

Tartu Ülikool
Humanitaarteaduste ja kunstide valdkond
Filosoofia ja semiootika instituut
Semiootika osakond

Marianne Raid

**Psühheedelsete ainete kui teadvuse muutunud vormide
esilekutsujate mõju inimese taju- ja mõjuilmale**

Magistritöö

Juhendaja: Silver Rattasepp

Tartu 2025

Käesolevas töös uuritakse psühheedelikumide kui teadvuse muutunud vormide ja seisundite esilekutsujate mõju inimese taju- ja mõjuilmale. Töö lähtub Jakob von Uexküllist inspireeritud biosemiootilisest käsitlusest, mille fookuses on organismi subjektiivne kogemus ühes selle tähenduslike suhetega, mis on pidevas muutumises ja arengus. Psühheedelsete ainete lühi- ja pikaajalist mõju inimese omailmale uuritakse töös viie poolstruktureeritud süvaintervjuu abil ning nende kvalitatiivse sisuanalüüsi toel püütakse muu hulgas selgitada teadvuse muutuste semiootilist ülesehitust.

psühheedelikumid, teadvus, omailm, tajuilm, mõjuilm

Sisukord

SISSEJUHATUS.....	5
1. TEADVUS JA KOGEMUSLIK MITMEKESISUS.....	8
1.1. Teadvuse mõtestamise lähtekohad	8
1.2. Fenomenaalne teadvus	9
1.3. Teadvusuuringute rasked ja lihtsad probleemid.....	11
1.4. Teadvus kui neurobioloogiline probleem.....	12
2. BIOSEMIOOTILINE LÄHENEMINE TEADVUSELE JA SELLE MUUTUMISELE	14
2.1. Biosemiootiline arusaam elust ning idee omailmast.....	14
2.2. Biosemiootiline lähenemine teadvusele	16
2.1. Teadvuse muutlik iseloom ning biosemiootilised võimalused selle uurimiseks	19
3. TEADVUSE MUUTUNUD VORMID	21
3.1. Teadvuse muutunud vormide mõistmise lähtekohad – individuaalsed ja kultuurilised eripärad	23
3.2. Mida mõista teadvuse muutunud vormidena?	26
3.3. Teadvuse muutunud vormide iseloom	30
4. PSÜHHEDEELSESED AINED KUI TEADVUSE MUUTUNUD VORMIDE ESILEKUTSUJAD	33
4.1. Mis on psühheedeelsed ained?.....	33
4.2. Psühheedeelsete ainete esile kutsutud teadvuse muutunud vormide iseloom	37
4.3. Biosemiootiline lähenemine psühheedeelsete ainete esilekutsutud teadvuse muutustele	40
4.4. Psühheedeelsete ainete mõju inimese taju- ja mõjuilmale	42
4.5. Miks uurida teadvust ja teadvuse muutunud vorme psühheedeelsete ainete näitel?	44
5. PSÜHHEDEELSETE AINETE MÕJU INIMESE JA TAJU- JA MÕJUILMALE.....	47
5.1. Metoodika	48
5.1.1. Uuritavate leidmine ja intervjuude läbiviimine	49
5.2. Üldinfo uuritud psühheedeelsete ainete tarbimiskogemuste kohta	50
5.3. Psühheedeelne maailm ning selle märgid ja tõlgendid.....	53
5.3.1. Muutunud meelelised tajupidemed ja -kogemused.....	54
5.3.2. Suurenenud tundlikkus väliskeskkonna suhtes	56
5.3.3. Muutunud aeg-ruumiline taju	58
5.3.4. Omailma muutuste subjektiivne avaldumine ning mõjutamisvõimalused	60
5.3.5. Reaalsus ja illusioon psühheedeelsete kogemuste kontekstis.....	62
5.4. Psühheedeelsete ainete mõju semioosile ja mentaalsusele	63
5.4.1. Psühheedeelsetest ainetest mõjutatud semioosi eripärad.....	64
5.4.2. Psühheedeelsete ainete mõjul tekkiva semioosi rakendusvõimalused	67

5.5. Psühheedelsete ainete potentsiaal kutsuda esile püsivaid muutuseid inimese taju- ja mõjuilmas.....	69
5.6. Psühheedeelsed ained kui teadvuse muutunud vormide ning omailma semiootiliste ümberkorralduste esilekutsujad	73
KOKKUVÕTE	78
KASUTATUD KIRJANDUS.....	81
SUMMARY	86
LISA - NÄITEID INTERVJUUKS KAVANDATUD KÜSIMUSTEST	88

Sissejuhatus

Käesoleva magistritöö eesmärk on uurida psühheedeelsete ainete näitel seda, millist mõju avaldavad teadvuse muutused inimese taju- ja mõjuilmale. Seejuures lähtun töös biosemiootilisest vaatepunktist ning uurin psühheedelikumide mõjul tekkivaid subjektiivseid kogemusi kui muutuseid inimese maailmas ning selle tähenduslikes (semiootilistes) suhetes. Sel moel püüan töös selgitada nii teadvuse muutuste semiootilisi tagamaid kui hinnata ja kirjeldada seda, missuguseid muutuseid võivad psühheedelikumid esile kutsuda inimese enesekogemuses, väärtushinnanguis ning käitumises.

Teadvus on inimeste maailma lahutamatu osa, kuid subjektiivne kogemus sellest varieerub. Ühiskondlikul tasandil võib tuvastada mitmesuguseid erinevaid religioosseid ja kultuurilisi tõekspidamisi teadvuse ning selle olemuse kohta. Üksmeelt selles osas, kuidas selgitada ja piiritleda teadvust või mõista selle dünaamilist iseloomu pole ka teaduse erinevate koolkondade seas. Samas on teadvuse muutlikkus lahutamatu osa inimese enesekogemusest, mistõttu peegeldub see ilmselt muu hulgas ka sotsiaalses hoiakutes ja käitumises. Biosemiootik Jesper Hoffmeyer väidab, et „hirmus spiritualismi ees on teadus sulgenud endale tohutu suure osa maailmast, mida suurem osa meist võtab väga reaalse, olgugi, et võib-olla mingis tagasihoidlikus mõttes mittemateriaalsena“ (2014 [2008]: 259). Käesoleva töö raames püüangi uurida selles suures mittemateriaalses, kogemuslikult killustunud maailmas toimuvat.

Taimedes ja seentes leiduvaid psühheedeelseid aineid on iidsetest aegadest erinevates kultuuri- ja religiooniringkondades kasutatud tajuavardajatena. Antropoloog Joshua Falcon on viidanud vajadusele uurida psühheedeelseid kogemusi läänemaailmas nende neurobioloogiliste ja terapeutiliste käsitluste kõrval ka kui subjektiivseid, kultuuriliselt vahendatud kogemusi, millel potentsiaal avalduda sotsiaalses kontekstis. Läänemaailmas puuduvad psühheedelikumide tarbimisega seotud laialtlevinud kultuurilised rituaalid või traditsioonid, mistõttu on teaduslikus plaanis huvitav mõista seda, mis ja miks motiveerib lääneinimest nende toel oma teadvust muutma ning missugused on selliste praktikate pikaajalised mõjud. (Falcon 2025)

Loodan töös võimalikult objektiivsel moel üldistada ja selgitada psühheedeelseid kogemusi, et oskaksime sotsiaalses kontekstis paremini hinnata nii nende võimalikke positiivseid kui negatiivseid omadusi.

Sellest lähtuvalt on töö peamiseks uurimisküsimuseks „**Milline on psühheedelsete ainete mõju inimese taju- ja mõjuilmale?**“. Seda toetavad järgmised abiküsimused:

- Missuguseid tajupidemeid tekitavad psühheedelikumid lühi- ja pikaajaliselt inimese tajuilmas?
- Missuguseid mõjupidemeid tekitavad psühheedelikumid lühi- ja pikaajaliselt inimese mõjuilmas?
- Milline on semioosiprotsess psühheedelikumide toel saavutatud muutunud teadvuse vormis/seisundis, võrreldes teadvuse normaalolekuga?
- Kas, kuidas ja millal lõppeb psühheedelsete ainete toel tekkinud kogemus?
- Missugused omailma tähenduslikud suhted iseloomustavad psühheedelikumide mõjul tekkivaid teadvuse muutunud vorme ja seisundeid? Kas ja kuidas aitavad need mõista teadvuse muutuseid üldisemalt?

Töö teoreetilises osas annan esmalt ülevaade levinumatest teadvuse mõistmise lähtekohtadest, selgitan ideed fenomenaalsest teadvusest ning seda, mil moel saavad humanitaarteadlased täiendada neurobioloogilist käsitlust teadvusest. Teises peatükis tutvustan biosemiootilist raamistikku ning mõisteid, mida edaspidi psühheedelikumide mõju kirjeldamiseks kasutan. Seejuures toetun peamiselt J. von Uexkülli omailmateooriale (2012 [1940]) aga ka teiste (bio)semiootikute käsitlustele inimese ning keskkonna vahelistest (täendus)suhetest. Kolmandas peatükis täpsustan, mil moel eristuvad üksteisest teadvuse muutunud vormid ja seisundid, toon põgusa ülevaate nende tekkevõimalustest ja iseloomust, toetudes peamiselt Charles Tartile (1969; 2008 [1975]), aga ka nt Michael J. Winkelmanile ja Etzel Cardeñale (2020 [2011]; 2016 [2011]). Neljandas peatükis kirjeldan vastavasisulise kirjanduse baasil psühheedelsete ainete esile kutsutud teadvuse muutuseid ning asetan need biosemiootilisse raamistikku, kasutades seejuures nii teemakohaseid semiootilisi uurimusi (nt Pokorny, V. 2018) kui ka üldisemaid psühheedelsete ainete mõju käsitlevaid teadustöid.

Selgitamaks psühheedelikumide esile kutsutud teadvuse lühi- ja pikaajaliste muutuste iseloomu empiirilise materjali toel, tegin viis süvaintervjuud eestlastega, kel on kogemusi selliste ainete tarbimisega. Intervjuude kvalitatiivse sisuanalüüsi tulemusel annan ülevaate

psühheedelsete ainete esile kutsutud taju- ja mõjupidemete iseloomust, nende toel tekkinud semioosiprotsessi(de) eripäradest. Ühtlasi hindan psühheelikumide potentsiaali kutsuda esile püsivaid muutuseid inimese taju- ja mõjuilmas ning iseloomustan nende semiootilisi tekkemehhanisme.

Sel moel selgitan teadvuse muutuseid biosemiootilises raamistikus, inimese maailma tähendussuhete toel, mis lahutamatult seotud teda ümbritseva keskkonnaga.

1. Teadvus ja kogemuslik mitmekesisus

Käesolev peatükk annab ülevaate sellest, millised probleemid ja küsimused on kaasaegsete teadvusuuringute fookuses, selgitab ideed fenomenaaalsest teadvusest ning seda, missugused küsimused on teadvusuuringute keskmes. Nõnda püüan edasi anda teadvuse teaduslikes paradigmatades valitsevat segadust ja mitmekesisust ning selgitada, mil moel aitavad humanitaarteadused teadvusuuringuid täiendada ning arendada.

1.1. Teadvuse mõtestamise lähtekohad

Psühholoog Stuart Sutherland on defineerinud teadvust kui intrigeerivat, kuid tabamatut nähtust: „On võimatu täpsustada, miks see on, mida see teeb või miks see arenenud on. Mitte midagi lugemisväärset pole selle kohta kirjutatud“ (1989: 95). Sellise suhteliselt ratsionaalse, kuid minu hinnangul ka küllaltki pessimistliku definitsiooniga võiks käesoleva töö iseenesest lõpetada. Milleks uurida ja selgitada midagi, mis uurimisobjektina on niivõrd hoomamatu, müstiline ja kättesaamatu? Ometi paistab teadvusuuringuid motiveerivat tõdemus, et teadvuse näol on tegemist millegi ülimalt inimliku, kõigile omase, ning vaieldamatult tähenduslikuga. „Teadvus on allikas, mille kaudu tuuakse maailma tähendus, väärtus, isikud ja eetilised subjektid. Ilma teadvuseta oleks maailm tühi, tähendusetu tühermaa,“ leiab filosoof Gregory Miller (2022: 7).

Tasub tähele panna, et teadvuse inglisekeelne vaste *consciousness* tähistab üheaegselt nii ärkvelolekutunnet [*wakefulness sense*] (nt koomas vs ärkvel olles); tähelepanutunnet [*awareness sense*] (tead või ei tea, et su särk on pahempidi) kui ka n-ö juurdepääsuteadvust [*access consciousness*] (vaimseid objekte, millele me ei pööra üldjuhul tähelepanu, kuid mida saame arutlemiseks või oma tegevuste suunamiseks siiski vajadusel kasutada) (Kind, A. 2023: 15). Kuigi inglisekeelsed mõisted *consciousness* ja *conscious* ning nende eestikeelsed vasted „teadvus“ ning „teadvel“ pole päris puhtakujulised sünonüümid, siis võib Kindi kirjeldatud mõistesegadust tajuda ka eesti keeles. Filosoof David Chalmers rühmitab kõik sõnale

consciousness vastavad tunded kokku psühholoogiliseks teadvuseks ning peab neid vähemalt humanitaarvaldkonda kuuluvate teadvusuuringute juures ebaolulisteks (1996: 26). Ka Hartley peab oluliseks eristada „teadvust, mis on samaväärne teadlikkuse, mingi aistingu kogemisega, eneseteadvusest, mis on teadlikkus meie enda teadlikkusest või teadvusest“ (2021: 12)

A. Damasio eristab tuumteadvust ja laiendatud teadvust. Tuumteadvust iseloomustab ta kui lihtsat, ühetasandilise organiseerituse tasemega bioloogilist nähtust, mille ulatus on siin ja praegu (mitte kuskil mujal, enne, pärast) ning mis on sõltumatu mälust, keelest ja arutlusvõimest omameetrite erinevatele elusolenditele. Laiendatud teadvuse all peab ta aga silmas keerulist, mitmetasandilise organiseerituse tasemega bioloogilist nähtust, mis areneb kogu organismi eluea jooksul ning on kõrgeimal tasemel väljaarenenud just inimestel. (1999: 16) Kõik sellised definitsioonid näitlikustavad hästi, kui palju väljakutseid tekitab teadvuse selgitamisel ja kirjeldamisel keele piiratus, nagu viitab oma doktoritöös näiteks ka David Bourget (2010: 9-18). Arvestades kui olulist rolli mängivad meie igapäevaelus erinevad *teadvuse* mõiste taga peituvad ilmingud, on kummastav eesti ja inglise keele kui primaarsete märgisüsteemide piiratus inimteadvusega seotu kirjeldamisel. Samas võib seda pidada ka ilminguks, mis iseloomustab kõnealuste kultuuride segadust ja distantseeritust teadvuse mõtestamisest. Võiks loota, et läänelike teadvusuuringute arenedes rikastub ka sõnavara selle iseloomustamiseks.

1.2. Fenomenaalne teadvus

Teadvust iseloomustatakse kui midagi, mis annab olemise tunde (Harley, T. 2021: 23), kogemise tunde (Mongtague 2022: 51) – võiks öelda, et võimaluse elada, nii nagu me seda kogemuslikult mõistma oleme harjunud. Seejuures rõhutab molekulaarbioloogia taustaga A.G. Cairns-Smith, et sõna „tunne“ tuleb teadvuse kontekstis kasutada tema laiendatud tähenduses, viitamaks ühteaegu nii meeleoludele, emotsioonidele, aistingutele, aga ka teadvustatud ja teadvustamata intellektuaalsetele tunnetele, arusaamadele, taipamistele (2000 [1996]: 184–185). Teadvuse kontekstis ei ole tunded vaid lühi- või pikaajalised reaktsioonid mõnele välisele või sisemisele ärritajale. Pigem tuleks siinkohal „tunnet“ näha kui midagi, mis annab põhjuse, motivatsiooni ja inspiratsiooni erinevate sise- ja välisilmas paiknevate ärritajate katkematuks filtreerimiseks ja analüüsiks. Seejuures võib sõltuvalt indiviidist varieeruda filtreerimis- ja analüüsivõime süstematiseerituse aste ning eesmärk, kuid võimalus selleks on inimestele

ühtemoodi kättesaadav. Seetõttu võib teadvust pidada, vähemalt inimeste puhul, universaalseks omaduseks.

Arvestades teadvuse kui nähtuse kõikehõlmavust inimkogemuse loomisel ja vahendamisel, on seda püütud selgitada ka nähtuste kaudu, millega see seotud pole. Nii saab näiteks viidata teadvusele kui „sellele, mis kaob unenägudeta unes“ (Harley, T. 2021: 12). Bioloog A. Cairns-Smith leiab iseenesestmõistetava, et teadvus on „see, mis kaotatakse anesteetikumide mõjul“ ning „see, mis saadakse enam-vähem järk-järgult tagasi ärgates“ (2000 [1996]: 153). Sellised teadvust ärkvelolekuga võrdsustavad selgitused on küll lihtsad ja tabavad, kuid iseloomustavad hästi teadvusalases kirjanduses valitsevat tendentsi kasutada mõistet *teadvus* „eri tähendustes seda tihtipeale märkamata“, nagu juhib tähelepanu Etzel Cardeña (2016 [2011]: 34).

Nagu juba eelpool mainitud on teadvuse uurijate jaoks intrigeerivaimad küsimused: „Mis tunne see on?“ [*what it feels like?*] või „Kuidas see on olla?“ [*what it's like?*] (Stoljar, D. 2023: 83). Need on inspireeritud Thomas Nageli 1974. aastal ilmunud artiklist „Mis tunne on olla Nahkhiir?“ [, *What it's like to be a bat?*] ning juhivad tähelepanu elusolendi subjektiivse kogemuse erakordsusele. Subjektiivset kogemustunnet edasikandvat teadvust eristatakse sageli sõnapaariga „fenomenaalne teadvus“ [*phenomenological consciousness*]. „Fenomenaalne teadvus on tunde mõiste üldistus,“ leiab Stoljar rääkides teadvusest ka kui fenomenaaalsest varast. (Stoljar. 2023: 91) Seejuures seob ta fenomenaaalse teadvuse ka eelpool väljatoodud Chalmers'i psühholoogilise teadvuse mõistega, nentides, et psühholoogiline seisund võib ühtlasi olla ka fenomenaalne, kuid see ei pruugi olla alati nii (Ibid.: 72). Ned Block vastandab fenomenaalset teadvust (P-teadvus) aga hoopis juurdepääsuteadvusele (A-teadvus). Fenomenaalne teadvus on tema hinnangul see, mida me kogeme iseendana, A-teadvus aga keel, mõtted, tähelepanu, oma tegevuste kontrollimine ning arutlemine. Sarnaselt Chalmers'ile leiab ka tema, et P- ja A-teadvus kasutatakse sageli samaaegselt, kuid on kindel, et teoreetiliselt on mõlemad võimelised esinema eraldi. (Block 1995) Kind iseloomustab fenomenaalset teadvust, kui vaimset seisundit, kus on midagi kogeda ning seob selle filosoofiast pärineva mõistega kvaalid, inglise keeles *qualia* (2023: 15).

