



Klaipėdos
universitetas

Sveikatos
mokslų fakultetas



Klaipėdos
universitetas

30
metų

**XXI-OJI NACIONALINĖ MOKSLINĖ
KONFERENCIJA
„Į SVEIKĄ GYVENSENĄ IR SKAIDRIĄ BŪTĮ
VYDŪNO KELIU“**

Konferencijos pranešimų medžiaga



Klaipėda, 2021

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės
Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB)

Mokslinis komitetas:

Pirmininkas: prof. dr. Artūras Razbadauskas,
Klaipėdos universiteto rektorius

Nariai:

prof. habil. dr. Algimantas Kirkutis
prof. dr. Elvyra Acienė
prof. habil. dr. Ingrida Baranauskienė
prof. dr. (hp) Leta Dromantienė
prof. dr. Arvydas Martinkėnas
prof. dr. Daiva Mockevičienė
prof. dr. Sigutė Norkienė
doc. dr. Aelita Skarbalienė
prof. habil.(hp) dr. Dalia Marija Stančienė
prof. dr. Asta Šarkauskienė
doc. dr. Marija Truš

Organizacinis komitetas:

Pirmininkė: Goda Sakalauskaitė

Nariai:

prof. dr. Birutė Anužienė
Dainius Aponkus
Erika Butkutė
lekt. dr. Sigita Derkintienė
lekt. Rita Gikarienė
Juozas Ivanauskas
doc. dr. Asta Kiaunytė
lekt. Viktorija Lukminaitė
lekt. Jurgita Raišutienė
Tatjana Žuravlioiva

Leidinio sudarytoja:

prof. dr. Birutė Anužienė

© Klaipėdos universitetas, 2021

ISBN 978-609-481-100-5

AŠAINĖ SĄMONĖ IR PSICHIKOS SVEIKATA

*doc. dr. Jūratė Sučylaitė**

Klaipėdos universitetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Vydūnas rašė, kad „sąmonė yra pats esmingasis žmogaus apsiareiškimas gyvenime“, mokė suvokti minčių, jausmų ir kūno gyvatų visumą, pajauti, kad į kiekvieną iš mūsų skverbiasi aukštybių spindulys. Ašainės sąmonės samprata, apie kurią tiek daug rašė Vydūnas, daugeliui nežinoma, nesuprantama.

Tikslas – išsiaiškinti, kaip vydūniškojo sąmoningumo siekimas yra susijęs su psichikos sveikatos problemomis.

Metodika. Vydūno kūrybos analizė ir interpretacija, vadovaujantis hermeneutiniu požiūriu, gydytojo psichoterapeuto patirties fenomenų, aprašytų, vadovaujantis fenomenologiniu požiūriu, analizė.

Rezultatai. Vydūnas žmogaus sąmoningumą suvokė kaip esminį dalyką, sąmonėjant kūnas paklūsta žmogaus sąmonei, pradeda jai tarnauti. Sąmonėjant labai svarbi minčių, kūno ir jausmų gyvatų darna. Literatūra, menas padeda žmogui sąmonėti, menininkams siūloma taip kurti grožį, kaip jį kuria gamta. Humanistinės vertybės kreipia žmogų į sąmonėjimo kelią. Šiandieniniame pasaulyje žmogus nuolat skuba, mažėja refleksinio patirties apmąstymo, vertybės dažnai nebėra labai aiškios. Vidinis gyvenimas yra praradęs vientisumą, giluminiais apmąstymais rečiau dalijamasi. Išmaniosios technologijos, naudojamos komunikacijų tikslais, mažina prisirišimą prie vietos, silpnina dabarties akimirkos išgyvenimą, skatina greitį ir apmąstymų paviršutiniškumą, neišlaikoma darna tarp žmogaus gyvatų. Dažniau diagnozuojami depresijos, nerimo, psichosomatiniai sutrikimai. Šios būsenos atspindi nusivylimą arba pasimetimą vertybių pasaulyje, psichologinę ir socialinę krizę, kurioje pasireiškia neigiamos emocijos, vegetacinės kūno reakcijos, aiškiai nebesuvokiama savoji dvasinė tapatybė, išgyvenamas vienišumas, žmonių paramos stoka. Nusivylimas gali paskatinti svaiginimąsi, asocialius poelgius, dažniausiai yra susijęs su žemu savęs vertinimu. Yra žinoma, kad žmogus, esantis pasimetimo būsenoje, sunkiai randa žodžius. Negalime būti kitiems suprantami ir aiškūs, kai nesame atviri patys sau. Psichologinių tiesų žinojimas, atsietas nuo humanistinės kultūros, nėra efektyvus, sprendžiant daugelį socialinių problemų. Vadovaujantis Vydūno ir šiuolaikinių vadybininkų požiūriu į darnų visuomenės vystymąsi, galima teigti, kad žmoniškumo deformacija vienoje vietoje neigiamai paveikia visą planetą, tad reikėtų daugiau dėmesio skirti humanistikai, nes neperimdama humanistinės pasaulio patirties, kaip sako V. Daujotytė: „žmogaus aš neįgauna tvaresnių kontūrų“.

Išvada. Humanistinis žmogaus ugdymas leidžia sustiprinti savęs paties suvokimą ir vertybinę orientaciją, sudaro prielaidas vidiniam vientisumui ir psichikos sveikatai saugoti moderniajame pasaulyje.

Reikšminiai žodžiai: ašainė sąmonė, humanistika, depresija, psichosomatiniai sutrikimai.

Literatūra:

Daujotytė V. 2020. Prarandama tikrovė, arba Apie humanistiką mokykloje. *Literatūra ir menas*, Nr.1, p.15
Vydūnas. 2013. Sąmonė. Vilnius: Vaga. 336 p. ISBN 978-5-415-02317-2

* Gydytoja psichiatrė, poezijos terapeutė, Lietuvos rašytojų sąjungos narė, socialinių mokslų srities edukologijos krypties mokslo daktarė. El. p.: jurate.sucylaite@ku.lt