline „Muutuv teadvus” heidab laiahaardelise pilgu mitmetele erinevatele distsipliinidele, vaagides rolli, mida muutunud/muudetud teadvusseisundid (MTS)² ja nende esilekutsumise protseduurid on inimajaloos mänginud ning jätkuvalt mängivad. Vaidlustades eelarvamuse, et MTS on huvipakkuv teema üksnes uimastite tarvitamisest juhmistunud noorukite või eksootiliste kultuuride jaoks, näitavad neisse kahte köitesse koondatud artiklite autorid, et me ei saa inim-

Selle peatüki kirjutamisele aitasid kaasa Sophie Reijmani targad ja heasoovlikud ettepanekud.

2 Käesolevas köites kasutatakse „muutunud/muudetud teadvusseisundite” (*altered states of consciousness*, lüh. ASC) tähistamiseks lühendit MTS. Samuti tuleks tähele panna, et hõlbustamaks viitamist kogumiku teistele asjakohastele peatükkidele on tekstis läbivalt kasutatud toimetaja nurksulge [].

kultuuri ja oma bioloogilist pärandit täielikult mõista, kui ei uuri niihästi teadvuse iseeneslikke kui ka tahtlikult esilekutsutud muutusi.

Kahtlemata ei tähenda teadvuse uurimine enam endale akadeemilise matusekella löömist nagu veel mõned aastad tagasi, kuid siiski on kõnealune uurimisvaldkond olnud enamasti ühemõõtmeline – või kõige rohkem kahemõõtmeline, kui arvestada ka uurimusi une ja unenägude kohta. Enamik nüüdisaegseid arutelusid teadvuse üle keskendub ärkvelolekuteadvuse filosoofilistele või neuroteaduslikele küsimustele ning ehk ka mõningaile patoloogilistele seisunditele, säilitades turvalist vahemaad MTS-ide järeldemitega teadvuse loomusele ja meie reaalsusekäsitusele. Käesolev kogumik püüab seda tasakaalustamata olukorda parandada.

Nüüdisaegsetes teadvuse üle käivates aruteludes eiratakse reeglina tõsiasja, et me liigume üht laadi teadvusseisundeist teist laadi teadvusseisundesse isegi „ärkvel olles”, et nende seisundite puhul ilmnevad tunnetuse, emotsioonide, füsioloogia ja käitumise erinevad konfiguratsioonid, ning et üht laadi seisundi kohta postuleeritu ei pruugi kehtida teist laadi seisundite kohta. Nagu olen väitnud mujal (Cardeña, 2009), ei ole läänemaailm selles vallas kuigi palju lisanud Sokratese ja Platoni poolt 2000 aastat tagasi tehtule [vt Ustinova, käesolev köide]. Sokrates väitis, et tarkus algab terminite määratlemisest, ent sellest vaatepunktist hinnates pole teadvuse uurimine üldiselt just väga tark olnud. Üks segadusttekitavamaid aspekte teadvust käsitlevas kirjanduses on asjaolu, et teadvuse mõistet kasutatakse eri tähendustes seda tihti peale märkamata (vrd Natsoulas, 1983). Näiteks võivad autorid kõnelda teadvuse *probleemist*, samas kui tegelikult on *palju* probleeme, sealhulgas „raske” probleem, mis puudutab kvaalide vahetõrke neuroloogiliste protsessidega, ent ka sellised probleemid nagu erinevate informatsiooniallikate integreerimine üheks kogemustervikuks, isikusamasus ajas jne (Natsoulas, 1981). Üksmeele puudumine selles osas, mida erinevad autorid terminit *teadvus* kasutades tegelikult silmas peavad, näib olevat pigem reegel kui erand, kuid

„miski ei takista „teadvuse” nende aspektide arutamist ja organiseeritud uurimist, mida tähistab selle termini *etteantud, spetsiifiline kasutus*” (Velmans, 2009, lk 142).

Käesolevas kogumikus kasutame läbivalt termineid *muutuv teadvus* (mis rõhutab mitte üksi muutunud fenomenoloogiat, vaid ka protseduure selle esilekutsumiseks), *muutunud teadvus* ja *muutunud teadvusseisundid*, kuna neist on saanud kõige paremini äratuntavad ja kõige enam kasutatud sugulasväljendid. Teisalt nõustun ma Bunge'i (1980) hoiatusega, et kõnelda sõna otseses mõttes „teadvuse seisunditest” tähendab teadvus asjastada, teha sellest entiteet, samas kui tegelekult kogeb neid seisundivariatsioone olend (olgu inimene või keegi teine). Termin MTS teist laadi kriitika (Rock & Krippner, 2007) lähtub mõttest, et see termin ajab sõna „teadvus” põhitähenduse, mis viitab millestki teadlik olemisele, segi teadvusepisoodi fenomenilise väljaga; selle asemel oleks nende arvates kohasem kõnelda *fenomeniliste omaduste muutunud mustri*st [vt ka Beischel, Rock, & Krippner käesolevas köites]. Ehkki nende analüüs on mulle sümpaatne, ei arvesta see ettepanek pikaajast ajaloolist pretsedenti (vrd Natsoulas, 1983) ning on ebatõenäoline, et see võiks praegusel hetkel asendada suupärasemat MTS-i. Samuti viitaks fraas *kogemuse modaalsused*, mis pole küll käesolevas kontekstis käibele läinud, paremini tõsiasjale, et kõne all on pidevalt muutuv dünaamiline sündmus, mitte aga miski staatiline (James, 1890). Neid vastuväiteid arvestades jääme mugavuse huvides siiski termini MTS juurde.

Ludwig kirjeldas MTS-i

erisuguste füsioloogiliste, psühholoogiliste või farmakoloogiliste manöövrite või mõjurite poolt esile kutsutud vaimuseisundi(te)na, mis indiviidi enese subjektiivse (või indiviidi objektiivse vaatleja) äratundmise järgi esindavad psühholoogilise funktsioneerimise subjektiivse kogemuse piisavat kõrvalekallet selle indiviidi erksa, ärkvel oleva teadvuse teatud üldistest normidest. (1966, lk 225)