Igal juhul viidatakse ka käesoleva töö kontekstis fenomenaaelsele teadvusele kui subjektiivsele kogemusilmale. Teadvus on inimkonna universaalne võime saada subjektiivseid kogemusi iseenda ja ümbritseva kohta. Selle tundmine, mõistmine ja uurimine aitavad mõista inimteadvuse eripärasid nii võrdluses selle tehnilike koopiatega kui teiste loomaliikidega.

1.3. Teadvusuuringute rasked ja lihtsad probleemid

Teadvusuuringute üheks suurimaks küsimuseks on see, kuidas füüsilises maailmas saab tekkida fenomenaalne teadlikkus. Vähemalt sellisena näeb teadvusuuringute raskuskeset David Chalmers, kes on iseloomustanud subjektiivset kogemust kui inimeste „peades rulluvat filmi koos heli, tunnete, maitsete, emotsioonide ja mälestustega“ (1996). Teadvuse keeruline probleem maadleb tema hinnangul küsimusega, „Miks see kõik eksisteerib? Miks kõik ajuprotsessid ei toimu pimedas?“ (2022: 27) Muid teadvusega seotud probleeme peab Chalmers lihtsateks, sest need selgitavad objektiivseid nähtusi, mistõttu „nad on sama keerulised nagu enamik teadusprobleeme“ (2022: 27-28). Objektiivsete nähtustega seotud andmeid annab koguda, mõõta, rühmitada, analüüsida, kuid kuidas selgitada teaduslikult subjektiivse kogemuse olemust? Kõik muud probleemid on lihtsad võrreldes küsimusega, kuidas teaduslikult uuritud objektiivsed protsessid tekitavad subjektiivseid kogemusi (Harley. 2021: 15). „Miks neuronid mu peas tekitavad tunde kogemuse?“ [„*why do neurons in my brain feel like anything?*“] näitlikustab teadvusuurijaid paeluva probleemi keerukust Gregory Miller (2023: 2). Sel moel võib teadvus-uuringuid pidada omamoodi eksistentsi uuringuiks, mis on võtnud endale suure ülesande elu ja selle kogemise selgitamisel.

„Tõenäoliselt arvab enamus, et keeruline probleem tuleb lahendada ning püüavadki seda teha. Teised, nagu mina, leiavad, et kogu see idee on valesti tõlgendatud, see põhineb vaim-keha dualismi jäänustel, varitseval usul hinge või sisemisse teadlikusse Minasse, keda tegelikult ei eksisteeri. Küsimus on selles, kas me suudame duaalsusest põgeneda,“ leiab psühholoog Susan Blackmore. (2022: 16) Filosoofia taustaga Arthur Melnick leiab, et teadvuse keerulist probleemi saab lahendada käsitledes seda kui „füüsilist nähtust, mis füüsiliselt varjab enda füüsilist olemust koosneda tavalistest füüsilistest liikumistest“ (2011: 2). Kuigi enamik teadvusuurijaid tunduvad teadvustavat eksistentsiaalse „miks?“ küsimuse olemasolu, paistab varieeruvat, sõltuvalt sellest, kuidas selgitatakse teadvuse olemust, teadlaste hinnang teadvuse raske probleemi tõsidusele ja lahendatavusele. Näiteks Daniel Stoljar ei tunnista teadvuse keerulist probleemi üldse väljapaistvalt unikaalsena ei filosoofia ega loodusteaduste jaoks. „Tegelikult on probleeme palju ning edasiminekuks saab toimuda vaid erinevate valdkondade teadlaste ühisel pingutusel. (2023: 64)“

1.4. Teadvus kui neurobioloogiline probleem

Ometi on isegi humanitaarteadlasi, kes peavad multidistsiplinaarset lähenemist fenomenaalsele teadvusele mõttetuks või suures plaanis tulemusetuks ning leiavad, et teadvusuuringud saavad areneda vaid neurobioloogia toel. Üks tuntuim sellist vaadet esindav filosoof, Patricia Churchland, on veendunud, et kõik inimõistuse saladused peituvad inimese ajus, mistõttu saab ka kõiki vaimseid nähtuseid uurida loodusteaduste raamides (1996). „Uurige teadust, tehke teadust ning vaadake, mis juhtub,“ väidab Churchland enesekindlalt (1996: 408), toetudes veendumusele, et neurobioloogias on veel palju avastamisväärset (2022: 76-77).

Sugugi mitte kõik teadvusuurijad ei julge aga teadvust puudutavate probleemide lahendamist usaldada neuroteadlastele. „Kui näeme, et süsteemis, mida neuroteadus kasutab teadvuse selgitamiseks, on haigutav auk, siis ei peaks me kannatlikult ootama, et näha selle valdkonna jõupingutuste edukust“, võtab Amy Kind hästi kokku sellise vaate (2023: 22). Humanitaarteadlaste peamine kahtlus paistab seisnevat selles, kas loodusteadused suudavad lisaks materjali matemaatilistele omadustele öelda midagi ka selle olemuse kohta (Russell, B. 1954 [1927]: 10; Goff, P. 2019). „Võtke loodusteadusi tõsiselt, kuid suhtuge tõsiselt ka teadvusesse,“ väljendab oma skeptismi värvikalt Amy Kind (2023: 46). Symes on veendunud, et ükskõik, kui palju loodusteadused aju kirjeldavad, ei suuda need selgitada teadvuse olemust (2022: xv). Niisiis võibki humanitaarteadlasi innustada teadvust oma valdkonna uurimismeetodite toel uurima nii hirm selle ees, et neuroloogia ei suuda kunagi selgitada teadvuse subjektiivset loomust kui ka soov lihtsalt aidata või täiendada loodusteaduslike uuringuid teadvuse kui nähtuse mõistmisel (Ryan, M-L. 2010).

Seejuures on teadvusuurijaid, kellel lootus jõuda ühel päeval universaalse mudelini, mis suudaks omavahel täpselt seostada erinevad teadvusseisundid ning neuroloogilised või muud tüüpi füüsilised impulsid. Seda teadvusfilosoofia koolkonda esindav David Bourget nimetab sellist mudelit teadvuse Newtoni seadusteks (2011: 1). Stoljar piirdub lihtsalt nimetusega teadvuse seadused ning suhtub nende olemasolusse ja vajalikusse skepsisega, kuna leiab, et teadvusseisundite abstraktsus teeb nende täpse kirjeldamise füüsiliste omaduste põhjal keeruliseks (2023: 127-131). Melnick on kindel, et teadvuse seostamine vaid ajutegevusega viib teadvusuuringud igal juhul eksiteele, kuna tegemist on tegevuse või nähtusega, mis avaldub kogu keha ulatuses (2011:12-20). Neuroloogia tänaste uurimismeetodite ja -instrumentide juures on veel võimatu hinnata, kellel kolmest teadlasest õigus on, kuid teadvuse füüsiliste ja abstraktsete omaduste süstematiseerimine võiks teadvusuuringutes luua enneolematu selguse ja konkreetsuse.

Teaduses ilmneb teadvuse paradigmade mitmekesisus nii selle mõtestamise lähtekohtades, mõiste mitmetähenduslikkuses kui ka erinevate teadusvaldkondade uurimismeetodites ja teoreetilistes rõhuasetustes. Teadvuse paradigmaatiline mitmekesisus teaduses avaldub nii selle mõtestamise lähtekohtades, mõiste „teadvus“ mitmetähenduslikkuses kui erinevate teadusvaldkondade uurimismeetodite variatiivsuses ning teoreetilistes rõhuasetustes. Püüdsin käesoleva peatüki toel anda ülevaate olulisematest teadvuse mõistmise suundadest ning seejuures esinevatest probleemidest, mis on aluseks erinevatele teadvusparadigmadele ja nende konkurentsile teaduses. Seejuures püüdsin selgitada, missugune on humanitaarteaduste potentsiaalne roll teadvusuuringuis.

2. Biosemiootiline lähenemine teadvusele ja selle muutumisele

Käesolevas peatükis püüan selgitada, missuguseid võimalusi pakub biosemiootiline lähenemine teadvus-uuringute ja eelpool väljatoodud subjektiivse kogemusega seotud probleemide uurimiseks ja lahendamiseks. Lisaks toon välja ja selgitan olulisemaid biosemiootilisi mõisteid, mida käesolevas töös edaspidi teadvuse ja sellega seotud nähtuste kirjeldamiseks kasutan, nagu nt *omailm*, *tajuilm*, *mõjuilm*, *märk*, *märgisüsteem*, *semioos*, *tähendus*, *tõlgend*. Sel moel püüan ka põhjendada, miks ja kuidas peaks biosemiootilises raamistikus mõistma ja uurima teadvust kui muutlikku ja dünaamilist nähtust.

2.1. Biosemiootiline arusaam elust ning idee omailmast

Biosemiootikat võib iseloomustada kui teadusharu, mis ühendab mitmesuguseid humanitaar- ja loodusteaduslikke lähenemisi fenomenoloogilisele kogemusele, uurides elu nende tähenduste toel, mida organismid sellele omistavad. Biosemiootikud leiavad, et elu avaldub organismile erinevate märkide/märgisüsteemidena, millele me anname tähenduse läbi semioosi, märgi tõlgendamise protsessi (Sebeok, T. 2001). Kõigi selliste protsesside aluseks võib pidada taju/tunnetust endast ja ümbritsevast, mistõttu tuleks ka teadvust käsitleda „viisina, kuidas elusorganism väljendab enda kohalolu keskkonnas, millega ta seotud/põimitud on (Pokorny; V. 2018: 84)“.

Seejuures on biosemiootikale omane C. S. Peirce'i arusaam **märgist** kui esitise, mis viitab mõnele organismi sise- või väliskeskkonnas esinevale vahetule ja dünaamilisele nähtusele (objektile), millele antakse tähendus tõlgendamise abil. **Semioosi**, märkide tõlgendamise, tähenduslikuks muutmise protsessi, võib esineda nii teadvustatud, eelteadvustatud kui teadvustamata vormis ning see on pidevas muutumises. Märk, objekt ja **tõlgend** esinevad dünaamilises kolmiksuhtes, mistõttu on semioos pidevalt muutuv protsess, mille arengu määravad kontekst, varasemad märgid ja nende tõlgendid. **Tõlgendeid** võib seega käsitleda märgi ja objekti omavaheliste suhetena, mis on pidevalt muutuva ja areneva loomuga. Peirce on tõlgendite arengut silmas pidades kategoriseerinud neid ka vahetuteks,

dünaamilisteks ja lõplikeks. Vahetu tõlgend avaldub esmases märgi mõistmises, lõplik tõlgend on tõlgendi lõppseis, mis väljendub näiteks mõne fenomeni suhtes tekkinud konsensuses või harjumuses ning dünaamilised tõlgendid on kõik vahepealsed. Käesolevas töös leiavad käsitlust kõik mainitud tõlgendid ning seal, kus tõlgendi kategooria mõistmine aitab semioosiprotsessi paremini mõista, toon selle ka välja. Muul juhul tuleks tõlgendeid mõista lihtsalt märgi ja objekti omavaheliste ajas, katkematu(te) semioosi(de) tulemusel muutuvate suhetena. **Märgisüsteemidena** võib mõista selliseid tähenduste (märkide ja nende tõlgendite) kogumeid, kus märkide tähendused ja kasutusreeglid on selgelt välja kujunenud, süstemaatiliselt struktureeritud. Biosemiootiline käsitlus näeb neid esinevat kogu eluslooduses. (Kull, K. et al. 2018)

Biosemiootilise käsitluse fookuses on inimeste, nagu ka teiste elusorganismide, kogemuslik maailm. Sellise käsitluse aluseks on arusaam, et „vaade eikusagilt“ ei saa meid viia tõdedele maailma selgitamisel kvalitatiivselt kuidagi lähemale kui meie, „teadvate olendite, kelle on loonud ja keda ümbritseb see sama loodus, mida me seletada püüame”, kogemus (Hoffmeyer 2014 [2008]: 17). Kuna kogemus avaldub meile läbi tõlgenduste erinevatest märkidest, tuleb elu uurida semiootilisena, märkide poolt vahendatud protsessidena, mis on oma loomult suuremal või vähemal määral muutlikud. Rõhutan, et räägin elu ja loodusega seotud nähtustest kui muutlikest protsessidest, kuna situatsioonipõhiselt võivad muutuda märgid, mille põhjal organism end ümbritsevat tõlgendab ning nende mõjul, ka semioosiprotsess ise. Nagu kinnitab Hoffmeyer, pole looduses midagi absoluutset, sh isegi mitte eluslooduse seaduspärad, mis on pidevalt toimuva evolutsiooniprotsessi tulemused (Ibid.:73). Orienteerumaks märkide ja nende tõlgendite toel muutuvates kogemustes enesest ja ümbritsevast, on biosemiootikas üsna laialt tunnustatud Jakob von Uexkülli idee organismi omailmast.

Uexküll ise iseloomustab oma ideed omailmadest kui „isemoodi väljapoole suunatud psühholoogiateadust, kus tegutsetakse vaatleja positsioonilt”, kuna vahetu ligipääs kellegi siseilmale pole võimalik (2012 [1940]: 80). “Kõik, mida subjekt tajub, saab tema **tajuilmaks**, ja kõik, millele ta mõjub, tema **mõjuilmaks**. (Ibid.)” Siin töös käsitletakse organismi tajuilma kui tema meelte ja tähelepanu abil kujunevat tajukogemust enda ja ümbritseva kohta, mõjuilma kui omamoodi organismi tegevusruumi, kõike, mille kaudu organism mõjutab oma sise- ja väliskeskkonda või mis vastupidi neile mõju avaldab. Taju- ja mõjuilm tervikuna koos moodustavad organismi **omailma**, tema olemise kogemuse. Uexküll kirjeldab, kuidas loomsubjekt läheneb kõikidele teda ümbritsevatele objektidele justkui “tangide kahe haruga, mõju- ja tajuharuga” (Ibid.: 85), mille toel moodustavad **mõju- ja tajupidemed** kui

kogemuslikud omadused meid ümbritseva kohta. (2012 [1940]: 14-15) Tajupidemete kaudu jõuavad organismi teadvusesse sensoorsed märgid ning nende tõlgendid, sh **tähendused**, kontektuaalsed ja hinnangulised tõlgendid märkidele, mida võib eelpool mainitud Peirce'ist inspireeritud käsitluse järgi pidada ka vahetuteks tõlgenditeks. Mõjupidemete kaudu reageerib inimene keskkonnas ilmnevaile märkidele ja nende tõlgendidele oma käitumise, suhtluse, aga ka otsuste ja väärtushinnangutega. Seetõttu võib organismi omailma vaadelda avatud süsteemina, mis otsib erinevaid tähendus kandjaid, taju- ja mõjupidemete toel moodustuvaid märke, et sel moel paremini mõista ja selgitada olemise kogemust. (Hoffmeyer 2014 [2008])

Miks organism seda teeb? Nagu rõhutab ka Hoffmeyer, on oluline mõista, missugusel otstarbel tekivad maailmas, mille peamiseks omadusteks on määramatus ja juhus, korrastatud struktuurid, nagu on semioosi protsessi toel tekkinud tähendused (2014 [2008]): 107). Kõige üldistavamalt võiks väita, et ta teeb seda eelkõige eesmärgiga “olla” – mõista ja tajuda keskkonda viisil, mis aitab organismil selles kõige edukamalt ja efektiivsemalt (võimalikult väikese vaevaga) eksisteerida. Samas tuleb siinkohal täheldada, et edukas ja efektiivne eksisteerimine on omakorda mitmetimõistetavad tegevused, mille tõlgendused varieeruvad sõltuvalt organismide liigipõhistest omadustest, aga ka nende individuaalsetest eesmärkidest. Muidugi võiks siinkohal veel filosoferida selle üle, kuidas ja miks selline variatiivne tõlgenduslikkus eksistentsi edukuse suhtes tekib, kuid arvan, et biosemiootika aluspõhimõtteid selgitades, piisab tõdemusest, et erinevate organismide omailmad on lahutamatu seotud ümbritseva keskkonnaga omal moel unikaalse mõju- ja tajupidemete kombinatsiooni toel.

2.2. Biosemiootiline lähenemine teadvusele

Niisiis võiks biosemiootilisest vaatevinklist teadvust selgitada kui mõju- ja tajupidemetest sõltuvaid märgiprotsesse ühendavat süsteemi või nähtust, mis juhib organismi ning ümbritseva keskkonna vahelisi suhteid. Selline definitsioon võimaldab teadvust näha nii semioosiprotsessina kui selle põhjuse, käivitava jõu ja energiana – eraldiseisva nähtusena, mis aitab organismil selgitada enda sees ja ümber toimuvat tähenduslike märkide toel. Seejuures väärrib märkimist, et kuna keskkond organismi ümber, nagu ka tema mõju- ja tajupidemed, ning nendest sõltuvad semioosiprotsessid, on pidevas muutumises, siis on teadvuse näol tegemist dünaamilise avatud süsteemiga, mille süstemaatiline korrastatus varieerub ajas. See koondab erinevate semioosiprotsesside toel tekkinud tähendusi ning muutub vastavalt erinevatele keskkonnas ilmnevatele mõju- ja tajumärkidele ja nende iseloomule.

Nagu nendivad nt Maturana ja Varela, pole teadvust selle biosemiootilise käsitluse raames võimalik vaadelda aga puhtalt füüsilise keha ning selles toimuvate ajuprotsessidega seotud nähtust, kuna elusorganismid ja nende semioosiprotsessid ühtlasi ka kaasloovad aktiivselt keskkonda, milles nad paiknevad (2021 [1980]). See ei tähenda muidugi kaldumist dualistlikusse maailmavaatesse, mis näeb teadvust füüsilisest maailmast eraldiseisva nähtusena. Teadvus on kahtlemata kaasatud ka kehasisestesse protsessidesse. Hoffmeyer on teadvust selgitanud näiteks kui organismi tõlgendust enda sees ja ümber toimuvast, mida mõjutavad pidevalt kehasisesed protsessid (1996: 119-120). Kuna keha on lahutamatu seotud end ümbritseva keskkonna, selle elusate ja elutute süsteemidega, siis jätame teadvust vaid kehasiseste semioosiprotsesside (endosemiootiliste protsesside) toel vaadeldes tähelepanuta neid tugevalt mõjutavad kehavälised (eksosemiootilised) protsessid. Niisiis võiks teadvust mõista kui kehastumise kogemusega seotud narratiivset enesekirjeldust ülalhoidvat tähendusloome protsessi, mis on kindlasti omane inimesele, kuid võimalik, et mingil moel ka teistele keerukamatele elussüsteemidele (Hoffmeyer 1996; 2014 [2008]; Maturana, Varela 2021 [1980]).

Kuna semioosiprotsess ei saa toimuda ilma tõlgendaja olemasoluta, siis saab biosemiootilisest vaatepunktist teadvust uurida vaid subjektiivse nähtusena, keskendudes organismi olemise kogemusele, tema maailmale ühes selle muutuvate mõju- ja tajupidemetega. See aga ei tähenda, et uuriksime teadvust mingisugustes jäikades piirides, mille keskmes on subjekt. Omailm on „eksistentsi arengut suunav sisemiste ja väliste horisontide süsteem“ – see koosneb tähendustest, millest kõigil on potentsiaal ületada omailma piire, tuua sellesse ootamatuid ja võõraid elemente (Pokorny 2018: 101). Seetõttu võib öelda, et uurides teadvust erinevate indiviidide omailma piirides, avastame samas ka teadvust objektiivse nähtusena, kuigi näeme seda alati läbi omamoodi moondunud prisma, mille iseloom sõltub vaadeldava omailma varasematest semioosiprotsessidest (Uexküll 2012 [1940]: 149). Iga omailma semioosiprotsessid on omal moel unikaalsed, kuid nende ühisjooni võib pidada objektiivseteks, võiks öelda ka, et kollektiivseteks teadvuse omadusteks.

Nähes elu ja teadvust kui lõputut semioosi, hulka erinevaid omavahel tihedalt seotud ja läbipõimitud tähenduslikke protsesse, võib biosemiootilist lähenemist pidada omal moel sarnaseks panpsühhistlike teadvuskäsitlustega, mis näevad kõike maailmas teataval määral kogemusliku ja elusana (Goff 2019). Kui käsitleda elu väikseima osa või üksusena tähenduslikke märke ning keskenduda kogu materia selgitamise asemel vaid selle elusale osale, siis võib panpsühhismi ja biosemiootikaga vahel leida teatavaid sarnasusi. Oluline on

aga just nimelt see, et biosemiootika näeb märke elusa looduse kõige mikroossema tasandi ilminguna.

Elu koosneb molekulidest, mis avalduvad märkidena (Hoffmeyer 1996). Igasugust organismi, kes toodab, tõlgendab või muudab elussüsteemis (ja selle alasüsteemides) tähendusi võib pidada semiootiliseks agendiks (Hoffmeyer 2014 [2008]). Seejuures ei kaldu aga biosemiootika kindlasti idealismi ega püüa hoolimata subjektiivsele kogemusele toetuvaist uurimismeetoditest väita, et objektiivsusest elus looduse puhul üldse rääkida ei saaks – meil lihtsalt puudub sellele vahetu ligipääs. Teataval määral kattub biosemiootika selliste kvantfüüsikateooriatega, mis näevad maailma kui hulka erinevaid potentsiaale, mille lõpliku oleku otsustab vaatlaja (nt Stapp, H. 2007). Biosemiootika näeb biosfääri, organismi ja teda ümbritsevat, kui hulka erinevaid võimalikke tähendus kandjaid, mille lõpliku tähenduse määrab organism semioosi protsessi(de) käigus.

Biosemiootikas puudub üksmeel selles osas, kas ja mil moel eristub inimese teadvus teiste organismide omadest. John Deely hinnangul on inimesed ainsad loomad, kes vähemalt potentsiaalselt suudavad eristada enda teadvuse objekte nendest, mis on teadvusest sõltumatud (2010). Hoffmeyer peab mõistet “teadvus” üldse pigem inimese liigispetsiifiliseks terminiks, leides, et teiste liikide puhul võib piirduda maailmadest rääkimisega (2014 [2008]): 313) ning tõstab inimese eripärana esile meie erakordselt hästi arenenenud semiootilisi andeid. Zoosemiootikud sellise arusaamaga loomade maailmast ilmselt täiesti rahuliku südame ja üksmeelega ei nõustu. Teiste loomaliikide võimalikku enesekogemust kandvate semioosi protsesside, teadvuse mõistmine on tänaste uurimismeetodite juures keeruline, kuid sellest hoolimata ei saa välistada selle olemasolu. Küll aga tundub, et inimesed omistavad oma teadvusele, fenomenoloogilise kogemusele suure väärtuse, tegemist on identiteedi lahutamatu osaga. Loomulikult määravad inimese jaoks märgi tähenduslikkuse ja väärtuse varasemad märgid millega ta looduslikus, sotsiaalses, kultuurilises (sh religioosses) keskkonnas, kokku on puutunud. Seetõttu varieerub ka inimeste huvi maailmas paiknevate objektide vastu ning motivatsioon hinnata nende vastavust objektiivsele reaalsusele. Ometi leiab, et soovi leida oma eksistentsile, teadvusele ja/või maailmakogemusele mingisuguseid selgitavaid tähendusi ja tõlgendusi võib pidada üldnimlikuks omaduseks.

2.1. Teadvuse muutlik iseloom ning biosemiootilised võimalused selle uurimiseks

Uurides teadvust biosemiootilisest vaatepunktist, ei ole seda võimalik käsitleda staatilise, deterministliku nähtusena. Nagu eelnevalt kirjeldatud, on teadvus tugevalt seotud organismi taju- ja mõjupidemete ning nende toel arenevate ja muutuvate semioosiprotsessidega. Teadvus ei ole pelgalt fikseeritud sisemine seisund, vaid pidevalt muutuv, võiks öelda, et arenev suhe organismi ja keskkonna vahel, mille käigus tekivad tähendused. Seega tulekski teadvust uurida kui taju- ja mõjupidemete, märkide ja nende tõlgendamisprotsessi komplekti, mis võib täna olla teistsugune kui eile. (Hoffmeyer 2014 [2008])

Organismist sõltumatud ja sõltuvad muutused tema sise- ja väliskeskkonnas toovad esile taju- ja mõjupidemete muutuseid. Sel moel muutub ajutiselt või püsivalt see, kuidas ja millised märke organism omalmailmas uusi tõlgendeid luues tähenduslikuks ja väärtuslikuks peab. Teadvuse muutus ei avaldu vaid selles, kuidas organism informatsiooni vastu võtab, vaid ka selle tõlgendamises, töötlemises uuteks otsusteks ja tegudeks. (Uexküll 2012 [1940]) Seejuures on muidugi kõrvaltvaatajana keeruline tuvastada ja määrata märke ja nende tõlgendeid, mis organismi **tajukogemust**, semiootiliselt vahendatud kogemuslikku seisundit, ning selle mõjul tehtud käitumisotsuseid mõjutavad. Uurides aga inimeste teadvust kui kompleksset semiootilist nähtust, aitavad uuritava keelelised kirjeldused oma taju- ja mõjupidemetest, omalmailmas olulistest märkidest, nende tõlgendamisloogikast (või selle puudumisest/mittemärkamisest) ning tõlgenditest, tuvastada võimalikke teadvuse muutuseid.

Siinkohal tuleb muidugi nentida, et harilikult ei kasuta inimene oma teadvuse ja omalmailma muutuste kirjeldamiseks eelpool väljatoodud semiootilisi termineid. Tekkinud tajupidemeid võib tuvastada näiteks kogemuskirjelduses kasutatavate tegusõnade “tundma”; “nägema”; “haistma”; “tajuma” ning muude tajule viitavate kirjelduste abil. Mõjupidemeid võib tuvastada selle põhjal, millele inimene kirjeldab end osutavat tähelepanu või avaldavat füüsilist mõju. Nagu eelpool kirjeldatud, tekivad mõju- ja tajupidemete toel inimese omalmailma märgid, kuid suure tõenäosusega on kirjeldatavad märgid juba omamoodi tõlgendid – inimene on neid kirjeldades andnud neile juba teatava väärtuse ning ka mingi tähenduse, mis võimaldab need jutu või kirjelduse konteksti tuua. See ei tähenda muidugi, et kirjeldatud märgi tähendus või väärtus oleks lõplik ning keele vahendatud märkides/tõlgendites orienteerumist hõlbustab nende tõlgendamisloogika, semioosiprotsessi uurimine, esitades uuritavale näiteks küsimusi “miks?”; “kuidas?”, “mille mõjul?” jmt. Sel moel on võimalik uurida inimese omalmailmas avalduvaid teadvuse muutuseid vastavalt huvipakkuvale ajahetkele või -perioodile. Muidugi pole tegemist täppisteadusega – keele kui sekundaarse märgisüsteemi abil omalmailma kirjeldades

tekitab uusi tõlgendeid maailma kohta nii selle omanik kui ka kirjelduse vastuvõtja või vahendaja – uurija(d). (Sebeok 2001) Kuni puuduvad aga täpsemad mõõteriistad, tehnoloogilised abiseadmed teadvuse kui semiootilise protsessi vahendamiseks, on selline kirjelduspõhiline uurimismeetod siiski organismi maailma uurimiseks minu hinnangul parim võimalikest.

3. Teadvuse muutunud vormid

Esimeses peatükis sai antud kokkuvõtlik ülevaade mõiste „teadvus“ taga peituvast paradigmaatilisest segadusest. Teises peatükis kirjeldasin teadvuse muutlikku ja dünaamilist iseloomu, millest on minu hinnangul keeruline mööda vaadata, uurides teadvust organismi maailma ja selles toimivate semioosiprotsesside toel. Käesolevas peatükis soovin selgitada, missuguse iseloomuga muutuseid inimese maailmas ja semioosis, fenomenoloogilises kogemuses, võib pidada teadvuse muutunud vormideks.

Seejuures tuleb nentida, et arvestades teadvuse kui nähtuse paradigmaatilist mitmetimõistetavust ning segadust selle olemuse, omaduste ümber, ei pruugi alamõiste “teadvuse muutunud vormid” kasutamine sugugi mitte alati otstarbekas olla. Kahtlemata saab teadvust kirjeldada ja selgitada ka teadvuse muutunud vormidest rääkimata. Samas leian, et kõnealune mõiste aitab täpsemalt selgitada ja kirjeldada teadvuse muutuste mõju inimese semioosiprotsessi(de)le. Seda eriti juhtudel, kus räägitakse teadvuse muutuste esilekutsumiseks tahtlikult või tahtmatult rakendatavatest praktikatest või/ning teadvuse muutuseid uuritakse, jälgitakse lühemas ajaraamis.

Väärrib märkimist, et mitte kõik käesolevas peatükis käsitletavad teadvusuurijad, ei kasuta terminit “teadvuse muutunud vormid”. Inglisekeelses kirjanduses viidatakse püsivama või ulatuslikuma loomuga teadvuse muutustele üldiselt kui *altered states of consciousness*, millel vahel ees ka mõningad täiendid (nt *discrete* – C. Tartti puhul). Eesti keeles oleks kõige täpsem tõlkevaste ilmselt *teadvuse muutunud seisundid*, kuid leian, et selline termin üldistab teadvuse muutused staatilisemaks ja püsivamaks, kui nad sageli on. Seetõttu eelistan kasutada mõistet *teadvuse muutnud vormid*, mis annab minu hinnangul paremini edasi teadvuse lühiajalisi muutuseid - nende voolavust, vahelduvat iseloomu. *Teadvuse muutunud seisundist või seisunditest* räägin juhul, kui tegemist on pikaajalise, püsivama loomuga teadvuse muutusega, millel on teatav (semiootiline) stabiilsus. Sellisel moel tähistab sõna „seisund“ minu töös teatud ajahetkes teadvuse püsivat üleminekut uude kvaliteeti. Mõiste „vorm“ aitab aga kirjeldada selliseid teadvuse muutuseid, mis on ajahetkes väga kiiresti vahelduvad,

muutuvad, ebapüsivad või muidu määratlematud – justkui ühe seisundi ajutised või ebapüsivad vormid.

Biosemiotilises plaanis võiks teadvuse muutunud vorme selgitada kui mingil ajahetkel organismi omailmale mõju avaldavate märkide ja nende tõlgendite ilmumist, mis ei pruugi siiski olla sama stabiilsed ja väärtuslikud nagu näiteks need märgid ja tõlgendid, mis on moodustanud märgisüsteeme. Peirce'iliku käsitluse järgi võiks teadvuse muutunud vorme selgitada olukordadena, kus omailmas on palju vahetuid ja/või dünaamilisi tõlgendeid, mis justkui otsivad oma kohta olemasolevates märgisüsteemides. Teadvuse muutunud seisundite puhul on omailmas rohkem selliseid märke, mis suuremal või vähemal määral suhestuvad teiste seal paiknevate märkide ja tõlgenditega, moodustades mingis ajaraamis püsivaid märgisüsteeme. Samuti võib teadvuse muutunud seisundeid mõista lihtsalt olukordadena, kus omailmas domineerivad dünaamilised ja/või lõplikud tõlgendid. (Kull, K. et al. 2018) Muidugi võib teadvuse muutunud vorme ja seisundeid mõista samatähenduslikena, kuna mõlemad iseloomustavad semiootiliste protsesside toel tekkivaid muutuseid organismi omailmas. Teadvuse muutunud seisundit iseloomustab seejuures aga, võrreldes teadvuse muutunud vormidega, märkide ja nende tõlgendite suurem korrastatus omailmas.

Muidugi sõltub siin palju mainitud mõistete tõlgendaja interpretatsioonist ning ilmselt arenevad ja muutuvad eestikeelsed tõlkevasted teadvust uurivale terminoloogiale vastavasisuliste tööde käigus. See, kas ja milliseid mõisteid teadvuse muutustest rääkides kasutama peaks, sõltub paljuski uurijast ning töö spetsiifikast. Püüan omaltpoolt selgitada töös edaspidi teadvuse muutumise eripärasid, mis panevad mind käesoleva töö raames rääkima teadvuse muutunud seisundite kõrval ka teadvuse muutunud vormidest. Kusjuures usun, et antud töö kontekstis on kõnealused kirjeldused teadvuse muutuste eripärade kohta isegi olulisemad kui nende terminoloogilised vastused, mis aitavad eelkõige üldistada sarnase loomuga muutuseid.

Käesolevas peatükis keskendun edaspidi teadvuse muutunud vormide/seisundite üldise iseloomu selgitamisele, et töö teises pooles, empiirilises osas, avada psühheedelsete ainete näitel teadvuse muutuste variatiivsust ning nüansirohkust detailsemalt. Olukordades, kus teadvuse muutuse täpne kestvus ja sellest tulenev semiootiline iseloom minu hinnangul eraldi tähelepanu ei vaja, kasutan mõistet *teadvuse muutunud vorm* või toon selle kõrval välja ka viite *seisundile*.

3.1. Teadvuse muutunud vormide mõistmise lähtekohad – individuaalsed ja kultuurilised eripärad

Charles Tart räägib teadvuse muutunud vormidest (seisunditest) kui sellistest inimese teadvuse seisunditest, mis erinevad kvalitatiivselt oluliselt tema normaalolekust (Tart, 1969). Arvan, et üldjoontes võib taolist definitsiooni teadvuse muutunud vormidele pidada ka kõige laiahaardelisemaks ja seetõttu mõjukamaks, kuna võimaldab rääkida väga erinevatest muutustest inimese fenomenoloogilises kogemuses. See on aga ühtlasi ka sellise laiahaardelise definitsiooni nõrkus, kuna tekib küsimus, kui suuri kvalitatiivseid nihkeid teadvuses saab tähistada mõistega „teadvuse muutunud vorm“.

Tart ise väljendas oma 1975. aastal ilmunud teoses „States of Consciousness“ nõrdimust, et mõisteid „teadvusseisund“ ja „muutunud teadvusseisund“ kasutatakse tihti liiga vabalt, tähistamaks nt lihtsaid muutuseid meeleolus, keskendumises, ning juhib tähelepanu, et teadvusseisundid pole lihtsalt „kvantitatiivsed variatsioonid ühel või mitmel kontiinumil, vaid kvalitatiivsed, mustreid muutvad, süsteemselt toimivad erinevused.“ (2008 [1975]: 80) Arvestades aga, et nagu nendivad Q. Noirhomme ja S. Laureys, pole meil hetkel ühtegi objektiivselt valideeritud mõõteriista teadvuse muutuste uurimiseks (2020 [2011]: 356), siis on Tarti mainitud süsteemsete, mustriliste muutuste tuvastamine üldjuhul puhtalt inimese isikliku taju ülesanne. Mitmed teadusvaldkonnad, nt psühholoogia ja neuroloogia, näevad vaeva ka selle nimel, et määratleda teadvuse muutumist mõne objektiivse markeri toel, nagu nt EEG mustrid (Ibid.), kuid fenomenoloogilise kogemuse mustrimuutuste tuvastamine tugineb siiski neid kogeva inimese tajule (ja selle kirjeldustele).

Arvestades inimeste individuaalseid eripärasid ning nende tavapärase teadvusseisundite variatiivsust, erineb ka see, missugust teadvuse vormi või seisundit võib pidada muutunuks/muudetuks. Mõni inimene on loomupäraselt kiire, krapsakas, ekstravertne ning tunneb ümbritseva vastu suurt huvi, samal ajal, kui teine on unistava loomusega ning kipub elama rohkem fantaasiamaailmas. Tart nendib, et see, mis on ühe inimese jaoks muutunud teadvuse vorm, võib olla teise jaoks igapäevane kogemus ning indiviiditi erineb ka normaalse teadvusseisundi variatiivsus/muutlikkus (2008 [1975]: 19-20). Mõne inimese keskendumisoskus on tema normaalolekus väga stabiilne, samas kui teisel kõigub see vastavalt kellaajale, meeleolule. Tugev intuitsioon ning ühtekuuluvustunne ümbritsevaga on osad mõne inimese igapäevaseisundist, kuid teise jaoks võib selline enesekogemus olla omamoodi üleloomulik või hoopis patoloogiline. Igaüks kipub arvama, et tema olemise kogemus on normaalne, mistõttu „projitseerime oma kogemused üle teistele inimestele, märkamata, kui

palju me tegelikult projitseerime” (Tart, 2008 [1975]: 193). Lähted, kust teadvus muutub, on erinevad ning kuigi kindlasti on meie “normaalteadvuse” omaduste ja funktsioneerumise osas arvestatavad sarnasused, annab individuaalsete eripäradega arvestamine fenomenoloogilise kogemuse ja selle muutuste mõistmiseks selgemad ja täpsemad võimalused.

Lisaks individuaalsetele eripäradele, mõjutab inimese normaalset teadvusseisundit ning selle muutunud vormide ja seisundite teket muidugi ka teda ümbritsev keskkond ja kultuur. Kultuur kui normatiivne jõud mängib lisaks paljudele teistele eluaspektidele rolli ka selles, missuguseks kujuneb meie teadvus - viis, kuidas me iseennast ja maailma tajume ning kogeme (Whitehead, C. 2020 [2011]). Inimese arusaam loomulikusest ja loomulikest nähtustest määrab selle, millisena ta näeb reaalsust, on tõdenud Sarah Lane Ritchie (2019: 204). Kõik kultuurilistest ja religioossetest eripäradest tingitud nüansid mõjutavad inimese tajuilma, enda ning ümbritseva olemuse ja tähenduslikkuse mõistmist ning sellest lähtuvalt ka mõjuilma. Tart kirjeldab näiteks, kuidas teda hämmastasid kultuurilised erinevused psühholoogia lähtepunktide mõistmises, kui ta kogus raamatu “Transpersonaalsed psühholoogiad” tarbeks üheksa erineva vaimse distsipliini eksperdi-praktiseerija kirjeldusi oma distsipliinist. Kõik autorid lähtusid oma distsipliinide kirjeldamisel psühholoogilisest vaatenurgast ning jätsid vähemalt enda hinnangul kõrvale religioossed tõekspidamised, kuid ometi esines märkimisväärsed erinevusi nende psühholoogiakäsitlustes. (Tart 2008 [1975]: 228)

Nagu on kirjeldanud Berger ja Luckmann, on meie reaalsus paljuski sotsiaalselt konstrueeritud, mistõttu kontrollivad kultuur ja ümbritsev keskkond meie kogemust normaalsusest, nagu ka selle anomaaliatest, ilmselt rohkem kui arvatagi oskame (2018 [1966]). Seetõttu pole imeks pandav, et joogi suudab eristada teadvusseisundeid, mis lääneinimese jaoks on ühetaolised. Siia sobiks nt S. Kreitleri toodud näide joogide *dharanast* ja *dyahnast*. Asjatundmatule lääneinimesele pealtnäha ühetaolised praktikad, kuid joogi jaoks kvalitatiivselt täiesti erinevad seisundid. Nimelt fikseeritakse *dharana* puhul tähelepanu nii, et mediteerija, meditatsioon kui tegevus ja meditatsiooniobjekt on eraldiseisvad. Samas *dhyanas* meditatsioonile kui tegevusele eraldi tähelepanu ei pöörata ja säilitatakse teadvelolek teadvelolekust ning objektile keskendumine. (Kreitler, 2009: 428) Sarnaselt võib ateistliku lääne inimese jaoks mõjuda igasugune teadvuse seisund või vorm, kus on võimalik kuulda, näha või tajuda mingil moel võrdväärse suhtluspartnerina inimesi või objekte, keda materiaalses maailmas ei eksisteeri, illusoorse ja/või ebanormaalsena. Mitmete šamanistlike või orientalistlike kultuuride jaoks on igapäevane suhtlus hingemaailma ja/või loodusjõududega aga tavapärane, ega osuta kuidagi anomaalsetele teadvuse muutustele (Campion, N. 2012; Winkelmann, M. 2013; Vohra, A.; Ramesh, K. 2024).

Kultuur võib määrata ka indiviidi huvi ja soovi oma teadvust teadlikult muuta ja arendada. On loomulik, et indiviidi motivatsioon tegeleda muutustega oma teadvuses on suurem nendes kultuurides, kus nähakse meie tavakogemust reaalsusest illusoorse või valena, mistõttu alternatiivsete teadvusvormide ja -seisundite avastamise suhtutakse kui võimalusse inimvõimete spektrit täiendada ning asjade olemust paremini mõista. Nt orientaalusundid taoism, budism ja konfutsionism peavad teadvuse muutust ja üleminekut sellistesse seisunditesse, mis aitavad mõista enda tegelikku olemust ja eraldiseisvust meele vahendite abil tunnetatavast, aga ka emotsioonidest ja mõtetest, kui olemise lõpp-eesmärki, lõputut heaolu- ja õndsuskogemust (Mou, Z. 2012; Strong, D. 2015). Šamanistlikud kultuurid näevad „hinge lendu“, kehavälise kogemuse kaudu ümbritseva keskkonna ja vaimolenditega suhtlemist, kui möödapääsmatut vajadust ja võimalust taastada harmoonia inimese ja looduse vahel (Winkelmann 2013; 2016 [2011]). Kollektiivsed ideed ja praktikad teadvuse muutmiseks aitavad anda ühteaegu nii tähendusi muutuvate tajupidemete toel tekkivaile märkidele ja tõlgendustele, kui ka suunata ja struktureerida nende ilmumist. Nagu on näinud Juri Lotman, toimib kultuur modelleeriva süsteemina, mis loob raamistiku erinevate märgisüsteemide toimimiseks ja tõlgendamiseks (1992). Käsitledes teadvust kui omamoodi märgisüsteemi või seda juhtivat/suunavat nähtust, pole võimalik uurida selle olemust ja muutuvat iseloomu, arvestamata selle tähendusloome võimalusi modelleeriva kultuuriga.

Granqvist, P. et al. on teadvuse muutusi selgitades ja kirjeldades juhtinud tähelepanu uuringutele, mis väidavad, et mõnede indiviidide kalduvus kogeda lihtsamini tuntavaid muutuseid teadvuse seisundites on seotud kultuuriüleste erinevustega geneetilises komponendis. Näiteks on sedasi selgitatud šamanistlike võimete võimalikku edasikandumist vereliini pidi, inimeste erinevat hüpnotiseeritavust jmt. (2020 [2011]: 289-290) Kindlasti ei saa eeldada, et sarnase kultuurilise ja/või religioosse taustaga inimesed kogevad teadvuse muutuseid ühtemoodi või omaksid samaväärset motivatsiooni nende poole püüdlemiseks. Teadvuse muutuste tajumist ja nende iseloomu mõjutavad erinevad bioloogilised eeldused, aga ka individuaalsemat laadi kogemused, nende käigus tekkinud tõlgendused enda ja ümbritseva kohta. Nii geneetiliste kui individuaalsete iseärasuste tähendused, väärtus ja valiidsus kujunevad aga kultuuri toel. Kultuur loob semiootilise raamistiku, mis annab individuaalsetele kogemustele hinnangulise tähenduse, nt normi, pühaduse või hoopis kummalise kõrvalkaldena. Seega paistab kultuur olulisel määral mõjutavat seda, kas ja kuidas inimene oma teadvuse muutuseid märkab ning juhib.

3.2. Mida mõista teadvuse muutunud vormidena?

Kui võtta arvesse, et teadvuse normaalolek, oskus selle muutumist märgata ning motivatsioon muutuseid teadlikult juhtida, erineb vastavalt indiviidile ja teda ümbritsevale sotsiaalkultuurilisele keskkonnale, tundub minu hinnangul ebatõenäoline, et jõuame kunagi teadvuse muutunud seisundeid kirjeldades selge süstemaatikani. Seetõttu suhtun ma ka skeptiliselt Tartu optimismi, mille kohaselt suudame ühel hetkel üles lugeda kõik erinevad teadvuse muutunud seisundid (2008 [1975]: 19) ning seda ma siin töös teha ei ürita. Samas nõustun Etzel Cardeña visiooniga, mille kohaselt võiks teadvuse muutunud vormide uurimine ühel päeval jõuda sellise korrastatuseni nagu Linné taksonoomia on loonud botaanikas. Täna peame aga leppima, et tegemist on “huvitavate vaatluste ja tähelepanekute kogumiga” ning piirid teadvuse muutunud vormide/seisundite vahel on hägusad. (2016 [2011]: 41)

Teadvuse muutunud vormide all võib mõista väga mitmesuguseid erinevaid isetekkelisi aga ka teadlikult esile kutsutud ajutisi või püsivama loomuga seisundeid, mis eristuvad oma sisu, kogemisviisi või mõlema poolest (Kokoszka, A.; Wallace, B.: 2020 [2011]: 26) Selle, kui suur kvalitatiivne hüpe teadvuses peab toimuma selleks, et oleks asjakohane rääkida teadvuse muutunud vormi tekkest, määrab uurija. Fred Previc'i hinnangul on kõige intrigeerivamad ning ehk ka laiemalt uuritud teadvuse muutunud vormid need, mida muuhulgas iseloomustab reaalsustaju muutumine (2020 [2011]: 76). Minu hinnangul on see, kas ja mis on reaalsustaju muutumine, ning mil määral see teadvuse dünaamikas avaldub, jällegi vaieldav ning objektiivselt raskesti määratletav.

Tartu on püüdnud teadvuse muutunud vormide esilekutsumist selgitada n-ö katkestavate jõudude rakendamisega inimese normaalsele teadvusseisundile ja selle stabiilsusele ning juhib tähelepanu, et teadvuse muutumise esilekutsumine ei tingi alati selle õnnestumist. Stabiilsus ei iseloomusta seejuures Tartu käsitluse järgi teadvuse püsivust või staatilisust, vaid pigem selle sisemist korrastatust. (2008 [1975]) Stabiilsust võib vaadelda teadvuse kui semiootilise süsteemi võimena säilitada maailma tähenduslike suhete, märkide ja tõlgendite omavaheline kooskõla ja struktureeritus. Selline kooskõla tagab ühtlasi ka teadvuse kui semiootilise süsteemi teatava vastupanuvõime häiringutele, märkidele, mis ei sobi loodud süsteemi. Seega, isegi, kui teadvus on dünaamiline ning suhetes keskkonnaga pidevalt muutuv, ei kutsu sugugi mitte kõik maailma uued märgid esile selle suuremaid ümberkorraldusi, vaid pigem täiendavad, arendavad olemasolevat süsteemi. Tartu kirjeldatud katkestavatel jõududel on aga võime avaldada teadvusele sellist mõju, mis lõhub seniseid tähendussuhteid ning korraldab need mingil moel ajutiselt või püsivalt ümber. See, kui suureloomulisi muutuseid katkestavad

jõud teadvuses kui semiootilises süsteemis esile kutsuvad, määrab ühtlasi ka, kas tegemist on lühiajalise tähendussuhete ümberkorraldusega, teadvuse muutunud vormiga või millegi süstemaatilise ja püsivamaga, mida on võimalik iseloomustada teadvuse muutunud seisundina.

Teadvuse muutunud vormide esilekutsumiseks saab katkestavate jõududena kasutada nt toite, helisid, rütme, visuaalseid stiimule, liigutusi, hingamisharjutusi, hüпноosi, meditatsiooni, šamanistlikke praktikaid, religioosseid rituaale, farmakone jm (Blätter, A. E. et al. 2020 [2011]: 242-243), kuid tuleb arvestada, et esilekutsumisprotseduur ise ei taga veel tingimata teadvuse muutunud vormi teket. Kõigil sellistel praktikatel on potentsiaal tuua inimese omailma tekkivate ainulaadsete taju- ja mõjupidemete toel uusi märke, kuid see, kas nende tõlgendid kutsuvad esile ka ümberkorraldusi senistes tähendussuhetes, võib sõltuda nii individuaalsetest eripäradest kui esilekutsumisprotseduuri iseärasustest.

Seetõttu on ka võimatu siduda mõnda teadvuse muutuste esilekutsumisprotseduuri kindla teadvuse muutunud vormi või seisundiga. Näiteks see, kas visuaalsed stiimulid kutsuvad inimese omailmas esile suuremaid semiootilisi ümberkorraldusi ning millised need on, võib sõltuda nii stiimulite intensiivsusest ja kestvusest, kui ka nt inimese hetkemeeleolust, keskendumisvõimest ja varasematest kogemustest – visuaalsete stiimulite toel tekkivate märkide tõlgendamise võimalustest omailma seniste väärtuste ja tähenduste kontekstis. Seetõttu pole ka võimalik täpselt määrata nt meditatiivsete praktikate harrastamise või selle töö fookuses olevate psühheedeelikumide tarvitamise mõjul tekkivate teadvuse muutunud vormide või seisundite iseloomu. Küll aga on võimalik iseloomustada erinevate esilekutsumise protseduuride toel tekkivate teadvuse muutunud vormide ja seisundite võimalikku kogemuslikku varieeruvust ning potentsiaali kutsuda esile semiootilisi ümberkorraldusi organismi omailmas. Teadvuse muutus kujuneb alati spetsiifilises kontekstis ja omailmas, kus toimuvatele semioosiprotsessidele avaldavad mõju mitmesugused erinevad bioloogilised ja kultuurilised tegurid. Seepärast saab teadvuse muutunud vormidest rääkides kirjeldada potentsiaalset fenomenoloogilist spektrit, mida teatud esilekutsumisprotseduurid indiviidides esile võivad kutsuda.

JOONIS 1 – TEADVUSE MUUTUNUD VORMID

LOOMULIKUD/PARATAMATUD

ESILE KUTSUTUD

Bioloogilistest rütmidest tingitud:

- Sesoondeprivatsioon
- Menstruatsioon, rasedus
- Unega seotud;
 - Uneskõndimine
 - Unelemine
[*daydreaming*]
 - Unenäod
 - Unedeprivatsioon

Religioossed kogemused

Intensiivsed emotsioonid

Unega seotud:

- Teadlik unenägemine
[*Lucid dreaming*]

Farmakoloogiliselt esile kutsutud (sh psühheedelsete ainete esile kutsutud seisundid)
**Saab grupeerida vastavalt ainetele*

Äärmuslikest keskkonnateguritest tingitud:

- Kõrge/madal õhurõhk
- Kõrge/madal temperatuur

sotsiaalne deprivatsioon

enesehüpnosis

hüpnosis

Rütmide abil esile kutsutud seisundid

Patoloogilised:

- Epilepsia
- Kooma
- Psühhootilised häired
- Vegetatiivne seisund

Füsioloogilised mõjutused:

- Nälgimine ja paastumine
- Hingamise jälgimine
- Seks ja orgasm
- Trenn ja füüsiline aktiivsus

meditatsioon

šamanistlikud kehavälised kogemused

Surmalähedased kogemused

Iseloomustamaks teadvuse muutunud seisundite (ja vormide) mitmekesisust, olen JOONIS 1 toonud välja erinevaid teadvuse muutunud vorme/seisundeid ühes nende esilekutsumisprotseduuridega, püüdnud neid arusaadavuse huvides grupeerida ning paigutada oma tagasihoidlike teadmiste kohaselt ka skaalale “Loomulik/paratamatu – Esile kutsutud”. Tegemist pole kindlasti kõikidel juhtudel kvalitatiivselt võrdväärsete teadvuse muutustega ning see, kas neid üldse võiks käsitleda teadvuse muutunud vormi või seisundina, sõltub muidugi teadvusuurija kriteeriumitest. Seejuures olen kasutanud sellist loogikat erinevate teadvuse muutunud seisundite paigutamiseks joonisele eelkõige illustratiivsetel põhimõtetel – usun ja loodan, et niimoodi on põnevam ja ülevaatlikum tutvuda kirjanduses teadvuse muutunud vormide/seisunditena käsitlust leidnud teguritega kui uurides neid lihtsalt ühe pika nimekirjana.

Usun, et nii mõnegi teadvuse muutunud vormi/seisundi paigutus joonisel võib tekitada lugejas küsimusi ning sellise tabeli ümber annaks arendada iseseisvaid teadustöid. Mida kujutab endas täpselt religioone kogemus ning mil määral on seda võimalik tahtlikult esile kutsuda? Kas nälgimise toel tekkivad teadvuse muutunud vormid/seisundid on samaväärsed nii olukordades, kus seda tehakse tahtlikult kui ka vältimatus toidupuuduses? Kindlasti saaks mitmeid väljatoodud teadvuse muutunud seisundeid täpsustada nende alaliikidega (nt meditatsioon, religioossed kogemused) ning joonist täiendada veel mitmete samaväärsete seisunditega. Praegusel juhul on joonise eesmärk aga anda ülevaade teadvuse muutunud vormide variatiivsusest ning mõista, et mõned neist on tahtlikult esilekutsutavad, samas kui teised on mõnevõrra loomulikumat, nende ilmnemist on teatud tegurite puhul keeruline vältida.

Mitmed teadvus-uurijad on teadvuse muutunud vorme ka varem grupeerida püüdnud: nt A. Ludwig (1966) efekti ja iseloomu põhjal, C. Tart (2008 [1975]) füsioloogilisteks/psühholoogilisteks/farmakoloogilisteks; M. Winkelman (2010) neurofüsioloogiliste protsesside baasil. Ometi tundub, et seejuures on keeruline leida teadvuse muutunud vormide/seisundite kategoriseerimiseks kriteeriumeid, mis üsna olulisel määral ei kattuks või ei jätaks mõnda olulist teadvuse muutunud vormide gruppi variatiivsuse iseloomustamiseks tähelepanuta. Kindlasti on aga erinevatel teadvuse muutunud vormide/seisundite kategoorimismeetoditel omad tugevused, mis toetavad eri tüüpi uurimiseesmärke.

3.3. Teadvuse muutunud vormide iseloom

Arvan, et teadvuse muutunud vormi määratlemisel fenomenoloogilisest perspektiivist tulekski vaadata kaugemale selle esilekutsumisprotseduurist ja nimetusest (mis on sageli inspireeritud esilekutsumisprotseduurist) ning keskenduda ajutisele (või harvemini püsivale) kvalitatiivse muutuse iseloomule, mille see inimese enesekogemuses tekitanud on. Olles tutvunud mitmesuguste erinevate juhistega teadvuse muutunud vormide tuvastamiseks, tunduvad mulle ühed universaalsemad ning laiahaardelisemad Tart'i 50 aastat tagasi välja pakutud kogemuslikud kriteeriumid muutunud teadvuse vormi (seisundi) avastamiseks:

- Eksterotseptisioon; (välismaailma tunnetus)
- interotseptisioon (kehatunnetus)
- sisenditöötlus (mõttekate stiimulite nägemine)
- emotsioonid
- mälu
- ajatunnetus
- identiteeditunne
- hindamine ja kognitiivsed protsessid
- motoorne väljund

(2008 [1975]: 25-27)

Biosemiotilisest vaatepunktist võib enamikke neist kriteeriumitest iseloomustada kui inimese tajuilma väljendusi – viise, kuidas organism vahendab, tõlgendab ja struktureerib sise- ja väliskeskkonnast pärinevaid märke. Ometi, nagu juba kirjeldatud töö 2. peatükis, peaks igasugune muutus inimese tajuilmas väljenduma ka tema mõjuilmas. Seetõttu tasuks minuarust teadvuse muutunud vormi tuvastamisel, uurimisel ja kirjeldamisel pöörata tähelepanu ka näiteks sellele, kuidas muutub indiviidi suhe end ümbritseva keskkonnaga: kuidas tajutakse ja kasutatakse keskkonda kui ruumi, suhestutakse teiste elusolenditega, kuidas avalduvad verbaalsed ja mitteverbaalsed suhtlusviisid. Sellised mõjuilma ilmingud annavad olulist infot selle kohta, millist mõju avaldab organismi teadvuse muutuste tingimustes ümberkorraldunud semiootiline süsteem tema omailmale, aga ka käitumisele keskkonnas üldisemalt. Sel moel saab teadvuse muutustest rääkida mitte vaid kui organismi sisemistest tundmustest, subjektiivsetest kogemustest, vaid objektiivselt jälgitavatest käitumismustritest meie kollektiivses, jagatud reaalsuses.

Nagu juba mainitud, sõltub see, millised Tarti väljatoodud tajuilma, aga ka mõjuilma ilmingud, ja kuidas, millisel määral, teadvuse muutunud vormis avalduvad, nii esilekutsumisprotseduuri iseloomust kui ka individuaalsetest ja kultuurilistest faktoritest. Mõne muutunud teadvuse vormi puhul võivad esineda muutused üksikutes kogemuslikes kriteeriumites, samas kui teise puhul võivad esineda mitu või kõik korraga. Sarnaselt varieerub ka see, missugusel moel need kogemuslikud kriteeriumid teadvuse muutunud vormis, võrreldes inimese n-ö normaalseisundiga, väljenduvad: nt kas suurenevad/vähenevad; indiviidi enesetunnetuse järgi muutuvad olulisemaks/ebaolulisemaks, tõepärasemaks/illusoorsemaks jmt.

Arvestades teadvuse muutunud vormide mitmekesisust on minu hinnangul võimatu anda kõigile nendele kogemustele üldistavat iseloomu nagu teeb nt F. Previc, väites, et “Muutunud teadvuse üheks silmatorkavamaks avaldusvormiks on kujundirikkad esitused (representatsioonid)” (2020 [2011]: 85). Sarnaselt eksitavaks hindan ka A. Kokoszka ja B. Wallace väite: “Muutunud teadvuse seisundile on omane n-ö mina ületamine ehk kalduvus kogeda end suurema terviku osana” (2020 [2011]: 46). Küll aga saab selliseid üldistusi teha mõne kindla ja piiritletuma teadvuse muutunud vormi kohta selle süvauuringutes: käsitledes nt meditatsiooni (nt , hüpnoosi, surmajärgseid kogemusi vmt, nagu seda on teinud vastavalt M. Rastelli, E. Franco (2009); E. Facco (2017; 2022); S. Brayne.; C. Farnham, ja P. Fenwick (2006). Ka Previci kontekstist välja võetud lause on tegelikult osa tema šamanistlikult ekstaasi kirjeldavast artiklist ning Kokoszka ja Wallace on oma järelduse teinud bioloogilisi tsükleid teadvusseisunditena käsitledes (mõlemad 2020 [2011]). Ometi sobivad sellised väited hästi näitlikustama, miks kindlat tüüpi teadvuse muutunud vormide kogemuste ülekandmisel teadvuse muutumisele tervikuna, peaks olema ettevaatlik. Teadvuse muutumine on dünaamiline, mitmetasandiline, ja -suunaline nähtus ning selle kohta üldistuste, järelduste tegemine nõuab kogemuslike aspektide lühi- või pikaajalist staatikas uurimist (siit ilmselt ka idee teadvuse muutunud seisunditest). Muutuva iseloomuga teadvuse kohta tehtud järeldused mõnes selle spetsiifilises vormis (või seisundis) ei sobi iseloomustama muutunud teadvuse vorme tervikuna, kuigi näitlikustavad kõrvalekaldeid ja püsivaid muutusi võrreldes inimese normaalseisundiga (või tavapärasemate teadvusseisunditega).

Sarnaselt keeruline on hinnata ka seda, missugust mõju teadvuse muutunud vormide kogemuslike kriteeriumite avaldumisele tekitab nende esilekutsumisviis (nt organismi loomulike, bioloogiliste/füsioloogiliste protsesside tulemus vs psühholoogiliselt/farmakoloogiliselt esile kutsutud). Teadvuse muutunud vorme selliste kategooriate toel JOONISELE 1 paigutades lähtusin küll ilmselt teatavast isiklikust

tundmusest, et teadvuse muutunud vormide iseloom on nende esiletulekuviisist mingil moel mõjutatud, kuid mul pole empiirilisi andmeid selle tõestamiseks ning selle töö raames ei õnnestu neid kindlasti ka leida. Kui aga teadvuse muutunud vormide ja seisundite kirjeldamine ühel päeval teatava seaduspära ja korrastatuseni jõuab, siis ilmselt just mõne taolise esilekutsumist või kogemuskriteeriume iseloomustava skaala toel. Käesoleva tööga püüan anda tagasihoidliku panuse ühe teadvuse muutunud vormide tüübi, psühhedeelsete ainete toel esile kutsutud teadvuse vormide ja seisundite iseloomustamisse, et arendada interdistsiplinaarset diskussiooni teadvuse muutumise teemadel.

4. Psühheedeelsed ained kui teadvuse muutunud vormide esilekutsujad

Niisiis, teadvuse muutunud vormidena käsitletakse mitmesuguseid ajutise iseloomuga kvalitatiivseid nihkeid teadvuses võrreldes selle tavaolekuga, millel on potentsiaal muutuda püsivama iseloomuga teadvuse seisunditeks. Selliste teadvuse muutunud vormide ja seisundite iseloomu mõjutavad nii inimese individuaalsed eripärad kui ka kultuuriline taust. Kuna aga teadvuse muutumine on väga mitmesuunaline ja -tasandiline nähtus, siis kipub teadvuse muutunud vormide iseloomustamine olema tulemuslikum käsitledes neid väiksemate, selgelt sõnastatud kriteeriumide abil piiritletud rühmade/gruppidena. Just seetõttu, iseloomustamaks üht võimalikku suunda teadvuse muutumises, uurib käesolev töö teadvuse muutunud vorme psühheedeelsete ainete näitel.

4.1. Mis on psühheedeelsed ained?

Psühheedeelsete ainete e psühheedelikumidena käsitletakse psühhofarmakoloogias ühte kolmest suuremast hallutsinogeensete ainete grupist (lisaks deliriantidele ning dissotsiativsetele ainetele), mis kutsuvad esile tavapärasest oluliselt kirkamaid tajukogemusi ning loovad tavapäratuid, vahel lausa maagilisena kirjeldatud seoseid ja tõlgendusi (semioose) sise- ja välisilma sündmuste, nähtuste, objektide jm kohta. Seejuures hinnatakse psühheedelikumide tekitatud hallutsinatsioonide teiste hallutsinogeenidega võrreldes vähem hirmutavaks ning kehaväliseks. (Harley 2021: 350-352). Mõiste „psühheedelikum“ võtsid kasutusele aastal 1956 psühheedeelsete ainete eksperimenteerinud H. Osmon ja A. Huxley, et eristada nende mõju patoloogilistest psühhootilistest seisunditest ning rõhutada nende ainete esile kutsutud „teadvust laiendavaid ja kirkastavaid efekte“ (Dyck, E.; Elcock, C. 2023). David E. Presti viitab psühheedelikumidele ka kui hallutsinogeensetele, ententogeensetele (vaimset jumalakogemust tekitavatele), psühhotomimeetilistele (psühhoosi matkivatele) ainetele, mida „iseloomustab kõige tabavamalt vaimsete kogemuste üleüldine võimendumine“ (2020 [2011]:

65). Kuigi selline iseloomustus ei too esile psühhedeelsete ainete eriomadusi võrreldes teiste hallutsinogeenidega, siis annab Presti siiski hästi edasi omadusi, mida psühhedeelsetele ainetele kultuuriliselt omistatakse.

Psühhedeelsed ained on psühhofarmakoloogiline termin, mille aluseks on taju- ja märkamisvõimet, nagu ka kognitiivseid protsesse muutvad omadused, kuid need eristuvad teistest hallutsinogeenidest ja uimastavatest ainetest ka oma keemilise koostise poolest. Üldjuhul rühmitatakse psühhedeelsete ainete hulka LSD, psilotsübiin, DMT ja meskaliin. Keemiliste omaduste põhjal rühmitatakse need veel omakorda kolmeks: trüptamiinid (psilotsübiin, DMT), fentüülamiinid (meskaliin) ja ergoliinid (nt LSD) (Nichols, D. E.; Chemel, B. R. 2020 [2011]). Kui LSD puhul on tegemist 20. sajandil leiutatud poolsünteetilise ainega, siis psilotsübiin, DMT ja meskaliin on looduslikult esinevad ained, mille tarvitamisel on erinevates maailma piirkondades pikaajalised traditsioonid (Harley 2021: 350-357). Samas väärrib mainimist, et kõigi väljatoodud ainete tarvitamine, omamine, tootmine ja levitamine on Eestis vastavalt Sotsiaalministeeriumi regulatsioonile tavatingimustes keelatud (va kontrollitud tingimustes teaduslikel eesmärkidel) (2005). Allpool on toodud lühiiseloomustused käesoleva töö fookuses olevate psühhedeelsete ainete ning nende kultuurilise tausta kohta.

Psilotsübiin

Psilotsübiini sisaldavad üle maailma erisugused seeneliigid, millest tuntuimad on nt *Psilocybe Cubensis*, *Psilocybe Mexicana*, *Psilocybe tampanensis*, *Psilocybe semilanceata*. Psühhedeelsete efektide esilekutsumiseks tarvitatakse neid värskelt, kuivatatult, leotisena, pulbrina, kapslitenä. Rahvasuus kutsutakse neid seeneliike üldistavalt „maagilisteks seenteks“ ning neid hangitakse soovitatavate psühhedeelsete efektide saavutamiseks sobivas koguses ning sageli ka juba mingil moel töödeldud kujul. Psühhedeelsete efektide kestvus ning võimalikud füüsilised kõrvalnähud (nt pearinglus, iiveldus) sõltuvad tarvitatud seeneliigist, kogusest ja tarvitamismeetodist. (Gartz, J. 1996) Hinnanguliselt ulatuvad psilotsübiini tarvitamise traditsioonid erinevates kultuurides juba ligikaudu 2000. aastatesse eKr ning need on olnud sageli osa erinevatest religioossete loomuga tajuavardamisrituaalidest (Dyck, Elcock 2023).

Eestis hinnatakse kasvavat looduslikult ligikaudu 20 psilotsübiini sisaldavat seeneliiki, mille hulgast enamik on vähetuntud, kuid populaarseim (vähemalt enim kajastust leidnud) on eelnevalt väljatoodud, mujalgi Euroopas ja Põhja-Ameerikas tuntud *Psilocybe semilanceata*, rahvakeeli terav paljak (Korhonen, M. 2007: 47-48; Kukk, H. 2011).

DMT

DMTd leidub erinevates troopilistes taimedes, nt Lõuna-Ameerikas kasvavates põõsastaimedes *Psychotria viridis*, *Mimosa tenuiflora* ning Amazonases kasvavas ronitaimes *Diplopterys cabrerana* (Harley 2021: 353). Üldjuhul tarvitatakse DMTd sisaldavaid taimi psühheedelsete efektide saavutamiseks tõmmisena. Tuntuim selline tõmmis on *ayahuasca*, kus lisaks *Psychotria viridisele* sisaldub ka mitmesuguseid teisi taimi. Amazonase põlisrahvaste jaoks on *ayahuasca* nagu ka teiste DMTd sisaldavate tõmmiste tarbimine rituaalne (sageli kogukonnapea või šamaani juhitud) tegevus, mis soodustab suhtlust „teispoolsega“ ja maailma olemuse paremat mõistmist ning selle tarvitamise traditsioon ulatub aastasse 2700 eKr. (Hartogsohn, I. 2020; Dyck, Elcock 2023) Tänapäeval on *ayahuasca* tarvitamise traditsioon imunud ka mujale Euroopasse, sh eeldatavasti mingil määral ka Eestisse, nagu viitab nt Helle Kaasiku vastavasisuline doktoritöö (2022).

Meskaliin

Meskaliin on psühheedelne aine, mida leidub erinevates Ameerika ja Austraalia kaktustes, nendest tuntuim on *Peyote* (Harley 2021: 32). Dyck ja Elcock on hinnanud meskaliini üheks vanimate traditsioonidega psühheedelseks aineks (4700 eKr) ning ka seda tarvitatakse üldiselt tõmmisena rituaalsete (kogukondlike) tegevuste käigus, mis on üle võetud erinevatelt põlisrahvastelt (2023). Läänekultuurile sai meskaliin tuntuks paljuski tänu Aldous Huxley raamatule „The Doors of Perception“, kus ta kirjeldab oma meskaliini mõjul tekkinud eksperimentaalseid kogemusi (1979 [1954]).

LSD

LSD sünteesis Šveitsis, Baselis esimest korda dr. Albert Hoffmann aastal 1938, otsides potentsiaalseid ravimeid vereringe ja hingamisega seotud probleemide vastu. Selle psühheedelse mõju avastas ta aastal 1943 ainet kogemata tarvitades. Pärast seda asuti LSDga eksperimenteerima erinevates meditsiiniringkondades, kus katsetati selle võimalikku positiivset mõju erinevate vaimsete probleemide vastu ning 1950ndatel uuriti selle rakendusvõimalusi isegi USA sõjaväeprogrammides. Eksperimentide erinevate ülestähenduste toel kujunes aegamisi rahva seas arusaam LSDst kui potentsiaalsest meele- ja tajuavardajast, mis sai eriti populaarseks 1960ndatel. (Lee, M. A.; Shlain, B. 1992; Hartogsohn 2020) LSD on tänaseni läänemaailmas oma leviku poolest üks populaarsemaid psühheedelikume (Falcon

2025). LSDd tarvitatakse nt vedelikuna või sellega niisutatud paberina, suhkrukuubikutena (Lee, M. A.; Shlain, B. 1992).

Kuigi kõigi eelpool väljatoodud ainete mõju tajule peetakse sarnaseks, mistõttu kuuluvad nad samasse ainegruupi, siis mõjutab nende keemiline koostis siiski mõningal määral nendega kaasnevaid psühheedelseid efekte, sh nende toel tekkivate taju- ja mõjuilma muutuste iseloomu ja kestvust. Lisaks mõjutavad kirjeldatud psühheedelsete ainete mõju iseärasusi ning nende kestvust mingil määral ka aine kogus ja tarvitamismeetod. (Dyck; Elcock 2023)

Käesoleva peatüki teises pooles ning töö empiirilises osas keskendun täpsemalt psühheedelsete ainete esile kutsutud taju- ja mõjuilmade ning semioosiprotsesside iseärasustele. Leian aga, et erinevat tüüpi psühheedelikumide keemilise koostise ning tarvitamismeetodi tõttu tekkivad väikesed erinevused nende mõju iseloomus ja kestvuses ei ole töö peamist uurimisküsimust arvestades määravad. Aine biokeemilist toimet võib pigem käsitleda kui teadvuse muutunud vormi esilekutsumisprotseduuri, mida, nagu juba ka eelnevas peatükis viitasin, ei tohiks segamini ajada tekkinud teadvuse muutunud vormi endaga. Kuigi esilekutsumisprotseduur mõjutab mingil määral taju- ja mõjupidemete teket ning nendega seotud semioosiprotsesse, siis tekkivad muutused on tugevalt seotud omailma varasema ülesehituse, isiklike kogemuste ning sotsiaal-kultuurilise taustaga.

Ka Tart kinnitab seda mõttekäiku, väites, et teadvuse tasandil on eksitav arusaam justkui „interakteeruks aine spetsiifiline keemiline koostis närvisüsteemi keemilise ja füüsilise struktuuriga mingi kindla seaduspära järgi“, kuna lisaks füsioloogilistele muudatustele mängivad indiviidi subjektiivse kogemuse juures rolli ka erinevad psühholoogilised faktorid (2008 [1975]: 197). Just seetõttu pole psühheedelikumide tarvitamise meetodi põhjal võimalik teha järeldusi ka selle kohta, kuidas nende mõju avaldub inimese omailmas. Organismis toimuvate keemiliste muutuste toime on semiootiliselt tähenduslik alles siis, kui see kutsub esile muutuseid inimese omailmas ja teadvuses, selle semiootilistes süsteemides ning neid protsesse on keeruline viia detailsesse korrelatsiooni biokeemiliste näitajatega.

Ilmselt just seetõttu rõhutavad psühheedelseid kogemusi uurivad teadlased psühheedelikumide keemilistest omadustest enam seda, kui sõltuvad on psühheedelikumid füüsilisest ja sotsiaalsest keskkonnast, kus neid tarvitatakse. Eriti põhjalikult on koha ja konteksti mõju psühheedelsetele kogemustele käsitletud samateemalises raamatus Ido Hartogsohn. Tema hinnangul võimendavad psühheedeelsed ained kokkuvõtlikult igasuguseid isiklike, sotsiaalseid ja kultuurilisi hoiakuid, mistõttu on need väga kontekstuaalsed. (2020) Tart leiab, et psühheedelset kogemust mõjutavad sarnaselt olulisel määral nii selle füüsiline ja

sotsiaalne keskkond kui erinevad psühholoogilised faktorid, nagu nt ainete tarvitaja tuju, talle antud juhised ning varasemad teadmised aine mõju ja iseloomu kohta (2008 [1975]:198-202). Vit Pokorny toob näiteid sellest, kuidas ümbritsev keskkond saab osaks psühheedeelsest kogemusest helide, lõhnade, värvide, kujundite jm kaudu ning mõjutab seetõttu nii selle sisu ja iseloomu (2018: 157-258). Dyck ja Elcock viitavad psühheedelikumide kontekstuaalset mõju käsitledes muu hulgas ka kolleeg Thomas Leary'le, kelle hinnangul sõltub LSD tarbimise kogemus 99% ulatuses selle tarvitamise keskkonnast (2023: 479-480). Sellele, missugust mõju avaldab teadvuse muutuste iseloomule sotsiaalne keskkond sai eelnevas peatükis juba ka üksjagu tähelepanu pööratud. Ometi rõhutaksin veelkord, et inimese taju- ja mõjuilm, mis on tekkinud teda ümbritseva füüsilise ja sotsiaalse keskkonna mõjul, kujundavad psühheedelset kogemust võrdväärselt (või isegi rohkem) psühheedelikumide keemiliste omadustega.

4.2. Psühheedelsete ainete esile kutsutud teadvuse muutunud vormide iseloom

Niisiis võiks väita, et igasugune katse iseloomustada psühheedeelseid kogemusi on tegelikult üldistus erinevate kontekstipõhiste subjektiivsete kogemuste kohta ning nende ühisjooni võib pidada ümbritseva keskkonna ja/või maailma sarnasusteks. Ometi usun, et sellised psühheedelsete kogemuste ühisjooned väärivad uurimist ja käsitlemist, kuna aitavad mõista indiviidide kogemuslikku sise- ja väliskeskkonda (selle töö kontekstis taju- ja mõjuilma) muutunud teadvuse tingimustes. Erinevate indiviidide taju- ja mõjuilma muutumiste ühisjooned aitavad paremini mõista teadvuse omadusi ja potentsiaale.

Järgnevalt on välja toodud mõned levinumad kirjeldused psühheedelsete ainete mõjul tekkivate tajumuutuste kohta. Nagu on märkinud ka psühheedelikumide kontekstuaalsust süvitsi käsitlenud Hartogsohn, siis on olemas teatavad kirjeldused psühheedelikumide mõjust, mis poevad igasse katsesse selliste ainete toel tekkinud kogemusi iseloomustada (2020).

Kõigi psühheedelsete kogemuste aluseks paistavad olevat **kirgastunud tunded ja tundmused**, mis kutsuvad esile tavapärasega võrreldes üliintensiivseid meelelisi ja tähenduslikke kogemusi, mõnikord ka **hallutsinatsioonid** (Ibid.). Üldjuhul põhinevad psühheedeelsed kogemused võimendatud või tavapärasega võrreldes moondunud reaalsusel ning sagedast mainimist leivad psühheedelikumide mõju kirjeldavates tekstides visuaalsed ja auditiiivsed hallutsinatsioonid (Harley: 2021: 356). “Tervet kogemust täidavad valgus, värvid ja geomeetrilised kujundid, helid, üminad, kriuksatused ja suminad” (Mishor, Z. et al 2020 [2011]: 142), aga võimalik ka, et nt lainetus-; pulsatsioonitunne, mis näilise korrapärasuseta

intensiivistuvad ning muutuvad hallutsinogeenseteks objektideks, nagu kirjeldab Pokorny (2018: 159). Kuigi suur osa tajukogemustest on mingil moel seotud inimest ümbritseva või varasemalt ümbritsenud keskkonnaga (Hartogsohn 2020), siis võivad mõned neist W. A. Richardsi hinnangul tunduda ka väliskeskkonnast sõltumatud. Nii võib tekkida mulje justkui poleks välistel tunnetusvahenditel, nagu nt silmad, meeleliste kogemuste tekkimisel erilist rolli. (2018 [2016]: 86). Lisaks mainitakse psühheedeelsete kogemuste puhul sageli võimetust selle sügavust ning nüansse sõnade ja keele abil kirjeldada (nt Cardeña, Winkelmann 2016 [2011]; Pokorny 2018 jm). Selline muutunud tajus ja selle intensiivsus kutsuvad esile hämmastust, üllatust ning kogemus tekitab kahtlemata segadust enese ja ümbritseva tõlgendamisel. “Ilu ja värvid olid nii tohutult intensiivsed, et hakkasin lausa nutma,” iseloomustab psühheedeelsete kogemuste esile kutsutud meelelist virvarri üks Richardsi katsealune (2018 [2016]: 98).

Lisaks meeleliste kogemustele avalduvad muutunud tajupidemed ka mentaalsetes protsessides ning teevad võimalikuks **ligipääsu ootamatule informatsioonile ja seostele**. Hartogsohni hinnangul on psühheedeelsetel kogemustel „hüperassotsiatiivne“ mõju, mis võib avalduda nii kaootilise kui eriti loominguks mõttetegevusena (2020). Mishor ja kolleegid kirjeldavad, kuidas DMT toel kogetakse ürgseid sündmusi, nagu nt kosmiline suur pauk, piibellik maailmaloomine või hinge jagunemine osadeks „keerduvas mitmevärvilises valgusmängus“ (2020 [2011]: 142). Richardsi LSD-teraapiates osalenud katsealused on kirjeldanud end nägavat nii naisena avalduvat jumalat kui tervet gruppi tantsivaid, “poolalasti ja kroone meenutavate kübaratega tegelasi”, keda Richards ise samastaks iseloomustuse põhjal hinduistlike jumalatega (2018 [2016]: 115-116). Seejuures toob ta välja, et kogemust kirjeldanud katsealusel pole tema hinnangul eriti laia kultuurilist silmaringi, varasemaid teadmisi hinduistlike jumalate kohta. Sellise näitega tõstatab Richards küsimuse, kas ja mil määral on psühheedeelsete ainete toel saadud kogemused ikkagi mõjutatud inimese isiklikust kogemusilmast ning püüab justkui juhtida tähelepanu võimalusele, et saadud taipamised on omamoodi “üleloomulikud” ning pärinevad individuaalse kogemusvälja asemel kollektiivsest, või hoopis kuskilt “kõrgemalt”. (Ibid.) See, mil määral omistada psühheedeelsetele kogemustele müstikat, sõltub ilmselt tõlgendajast. Sarnaste järjeldusetega võib kalduda esoteerikasse, eriti, kui teha üldistusi süvenemata täpselt konteksti, inimese taju- ja mõjuilma, milles pealtnäha üleloomulikud taipamised tekivad. Psühheedeelsete ainete mõju ajal on erinevatele sündmustele ja nähtustele tavapärasest suurema tähenduslikkuse ja sügavuse omistamine aga tavaline.

Lisaks meeleliste tajumuutustele soosivad sügavate ja tähenduslike mentaalsete protsesside teket ilmselt ka **muutunud suhted aja ja ruumiga ja väliskeskkonna**

pidepunktide kadumine (Nichols; Chemel 2020 [2011]: 176). Pokorny on oma kogemuste toel kirjeldanud, kuidas ajal puudub psühheedelikumide mõju all olles stabiilne rütm, vastavalt situatsioonile võib see liikuda väga kiiresti, aga tunduda ka seisvat (Pokorny 2018:165). Kuigi Pokorny selline tähelepanek aja kohta sobiks sisult sama hästi kirjeldama ka teatavaid n-ö normaalteadvuse piiridesse ulatuvaid situatsioone, siis võib eeldada, et aja ja ruumi stabiilsuse kadumine koosmõjus meeleliste tajude intensiivistumisega, on see, mis kutsub esile enneolematuid nägemisi, taipamisi ning **hägustab piiri reaalsuse ja illusoorsuse vahel**. “Inimene võib kogeda, et **mõtte ja füüsilise maailma vahel ei ole kvalitatiivset erinevust**, sest mõlemad kuuluvad samasse pidevasse kontinuumisse.” (Mishor, Z. et al 2020[2011]: 144) “Objektiivse füüsilise raamistiku kadumisel **tunduvad igasugused nägemuslikud seisundid täiesti reaalsed**.” (Nichols, Chemel (2020 [2011]: 175-176) Nende kirjelduste põhjal võib järeldada, et psühheedelsete ainete toel tekkinud teadvuse muutunud vormides piirid reaalsuse ja illusoorsuse vahel kaovad või muutuvad. Need omandavad tavapärasest oluliselt voolavama vormi, mis võimaldab näha vähemalt pealtnäha seostatud tervikuna nii sisemisi kui väliseid kogemusi. Eriti huvitav on seejuures, et psühheedelsete kogemuste toel paistab sarnaseks kontinuumiks hägunevat ka objektiivsuse ja subjektiivsuse igipõline vastasseis. Nii leiab ka Hartogsohn, et just kõikvõimalike inimese omailmas esinevate **piiride kadumist või hägunemist** (nt metafüüsiliste, meeleliste jm) võib pidada psühheedelikumide mõju kolmandaks peamiseks tunnuseks (2020).

Seejuures võib piiride kadumine või hägunemine kutsuda esile ka **individualistliku tunnetuse, agentsuse kadumise**, mille mõjul võib tekkida **ühenduvus end ümbritsevaga**. Seejuures võib tunduda ümbritsev keskkond tavapärasest **elusam**. (Pokorny 2018: 162) Mitmetes psühheedelsete kogemuste kirjeldustes mainitakse ka ideid kollektiivsest, **kosmilisest teadvusest**, mida muutunud teadvuse vormis viibimine võimaldab uuel moel tundma õppida ja kogeda. (Mishor, Z. et al 2020 [2011]: 142) Pokorny viitab kosmosele kui psühheedelse kogemuse ülimalle või vägevaimale vormile, eesmärgile ning tema sõnul **aitab kosmiline ühendus mõista eksistentsi ja teadvuse olemust mingil uutmoodi pühalikul moel** (2018: 176). Richards räägib kosmilise ühenduvuse asemel psühheedelikumide mõjul tekkivast ligipääsust või viibimisest “teadvuse surematutes sfäärides”, kus peituv tarkus aitab maailma mõista uuel moel (nt 2018 [2016]: 80).

4.3. Biosemiootiline lähenemine psühhedeelsete ainete esilekutsutud teadvuse muutustele

Mõistes teadvust kui nähtust, mida võib käsitleda semioosiprotsessina või vähemalt sellega tugevalt seotud nähtusena, on loomulik, et sel on võime organismi omailma piirides vastavalt sise- ja väliskeskkonnast tulevatele mõjuritele, märkidele, muutuda. Psühhedeelseid aineid, nagu ka teisi teadvuse muutunud vorme esilekutsuvaid aineid/tegevusi, võib sellises raamistikus käsitleda kui nähtuseid, mis muudavad ja deformeerivad indiviidi fenomenoloogilist kogemust vahendavaid semioosiprotsesse.

Tuginedes, eelmises peatükis väljatoodud kogemuskirjeldustele, võiks väita, et sellised ained toimivad justkui semioosiprotsessi transformeerivate substantsidena, mis muudavad tekkivate tajupidemete iseloomu ning teevad seeläbi võimalikuks uutmoodi semioosiprotsesside tekke. Sellised tavaolekuga võrreldes transformeerunud semioosiprotsessid soodustavad omakorda uute teadmiste teket ning muutuseid inimese omailmas. Psühhedeelset semioosi võiks samastada Lotmani kirjeldustega plahvatuslikust semioosist, kus tekib ligipääs varasemalt teadvustamatutele märkidele ning uutele viisidele nende tõlgendamiseks. Nagu kirjeldab Lotman, võivad ennustamatud ümberkorraldused semiootilistes struktuurides kaasa tuua teatava ajutise segaduse, kaootilisuse semiootilistes struktuurides, mis paistab vastavat ka eelnevas peatükis käsitletud psühhedeelsete ainete mõju kirjeldustele. (1992)

Kuna muutunud teadvuse vorm kutsutakse esile psühhedeelikumide kui väliskeskkonnast pärinevate vahendite toel, kunstlikult, ning tekkinud tajupidemed erinevad kvalitatiivselt oluliselt inimese tavaolekust, on loomulik, et kogu kogemus võib tunduda inimesele üllatav ja kummastav (nagu ka eelpool viidatud). Samas ei saa sellist teadvuse muutust pidada inimese enesekogemuse, teadvuse seisukohast kuidagi ebaloomulikuks, kuna ka psühhedeelikumide toel tekkivais teadvuse muutunud vormides säilib inimese omailma semiootiline ülesehitus. Tekkivate taju- ja mõjupidemete toel enda ja ümbritseva kohta tõlgenduste loomine jätkub hoolimata sellest, et seda tehakse tavapärasest veidi erineva intensiivsuse ja kvaliteediga.

Ragnar Peets on oma bakalaureusetöös, milles uurib psühhedeelsete ainete toel toimuvat semioosiprotsessi, jõudnud järeldusele, et sellistes muutunud tingimustes toimuv semioos vajaks eraldi tähistamist ja käsitlust, kuna paistab silma plahvatusliku tähendusloomega. Seetõttu eristab ta semioosi kui harjumuspäraste märkide tõlgendamisprotsessi ning "psümioosi" kui uute tähenduste loomist. Tema hinnangul soosivad

psühheedeelsed ained just “psüümioosi” teket, kuid inimesel on teoreetiliselt siiski alati ligipääs mõlemale protsessile. (Peets, 2020) Ma ei mõista hästi Peetsu otsust semioosiprotsessi sellisel moel kategoriseerida ning leian, et semioos kui märkide tõlgendamine toimub hoolimata selle tulemusest ja kvalitatiivsetest eripäradest alati suhteliselt sarnase loogika alusel – olemasolevate märkide ja tõlgendite toel tekivad uued. Soovides mõista, miks ja kuidas tekivad psühheedeelsete ainete mõjul inimese maailmas uued tähendused, peaks minu hinnangul keskenduma pigem sellele, missuguseid taju- ja mõjupidemeid psühheedelikumid esile kutsuvad. Leian käesolevas peatükis kirjeldatu põhjal, et just muutunud suhted end ümbritseva keskkonnaga, on need, mille tulemusel jõuavad psühheedelikumide (aga ka teiste teadvuse muutuste) mõjul inimese maailma tavapärasest erinevad märgid, mis tekitavad ka Peetsu kirjeldatud muutuseid semioosiprotsessis. Kindlasti väärivad psühheedelikumide mõjul tekkivad intentsiivse loomuga semioosiprotsessid, mis toovad kaasa mitmeid uusi tõlgendeid, biosemiootilises raamistikus põhjalikumat uurimist.

Nagu kirjeldatud ka 4. peatükis, siis tunduvad need n-ö tavaseisundis toimuvate semioosiprotsessidega võrreldes eriskummalised, kuna sisaldavad ootamatuid, võõraid, “eksistentsi sügavamalt tasanditelt” [*from wider situatedness*] pärinevaid tajumärke, mis justkui ei oleks seotud inimese enda mälu või kogemustega (Pokorny 2018: 171). Oma doktoritöö psühheedeelsete kogemuste uurimisele pühendanud Pokorny hinnangul tunnistavad sellised tajumärgid justkui meie meelte läbipõimutust laiema, subjektiivsest teadvusest sõltumatu semiootilise võrgustikuga (ibid.). Biosemiootika jaoks, mis näeb elussüsteeme, semiootilisi agente, omavahel semioosiprotsessi toel tihedalt seotu ja põimituna, ei ole sellise semiootilise võrgustiku olemasolu ju iseenesest sugugi uus avastus. Ometi võib psühheedeelsete kogemuste (aga võimalik, et ka teiste teadvuse muutunud vormide) süvendatud uurimise puhul mõjuda üllatuslikult see, kuidas teadvuse muutused võivad mõjutada organismi maailma avatust, vastuvõtlikkust ja interaktsiooni laiema semiootilise võrgustikuga. Seetõttu paistavad psühheedeelsed ained mingil määral suurendavat inimese maailma semiootilist avatust, vastuvõtlikkust uutele tõlgendidetele ning motivatsiooni integreerida neid olemasolevatesse semiootilistesse süsteemidesse. (Hoffmeyer 2008)

Niisiis võib väita, et kuigi psühheedelikumide esile kutsutud teadvuse muutused võivad esile kutsuda teatavaid kvalitatiivseid muutuseid semioosiprotsessi iseloomus, ei ole siiski põhjust neid tähistada uue terminiga semiootilistes teooriates. Psühheedeelsete ainete mõjul tekkiv semioos toimub sarnastel alustel nagu märkide tõlgendusprotsessid inimese tavaolekus ning aitab organismil suhestuda end ümbritseva keskkonnaga. Psühheedeelsete ainete mõjul tekkivate semioosiprotsesside iseärasusi, nagu nt Peetsu kirjeldatud “plahvatuslik” ligipääs

uutele tõlgenditele (2020) ning ptk 4.2 välja toodud ebatavaliselt arenenud seostamisvõime (nt Hartogsohn 2020), võiks minu hinnangul selgitada selliste ainete tekitatud taju- ja mõjumärkide erakordsuse abil. Lisaks paistavad psühheedelikumid soodustavat maailma semiootilist avatust, selle vastuvõtlikkust uutele märkidele ja tekkivaile tõlgenditele ning motivatsiooni integreerida neid olemasolevatesse või uutesse tähendusvõrgustikesse.

4.4. Psühheedelsete ainete mõju inimese taju- ja mõjuilmale

Psühheedelsetest semioosiprotsessidest ehk isegi olulisemad on aga nende tulemused – uued tõlgendused ja tähendused inimese maailmas, mis jäävad inimese taju- ja mõjuilma lühi- või pikaajaliselt mõjutama. “Iga loom, kes on kogenud mõne tajupideme mõju, avaldab sellele maailmas vastumõju” (Uexküll 2012 [1940]: 208).

Üldiselt nõustuvad erinevad autorid, et mälestused psühheedelsest kogemusest **mõjutavad maailmavaadet ning annavad uue perspektiivi nii identiteedile kui ümbritsevale välisilmale.** (nt Griffiths, R. et al. 2008; Pollan, M. 2018). Psühheedelikumide mõju varem või hiljem lakkab, mistõttu ei saa rääkida nende esile kutsutud püsivast muutunud teadvuse seisundist ainete tarbimisele järgnevate tundide jooksul, kuid mõju lakates, võib inimene **üle minna** oma varasema normaalteadvusega võrreldes **uutmoodi kvalitatiivsete omadustega teadvusseisundisse.** Loomulikult pole ka siin selget valemit või korrapärasust selle kohta, milline see uus seisund olla võib. Stacy B. Schaefer räägib, kuidas peyote kaktuse ja unenägede toel kohatud alternatiivsed olemisvormid saavad “inimese ärkvelolekureaalsuse integreeritud osaks” (2020 [2011]: 223). Pokorny ja viitavad aga pigem ühiskonnasurvest vabanemisele ning **selgemale enese-, vabadusetunnetusele koos spirituaalse kasvuga** (2018: 74; 2018 [2016]: 69; 167-169). Ilmselt määravad selle, missuguseid püsivaid muutuseid psühheedelsete ainete toel kogetud teadvuse vormid esile kutsuvad, mitmesugused erinevad faktorid alates indiviidi analüüsivõimest ja seda soosivast keskkonnast kuni kultuuriliste mõjudeni ja teadvuse muutunud vormis saadud taipamiste iseloomuni. Oluline on, et psühheedelikumidel on Richardsi kirjeldatav **potentsiaal teha “iga inimese teadvus teistele vormidele lukust lahti”** (56)

Just sellele potentsiaalile paistavad toetuvat ka need psühheedelsete kogemuste uurijad, kes omistavad **psühheedelikumidele teraapilisi omadusi.** Uuringud, mis püüavad tõestada psühheedelikumide **positiivset mõju vaimsele tervisele aga ka sõltuvushäiretest vabanemisele,** on sel sajandil pärast mõnekümne aasta pikkust pausi taas hoogustunud.

Viimase kümne aasta jooksul on tehtud uuringuid kõigi käesolevas peatükis mainitud psühheedelikumide teraapilise mõju kohta ning nende käigus on tõestatud teadvuse muutunud vormide **võimekust lõdvestada ja kujundada ümber jäigaloomulisi väärtushinnanguid ja uskumusi**, kitsast, üksikutele meeldivatele seisunditele fokusseeritud teadvust, millest vabanemine inimesele tema tavaseisundis võimatu võib tunduda. (nt Uthaug et al. 2018, Carhart-Harris, R. L. 2016; Friston, K. J. 2019; Blätter, A. et al. 2020 [2011]) Seejuures **ei hinnata tõenäoliseks sõltuvust psühheedelsetest ainetest**, kuna nende toime on liiga variatiivne, ennustamatu ja pika avaldumisega pakkumaks kiiret leevendust valule või pingele, mida sõltlane üldiselt taga ajab (Blätter et al. 2020 [2011]: 242). Küll aga on senistest psühheedelikumide teraapilistele omadustele keskendunud uuringutest (aga ka üldisematest psühheedelseid kogemusi käsitlevatest töödest) välja tulnud see, kui olulist mõju võib muutunud teadvuse vormi kogemisel ja selle positiivse mõju avaldumisel mängida juhendaja.

Psühheedelikumide traditsioonilisel rituaalsel tarvitamisel nt šamanistlikes kultuurides on juhendaja roll kogemuses vältimatu ning loomulik. Läänemaailma individualistlikus kultuuris puuduvad psühheedelikumide tarvitamisel üldiselt rituaalsed kollektiivsed traditsioonid, kuigi võib eeldada, et teatava kursisoleku vähemalt psühheedelse aine tarvitamissoovitustega annab inimene, kellelt see saadakse. (Cardeña; Winkelmann 2016 [2011]) Psühheedelses teraapias võtab juhendaja endale aga vastuse juhtida teadvuse muutunud vormis viibivat patsienti viisil, mis vähemalt kindlustaks kogemuse positiivse mõju. “Psühheedelsete ainete tarvitamine on kunst, mis nõuab mõningaid oskusi. Sisemaailmas kehtivad teatavad navigatsioonireeglid, mida saab õpetada ja õppida,” selgitab teadvuse muutunud vormi(de)s juhendatud orienteerumise tagamaid Richards, kes olnud nii juhendaja kui juhendatava vormis (2016 [2018]: 40). Muu hulgas kirjeldab Richards ka oma negatiivseid kogemusi psühheedelikumidega, mis tekkinud ebausaldusväärse juhendaja tõttu (145).

Nagu Richards ka välja toob, paistab psühheedelikumide tarbimisega lisaks nende transformeerivale ja potentsiaalselt terapeutilisele mõjule kaasnevat ka mitmesuguseid riske. Toksiliste omadustega psühheedelikumid kutsuvad sagedasti esile lühiajalisi negatiivseid füüsilisi kogemusi, nt peavalu, iiveldus (Carhart-Harris 2016; Uthaug et al. 2018). Uuringud näitavad, et psühheedelikumide mõjuga kaasnev semiootiline kaootilisus võib vallandada aga ka vaimseid probleeme: ärevushooge, eksitantsiaalset hirmu, psühhootilisi episoode ning üldist segadust (Carhart-Harris 2016; Johnson, M. et al. 2008). Kuigi enamik psühheedelikumide negatiivsetest mõjudest on lühiajalised, lõppevad hiljemalt aine farmakoloogilise mõju lõppedes, siis on olemas siiski risk ka näiteks nende mõjul tekkivateks pikaajaliseks psühhootilisteks häireteks, eriti kui inimesel on selleks nt varasemad geneetilised

soodumused. Seetõttu on psühheedelikumide ohutut terapeutilist tarbimist käsitlevais uuringus rõhutatud näiteks vajadust tarvitada selliseid aineid juhendaja juuresolekul, turvalises keskkonnas ning nõustada psühheedelikume tarbinuid ka pärast kogemust. (Johnson, M. et al. 2008)

Ilmselt sõltub juhendaja vajalikkus teadvuse muutunud vormis orienteerumiseks paljuski indiviidist ja ka teadvuse muutmise eesmärkidest. Eelnevates lõikudes toodud kirjeldused psühheedelsetest kogemustest näitavad, et juhendaja kohalolek pole kindlasti vältimatu indiviidi jaoks meeldiva loomuga psühheedelse kogemuse kujunemiseks. Ometi näitavad psühheedelsete ainete teraapilisele mõjule keskenduvad uuringud, aga ka vanemad psühheedelsete ainete tarvitamise traditsioonid, et **juhendajal võib olla väga oluline mõju sellele, missugusel moel teadvuse muutunud vorm end indiviidile avab**. Seetõttu on juhendaja, tema taust ning juhendamise eesmärgid, oluline faktor psühheedelsete ainete toel esile kutsutud teadvuse muutunud vormide mõtestamises ja analüüsis.

4.5. Miks uurida teadvust ja teadvuse muutunud vorme psühheedelsete ainete näitel?

Niisiis, ehkki psühheedelse kogemuse iseloomu mõjutavad mitmesugused sisemised ja välised faktorid, mille olemasoluga tuleb vältimatult arvestada, siis on võimalik psühheedelikumide esile kutsutud teadvuse muutunud vormide puhul märgata siiski teatavaid sarnasusi, nagu nt tajukogemuste intensiivistumine, suurenenud assotsiatsiivsus, kaootilised või eriti loomingulised mentaalsed protsessid, üldine omailma piiride hägunemine ja/või kadumine.

Tähelepanuväärne on, et mitmed teadlased on psühheedelsetele kogemustele viimastel aastakümnetel omistanud väga positiivset, lausa teraapilist mõju. Suuremate üldistuste tegemiseks on vaja aga põhjalikumaid andmeid psühheedelsete ainete pikaajalise mõju ning võimalike kõrvaltoimete kohta, mistõttu ei saa tänasel päeval psühheedelikumide puhul kindlasti rääkida nende kindlustatud positiivsest mõjust inimesele ning tema sotsiaalsele käitumisele. Psühheedeelsed ained avavad meile enese ja ümbritseva kogemiseks unikaalseid võimalusi, mille tõlgendused võivad aidata, vähemalt subjektiivsel tasandil, ümber hinnata mitmesuguseid eksistentsiaalseid probleeme ja küsimusi. Samas kaasneb psühheedelikumide tarvitamisega erinevate uuringute andmetel ka mitmesuguseid lühi- ja pikaajalisi riske, eriti kui need toimuvad ilma teadusliku juhendamisetä, mistõttu väärrib nende mõju täpsemat uurimist.

Dyck ja Elcock on viidanud tõigale, et psühheedelseid aineid kui tajuavardajaid on läbi aegade peetud maailma probleemide lahendajaks (2023). Kuigi psühheedelikumide kõikide maailma probleemide lahendajaina nägemine on minu hinnangul liialdatud seisukoht, siis kindlasti aitab nende mõju mõistmine ja tundmine paremini selgitada teadvuse kui nähtuse piire ja olemust. Käesolevas peatükis tuli juba põgusalt välja, kuidas psühheedelikumide esile kutsutud teadvuse muutunud vormides hägunevad piirid nii reaalsuse ja illusiooni, objektiivsuse ja subjektiivsuse kui ka indiviidi sise- ja välismaailma vahel. Eirates teadvuse muutunud vormides saadud tundmusi ja taipamisi ning kvalifitseerides need ilma täpsemate uuringuteta vääradeks, riskime me teadvuse kui nähtuse, ning seeläbi võimaliku reaalsuse suure osa eiramisega. Isegi, kui käsitleda reaalsust sotsiaalselt konstrueeritud nähtusena, mis toimub eelkõige inimeste n-õ tavateadvuse piirides, jätame me psühheedelseid kogemusi ignoreerides tähelepanuta paljude selle liikmete kogemuslikud arusaamad eksistentsiaalsetest nähtustest ega arvesta võimalusega, et ajutised muutused teadvuses võivad mõningatel juhtudel võtta püsivama vormi, saada inimese teadvuse seisundiks. Sellised muutused inimese tajuilmas võivad omakorda avaldada mõju tema mõjuilmale, käitumisele ja sotsiaalsetele otsustele. Näiteks J. R. Baker on toonud välja, et muu hulgas võivad psühheedelsete ainete toel teistsugusesse teadvuse seisundisse jõudnud inimeses tekkida kahtlused oma ühiskonna väärtussüsteemide ning toimimise suhtes (2009: 400).

Iga uus märk peab inimese omailmas leidma koha, tähenduse selle senistes märgisüsteemides, valitsevate arusaamade, uskumuste ja tõekspidamiste kõrval, neid muutes, täiendades või ümber lükates. Kuigi biosemiootikas on psühheedelsete ainete toel tekkinud taju- ja mõjuilmadele, semioosiprotsessidele ning nende pikaajalisele mõjule pigem vähe tähelepanu pööratud, viitavad nt Peetsu (2020) ja Pokorny (2018) vastavasisulised tööd, et teadvuse muutuste mõjud inimese tähendusloomele, väärivad põhjalikumat uurimist. Näiteks vajaks täpsemaid käsitlusi ja uuringuid psühheedelikumide mõjul muutuv semioosiprotsess, aga ka selliste ainete esile kutsutud suurem semiootiline avatus ning sellest tingitud pikaajaline mõju inimese omailmale.

Sel moel on võimalik paremini mõista psühheedelsete ainete esile kutsutud tõlgenduste mõju inimese käitumisharjumustele ja valikutele nii sotsio-kultuurilisel kui ökoloogilisel tasandil. Nagu nendib Joshua Falcon, pole tänasetes psühheedelikumide antropoloogilisele mõjule keskendunud teadustöodes uuritud piisavalt seda, missugust mõju avaldavad psühheedelsete kogemuste toel tekkinud väärtused läänelikule kultuuri-, aga ka poliitikamaastikule (2025). Järgnevas peatükis püüangi empiirilise uuringu põhjal näitlikustada, kuidas psühheedelsete ainete esile kutsutud tõlgendused võivad jätta püsiva jälje

inimese omailma, kujundades tema suhteid iseenda ning looduslikku, kultuurilise ja sotsiaalse keskkonna vahel. Loodan niimoodi selgitada, teadvuse muutunud vormide mõju ja olemust, ühes nende semiootiliste mehhanismidega, mitte ainult subjektiivse kogemuse valguses, vaid ka ühiskondlikul tasandil.

5. Psühheedelsete ainete mõju inimese ja taju- ja mõjuilmale

Biosemiootika uurib elusorganismide fenomenoloogilist kogemust ühes sellele oluliste tähenduslike märkidega. Seetõttu on teadvuse, inimese enesekogemust mõjutavate semioosiprotsesside uurimine oluline, mõistmaks nii elusorganismide eksistentsi kui tegutsemise põhjuseid ja motivatsiooni. Lisaks, nagu juba eelneva peatüki lõpus mainitud, aitab inimeste omailmade ning nendes toimuvate muutuste mõistmine paremini selgitada ja analüüsida ka nende sotsiaal-kultuurilisi käitumisharjumusi. Käesolev töö keskendub psühheedelsete ainete esile kutsutud teadvuse lühiajaliste muutuste tingimustes ümberkorralduvate semioosiprotsesside uurimisele, et mõista, milliseid muutuseid tekitavad need inimese omailmas pikaajalises perspektiivis.

Biosemiootilisi töid, mis uuriksid psühheedelseid aineid teadvuse muutunud vormide esilekutsujatena ja/või selgitaksid selliste ainete mõju inimese omailmale, on vähe. Eelpool sai mainitud nt Vit Pokorny doktoritööd (2018), kus ta püüdis isiklike psühheedelseid kogemusi biosemiootilisse raamistikku paigutada, ning Ragnar Peetsu bakalaureusetööd (2021), mis iseloomustas psühheedelsete ainete tingimustes toimuva semioosiprotsessi erakordsust. Semioosi muutlikut ja paindlikku iseloomu, mis ka psühheedelsete ainete tingimustes avaldub, on käsitlenud mitmed erinevad eelnevas peatükis mainitud biosemiootikud, kuid see haakub ka nt kultuurisemiootik Lotmani arusaamadega uute tähenduste ilmumisest (1992). Sellest, missugust mõju avaldavad psühheedelsed ained, aga ka muud teadvuse muutunud vormid, inimese omailmale, saab aimu erinevatest kõnealuste seisundite psühholoogilist ja antropoloogilist mõju kirjeldavatest töödest, mida on tehtud nii Eestis kui välismaal ning millest mitmed on mainitud ka eelnevates peatükkides. Samas jäävad sellised tööd inimese tähendusloome protsesside kirjeldusel ning indiviidi ja keskkonna vaheliste suhete ülesehituse käsitlemisel, pigem üldistavaks ja ülevaatlikuks. Käesolev töö, mille biosemiootiline raamistik seab fookusesse esimese isiku kogemuse, püüab selgitada psühheedelsete ainete mõjul kultuuris ja ühiskonnas tekkivate tähenduste tekkeloogikat ning põhjuseid, uurides neid sügavuti väikeses valimis, et täiendada teadvus-uuringute interdistsiplinaarset dialoogi.

5.1. Metoodika

Sel eesmärgil püüan psühheedelsete ainete mõju inimese omailmale ja selle tähendusloomeprotsessidele avada viie poolstruktureeritud intervjuu põhjal. Niimoodi soovin selgitada psühheedelikumide toel muutunud tajupidemete iseloomu, kirjeldada intervjuueeritavate meeldejäävaimaid kogemusi ja taipamisi (üldistavalt semioose) psühheedelsete ainete toel saavutatud teadvuse muutunud vormi(de)s ning uurida nende suhtumist toiminusse kogemusele tagasi vaadates. Seejärel püüan leida teostatud intervjuudest korduvad mustrid ja tähelepanekud psühheedelsete ainete mõju kohta inimeste taju- ja mõjuilmades, toetudes käesoleva töö uurimisküsimustele ning teoreetilisele osale. Selliste narratiivsete enesekirjelduste kvalitatiivse analüüsi abil, soovin selgitada teadvuse ja selle muutunud vormide omadusi ja potentsiaale, sidudes neid võimalusel töö esimestes peatükkides väljatoodud teadvuse teaduslike, kultuuriliste ja religioossete paradigmatel. Nagu sissejuhatuses mainitud, toetun uurimisküsimusele „Milline on psühheedelsete ainete mõju inimese taju- ja mõjuilmale?“ ning abiküsimustele:

- Missuguseid tajupidemeid tekitavad psühheedelikumid lühi- ja pikaajaliselt inimese tajuilmas?
- Missuguseid mõjupidemeid tekitavad psühheedelikumid lühi- ja pikaajaliselt inimese mõjuilmas?
- Milline on semioosiprotsess psühheedelikumide toel saavutatud muutunud teadvuse vormis/seisundis, võrreldes teadvuse normaalolekuga?
- Kas, kuidas ja millal lõppeb psühheedelsete ainete toel tekkinud kogemus (kaob nende toel tekkinud taju- ja mõjuilm)?
- Missugused omailma tähenduslikud suhted iseloomustavad psühheedelikumide mõjul tekkivaid teadvuse muutunud vorme, seisundeid? Kas ja kuidas aitavad need mõista teadvuse muutuseid üldisemalt?

Loomulikult tuleb siinkohal nentida, et viie psühheedelseid aineid tarbinud inimese enesekirjelduste ja kogemuslugude analüüsi põhjal pole võimalik kõnealustele uurimisküsimustele anda kaugeltki mitte ammendavaid vastuseid. Igasugune tähendusloomeprotsesside süva-uuring inimese omailma tasandil vajab nende laiemasse konteksti asetamiseks suuremahulisemaid uuringuid, et leida ühisjooni suurema inimgrupi omailma kogemustes. Samas usun, et töö teoreetiline ja empiiriline osa aitavad kokkuvõttes

vähemalt mõista seda, missugust tüüpi tajukogemusi ja semioosiprotsesse võivad psühhedeelsed ained esile kutsuda, selgitamaks teadvuse muutumise potentsiaale ning nende võimalikku mõju inimese mõjuilmale.

5.1.1. Uuritavate leidmine ja intervjuude läbiviimine

Kuna käesoleva uurimistöö uurimisküsimus(ed) on väga isiklikku laadi ning töö fookuses olevate psühhedeelsete ainete tarbimist võib Eesti Vabariigi õigusruumis kehtivate seaduste tõttu näha ka tabuna, nõuab selliste intervjuude läbiviimine uurija ja uuritava vahelist usalduslikku suhet. Seejuures ei näinud ma töö temaatikast tulenevalt vajadust seada intervjueeritavate valimile erilisi muid nõudmisi, nagu nt erinevate sugude, vanusegruppide, sotsiaalsete gruppide esindatus. Kahtlemata need aspektid mõjutavad inimese enesekogemust, kuid kuna valim on väike, poleks selliste näitajate põhjal niikuinii võimalik teha laiapõhjalisi järeldusi psühhedeelsete ainete mõju kohta inimese taju- ja mõjuilmas. Just seetõttu tegin uurijana üleskutse töö tarbeks psühhedeelsete ainete (st meskaliini, psilotsübiini, LSDd või DMTd sisaldavaid ainete) tarbimiskogemusega intervjueeritavate leidmiseks oma isiklikus tutvusringkonnas. Kolme uuritavaga viiest olin varasemalt nende kogemusi psühhedeelsete ainetega veidi ka arutanud, nad teadsid, et sel teemal akadeemilist tööd kirjutan ning vastasid seetõttu rõõmuga minu suulisele kutsele intervjuus osaleda. Muidugi selgitasin seejuures üle uurimistöö formaadi, eesmärgi, uurimismeetodi ning selle, missuguste ainete tarvitamiskogemusega inimesi otsin. Neljandale minu tutvusringkonda kuuluvale intervjueeritavale esitasin sarnase sisuga kutse telefoni teel. Viienda intervjueeritavaga viis mind kokku üks varasem intervjueeritav ning talle andsin ka veidi kirjalikku eelinfot uurimistöö sisu, eesmärgi, valimi ning analüüsimeetodite kohta.

Kuigi kõik intervjueeritavad olid hea meelega valmis oma psühhedeelsete ainete toel saadud kogemusi ning nende põhjal tehtud järeldusi jagama, siis on selliste sügavalt isiklikku laadi kogemuste edasiandmisel ja analüüsil käesoleva töö raames pööratud suurt tähelepanu sellele, et jagatud kogemusi ja isikuandmeid poleks kolmandatel isikutel võimalik seostada ühegi konkreetse inimesega. Kuigi töö autorile on intervjueeritavate isikud teada, siis töö raames viitan neile pseudonüümidega **A**, **F**, **G**, **U** ja **Z** ning ei jaga nende kohta selliseid intervjuus (ega muidugi ka varasema suhtluse käigus) jagatud andmeid, mis võiksid avalike allikate põhjal nende isikutega seostatavad olla. Muu hulgas olen intervjuude põhjal valminud transkriptsioonide sisu palunud kinnitada ka intervjueeritavatel (andes seejuures neile

võimaluse teha ettepanekuid ebasobivate infokildude tööst välja jätmiseks) ning nad on andnud nõusoleku intervjuude käigus jagatud informatsiooni töös kasutamiseks. Lisaks on uurimistöö läbiviimise metoodika kooskõlastatud ka TÜ inimuuringute eetika komiteega.

Kõik intervjuud said läbi viidud silmast-silma, uuritavate väljapakutud asukohtades, kus nad end mugavalt tundsid. Palusin intervjuueeritavatel intervjuu tarbeks varuda ca 1,5 tundi ning üldiselt mahtus kohtumine vastavasse ajaraami. Seejuures ametlik intervjuu osa, koos minu kui uurija tarbeks teostatud helisalvestusega, kestis viie intervjuu puhul keskmiselt ca 65 minutit ning ülejäänud aeg kulus intervjuu tutvustuseks, soojenduseks ja kokkuvõtteks. Enne intervjuud palusin intervjuueeritavatel tutvuda ja allkirjastada ka TÜ inimuuringute eetika komiteega kooskõlastatud intervjuueeritava teadliku nõusoleku vorm, mis füüsilisel kujul jäi peale intervjuud intervjuueeritavatele.

Intervjuud said üldiselt läbiviidud vabas vormis, võimalikult sundimatus õhkkonnas, kus peamine tähelepanu oli intervjuueeritaval ja tema kogemustel. Uurijana toetusin aga intervjuueeritava mõtteid, kogemusi ja veendumusi avavate küsimuste valikul käesoleva töö uurimisküsimuste põhjal koostatud intervjuu kavale (näited küsimustest esitatud töö LISAs). Seejuures püüdsin küsimusi vormistades hoiduda oma hinnangute, arvamuste esitamisest käsitlevate teemade suhtes, et vältida uurimisprotsessi omapoolset mõjutamist. Üldjuhul tundus, et planeeritud intervjuu aeg oli piisav – intervjuu kava põhiosad said ülekäidud 30-40 minutiga ning ülejäänud aeg kulus intervjuueeritava mõtete täpsustamisele, täiendavale avamisele. Samas pean tõdema, et seoses intervjuu vaba vormiga ning intervjuueeritavate subjektiivsete kogemuste erinevustega, ei olnud ükski neist ühetaoline ning kõik töös kirjeldatavad teemad ei saanud intervjuude lõikes samasuguse põhjalikkusega kaetud. Intervjuu vaba vorm soodustas aga intervjuueeritavate taju- ja mõjuilma seisukohast olulisemate kogemuste käsitlemist, kuna võimaldas keskenduda just neile huvipakkuvatele ja südamelähedastele psühhedeelsete ainete mõju puudutavaile teemadele.

5.2. Üldinfo uuritud psühhedeelsete ainete tarbimiskogemuste kohta

Nagu käesoleva töö 4. peatükis väljatoodud, siis mõjutavad psühhedeelsete ainete toel tekkivat tajukogemust mitmesugused erinevad faktorid, alates aine liigist, tarvitamisviisist ja -kogusest kuni kultuuriliste, sotsiaalsete ning inimese individuaalsest elukogemusest tingitud mõjuteguriteni. Muidugi on kõrvalseisjal raske hinnata, millised mõjutegurid kirjeldatavale kogemusele täpselt tooni annavad ning ilmselt on ka indiviidil endal kõiki neid keeruline

hoomata. Palusin aga intervjueeritavatel siiski avada veidi tarbitud ainete farmakoloogilist tausta ning tarvitamismeetodit, et avada kõrvalseisjaile kirjeldatud kogemuste taustkonteksti. Kuna kõigil käesolevas uurimuses osalenud uuritavail olid kogemused mitme erinevat tüüpi keemilise koostisega psühhedeelse aine tarbimisega, siis palusin neil vastava mõjuteguri võimalikku mõju kogemuse kirjelduse kontekstis ka välja tuua.

Intervjueeritud tõid tarbitud psühhedeelsete ainetena välja psilotsübiini sisaldavaid seeni (eraldi toodi välja Eestis levinud terav paljakud, Hollandis legaalselt müügil olevad „trühvlid“, aga mainiti ka seeni, mille nimetust ei teata), LSD (sh toodi eraldi välja sünteetiline LSD, mida kutsutakse „n-bombiks“), DMT (Brasiiliast pärit taime *Mimosa hostilis* baasil tehtud joogi nimega *jurema* baasil). Mainiti ka mõningate teiste hallutsinogeense/psühhedeelse efektiga taimede tarbimist (nt *Datura Stramonium*, salvei), kuid nende toel avatud kogemustel pikemalt ei peatunud, kuna need kuulu käesoleva töö huviorbiiti. Seejuures oli nii intervjueeritavaid, kellel oli kogemusi peaaegu kõigi siin lõigus mainitud psühhedeelsete ainetega kui ka neid, kelle kogemus piirdus vaid psilotsübiini sisaldavate seentega. Mainimist väärrib, et kuigi see ei olnud intervjueeritavate valikul eeltingimus, siis olid nad kõik psühhedeelseid aineid enda väitel tarbinud korduvalt, vähemalt neli korda.

Mitmel intervjueeritaval oli keeruline otsustada, millised tarvitamiskogemused antud töö huviorbiidis on, kuna nad olid harrastanud ka kõnealuste ainete n-n mikrodoseerimist, mille puhul aine efektid inimese tajule, mõtlemisele ja käitumisele on tajutavad väga õrnalt. Sellistel juhtudel palusin intervjueeritavatel endal hinnata, kas muutus oli kirjeldamiseks piisavalt märkimisväärne. Näiteks A kirjeldab väikeste psühhedeelsete ainete dooside mõju võrreldes selliste ainete suuremate kogustega nii: „*Mikrodoos toob nagu lihtsalt kohalolu. Sa oled siin selles hetkes ja sa tajud kõike, mis selles hetkes toimub,*“ „*Kui sa võtad suurema doosi, siis see viib sind nagu rändama. Et noh, peaga on raske siin olla. Et sa oled igal pool või nii.*“ Muidu leidsid intervjuudes ainete kogused eraldi märkimist siis, kui need olid intervjueeritute enda teadmiste kohaselt ebaloomulikult suured ning põhjustasid seetõttu nende hinnangul ka erakordseid tajukogemusi. Viitan vastavale taustinfole ka tajukirjelduste juures. Üldiselt ei toonud intervjueeritavad oma tajukogemuste kirjeldustes eriti välja ainete tarvitamisviisi, kuid mainin edaspidi eraldi, kui seda tehti.

Vähemalt kolm intervjueeritavat tõid välja, et neil on ette tulnud ka muude uimastavate ainete (kanep ja/või alkohol) tarbimist koos psühhedeelsete ainetega, mistõttu ei saa nende kõiki kogemuskirjeldusi pidada puhtakujulisteks psühhedeelseteks kogemusteks. Seejuures mainivad intervjueeritavad kanepi mõju nii psühhedeelse kogemuse „*kickstartijana*“ kui ka selle käigus tekkiva võimaliku ärevuse leevendajana ning üldise kogemuse süvendajana.

Alkoholi on mõned intervjueeritud psühhedeelsete kogemuste käigus tarbinud väidetavalt mittejoovastavatel eesmärkidel, „natuke õlut janu pärast“. Kaks intervjueeritavat mainivad aga, et kui nad on psühhedeelikume tarvitanud spontaanse otsuste tagajärjel, siis on nad seda teinud ka alkoholihoobes.

Arvestades, et intervjueeritud leiti Eestist, kus pole pikaajaseid psühhedeelsete ainete tarvitamise traditsioone, siis pole üllatav, et enamike kirjeldatud psühhedeelsete kogemuste juures puudus juhendaja ning neis lähtuti eelkõige enese tarkusest või avalikult saada olevatest teadmistest. Ainete koguse valikul on mõningatel juhtudel lähtunud ka sõbra või müüja soovitudest, kuid siiski ei nähta neid kogemuse sisuliste juhendajatena. Z toob välja, et ained tugevdavad intuitsiooni, mistõttu võib neid ennast juhendajaks pidada. Kõik intervjueeritavad leiavad, et on siiani saanud psühhedeelikumide esile kutsutud tajuilma haldamisega ise hakkama ning välist abi pole tarvis olnud. Samas näiteks G tõi välja, et ilmselt oleks juhendamisest abi juhul, kui inimesel on muidu oma mentaalsuse haldamisega raskusi (nt skisofreenia puhul) ning pea kõik intervjueeritud leiavad, et psühhedeelsete ainete tarbimisel teraapilistel eesmärkidel võiks juhendajast kindlasti abi olla. „*Kui mina ise isiklikult kogemata olen nagu suutnud kogeda nii suuri sisekaemuseid ja avastada uusi viise, kuidas ma asjadele vaatan, siis ilmselgelt teaduspõhise lähenemisega juhendatud kogemus võib väga palju abi anda,*“ selgitab G. F, G ja U nendivad, et oleksid põhimõtteliselt psühhedeelset kogemust saatvatele juhendustele ka ise avatud, et kogemusest võimalikke suuremaid taipamisi ja avastusi kaasa võtta. G arvab näiteks, et tore oleks kuulda nõu selles osas, „*kust oleks äge alustada trippi või mingi formaat ette anda*“, kuid ei tunne sellises juhendist enda hinnangul suurt puudust.

A ja Z on mõlemad osalenud Lõuna-Ameerika stiilis traditsioonilisel *jurema*-rituaalil, kus tarvitamiskogemusel oli juhendaja ning ainet tarvitati kollektiivselt. Ometi ei kipu kumbki neist juhendaja rolli eriti esile tõstma. „*Nagu teised, kes seal ringis olid, mingid „oo, see vend teab, et see vend on nagu siuke väga woke*“ Minul oli see vend veidi üleliigne. Minul otseselt ei tekkinud temaga sellist sidet. Kui teised kuulasid teda nii nagu iga sõna oleks kuld, siis mulle tundus, et sõna nagu iga teine. Mul ei tekkinud vist seda äratundmist,“ leiab A. Z kirjeldab, kuidas juhendanud šamaan tegeles ühe psühhedeelse kogemusega hädas olnud kaasringilisega, mistõttu ei oska ta tema rolli kuidagi hinnata, kuid toob välja, et tema psühhedeelseid kogemusi on mõjutanud hoopis juhendatud meditatsioonid ja audio-loengud.

Kuigi kõik intervjueeritud nentisid, et vähemalt osad nende psühhedeelsed kogemused on toimunud meelelahutuse, „*korraks eemale saamise*“ ning „*heaolutunde*“ saavutamise eesmärgil, siis on intervjueeritud psühhedeelikume tarvitama ajendanud ka soov leida uusi

lahendusi, vastuseid mõnele konkreetsele küsimusele või lihtsalt võimalus asju teise vaatenurga alt näha. „*Psühheedeelsed kogemused on need, mis avavad silmad.*“; „*Mul ei ole isegi võimalik peita enda eest, kui ma neid teen,*“; „*tahan seigelda ja vaadata, mida ained tunnevad, et võiksin õppida,*“ kirjeldatakse näiteks oma motivatsiooni psühheedelikume tarbida. Aineid korduvalt tarvitama ajendavad ka eelnevad kogemused, mis on mõjunud intervjueeritavate hinnangul silmiavavalt. Samas aitavad psühheedelikumid saada ka „*out of box*“ tajukogemusi, mida muud moodi kogeda ei saa. „*Mis on veel olemas? Mida on võimalik veel näha? Ja on võimalik veel teha?*“ selgitab sellise uudishimu tagamaid G.

5.3. Psühheedelne maailm ning selle märgid ja tõlgendid

Psühheedeelsete kogemuste käigus avalduvate teadvuse muutuste aluseks kinnitavad intervjueeritavad olevat muutunud tajuilma ning -pidemeid. Need avalduvad tunnetusvahendite ja intuitsiooni intensiivistumises, mõningate intervjueeritute sõnul uute meelte avaldumises („*6. või 7. meel*“), muutunud enesekontrollis e agentsustajus, aga ka aja ja ruumi muutustes ning uutmoodi suhetes ümbritseva keskkonnaga. Kuigi intervjueeritavate kirjeldused oma psühheedeelsetest kogemustest kinnitavad ka töö teoreetilises osas käsitletud psühheedeelsete kogemuste subjektiivset ja kontekstipõhist iseloomu, siis võib täheldada teatavaid sarnasusi selliste ainete toel tekkivate tajupidemete iseloomus. Näiteks tunnistavad kõik intervjueeritud suuremaid või väiksemaid kõhklusid muutunud tajukogemuse tingimustes reaalse ja illusoorse, aga ka kontrollitava/mittekontrollitava tuvastamisel, seda nii kogemuse ajal kui selle järel.

Muidugi avalduvad muutunud tajupidemed samaaegselt mingil moel ka inimese mõjuilmas, kuid intervjuudest tuleb välja justkui soosiks psühheedeelsete ainete mõju rohkem tajuilmale keskendumist ning mõjuilm on kogemuse vältel mõnevõrra passiivsemas rollis. See muidugi ei tähenda, et iga tajupide ei tekitaks mõjupidet, nagu tuleb välja Uexküll'i maailmateoorias (2012 [1940]) – intervjueeritavate kirjelduste põhjal on tajuilmas toimuv lihtsalt psühheedelikumide keemilise mõju kestvuse ajal oma intensiivsuse ja uudsuse tõttu nende jaoks kogemuse seisukohast märkimisväärsem. Seetõttu domineerivad käesolevas peatükis psühheedelikumide keemilise mõju ajal avalduvate tajuilmade kirjeldused, kuid maailma terviklikuks käsitleuseks toon välja ka märkimisväärsemaid, värvikamaid selgitusi intervjueeritute mõjuilmas toimunu kohta.

5.3.1. Muutunud meelelised tajupidemed ja -kogemused

Kõik intervjueeritavad kinnitavad oma psühheedelseid kogemusi kirjeldades, et nende tajuilm muutub kirkamaks ja intensiivsemaks ning seda eelkõige tavapärasega võrreldes tundlikumate meeleliste kogemuste tõttu, mis tekivad pealtnäha harilikke toimetusi tehes. „*Kõik nagu helendaks, liiguks, üritaks suhelda ja rääkida, laulda ja teha mingit lugu.*“

Kõige meeldejäävaimad paistavad enamikele intervjueerituile olevat visuaalsed tajumärgid. „*Värvide mäng*“; „*niidistikud ja seinad voolavad*“; „*nagu multifilmi hakkaks vaatama*“, „*kõik muutub natuke ümaramaks*“, „*kõik sõidab*“, „*kõik mängib*“, „*näed lihtsates asjades mustreid, mida muidu ei märkaks*“, jagavad intervjueeritavad muutunud visuaalsete tajupidemete ja nende mõjul tekkivate (vahetute ja dünaamiliste) tõlgendite iseloomu. Seejuures mainivad mitu intervjueeritavat ka esemete nõrka liikumist, mida esmapilgul võiks segi ajada tuuletõmbusega, kuigi on näiteks U kirjelduste kohaselt selleks siiski liiga korrapärane, „*loopiv*“.

Põnevate ja silmikõitvate visuaalsete detailide või hallutsinatsioonide nägemist paistab soodustavat psühheedelikumide toel kasvanud keskendumisvõime, mis ühtlasi toetab aeglast ja rahulikku olemist, tegutsemist. G räägib, kuidas suudab psühheedelikumide abil näha palju täpsemalt oma sõrmejälge: „*näed kõiki neid vahesid, kuidas see jookseb*“. Samuti on ta enesele ootamatult täheldanud värvide mängimist musta värvi esemel. „*Sa hakkad ikka nägema mingeid kujundeid ja asju, mis nagu ei ole isegi seotud otseselt sellega, mida sa päriselt vaatad*“, selgitab U, lisades, et „*mida kauemaks sa jääd vaatama, seda utoopilisemaks ja sürrealistlikumaks kõik läheb*“. Z kirjeldab, kuidas on näinud kogemuse „*kõrghetkedel*“ näiteks energiad mööda puukoort „*üles liikumas*“. F kirjeldab, kuidas sõber nende ühisel jalutuskäigul nägi ootamatult auto klaasi molekulstruktuuri.

Kuigi kõik intervjueeritavad tõdevad, et on kogemuse ajal ja/või selle järel kahelnud nähtud hallutsinatsioonide tõepärasuses, tuuakse mõned visuaalsed hallutsinatsioonid välja kui eriti kummalised ja selgitamatud juhtumised. Näiteks G räägib, kuidas sõbra näole ilmunud kummalise värvilaiguna avaldunud hallutsinatsioon ei kadunud ka siis, kui vahepeal aega mööda läks ning mõtted muude tegemiste ja detailide juures olid. Eriti suur hämmastust tekitavad aga sellised hallutsinatsioonid, mida näevad mitu inimest korraga. F kirjeldab, kuidas nad mõlemad sõbraga elektriliinide ümber justkui „*elektrit mööda liine jooksmas nägid*“ ning väidab, et see avaldus liinides jooksva „*energiakehana*“. U kirjeldab, kuidas avastas oma pluusi ruudulisest mustrist moodustuvat hallutsinatsiooni vaadeldes ka sõbra samasisulist hallutsinatsiooni uurimas.

Helide muutunud intensiivsus seab intervjueeritute sõnul teatavad psühholoogilised piirid nende vastuvõtlikkusele, kuigi pakub ka uutmoodi avastusrõõmu. „*Ma olen kindlasti tundlikum mingite helide, taustahelide suhtes. Nagu registreeriks neid rohkem,*“ nendib A ning kirjeldab oma negatiivset kogemust psühheedelikumide mõju kestel rahvarohkel pop-kontserdil viibimisest, kust tundis tungivat soovi lahkuda. Ka U nendib, et ehkki teoreetiliselt võiks muusikat ja valgusmängu pakkuv üritus psühheedelikumide mõjul eriti nauditav olla, siis rahvarohke koht tundub siiski taolises meelelises seisundis liiga „kontrollimatu“. „*Sa hakkad muusikat kuulma täiesti teistmoodi,*“ leiab G, kirjeldades, kuidas kasvab hüppeliselt võimalus muusika erinevate osade ja instrumentaalpartiide kõlasid hoomata ja analüüsida.

Kuulmishallutsinatsioone ükski intervjueeritu esimese hooga tunnistama ei kipu. Ometi mainib üks intervjueeritu neid ettevaatlikult, märkides seejuures kindlameelselt, et need tekivad aine mõjul ning on kindlasti illusoorseid. Z julgeb aga jagada lugu sellest, kuidas kuulis ootamatult „*tuvi mõtteid*“, kui teda oma peas „*rumalaks elajaks*“ julges sarjata: „*Ja siis järsku see tuvi hakkas minuga rääkima. Nagu ta kudrutas, aga ma sain aru, mis ta rääkis minuga. Ja siis ta nagu tegi nalju selle üle, et mina kutsusin teda rumalaks linnuks.*“ Seejuures nendib Z, et kuigi tuvi rääkis tema hääletämbriga ning iseenesest võiks seda vabalt tema mõtteks pidada, siis oli sel justkui „*tärn taga*“, „*see oli kuidagi jõulisem*“.

Kuigi intervjuudest tuleb välja, et psühheedelikumide mõju ajal söögiisu pigem ei teki, avavad A ja G siiski tekkivaid muutuseid maitsemeeltes. A nendib, et teravnenuid maitsemeelega tunduvad eriti vastukäivad igasugused töödeldud toiduained. G kirjeldab, aga elavalt, kuidas suits ei maitse päris elus kunagi nii hästi nagu psühheedelikumide mõju all: „*Ja suitsetamine tundub nagu... lonks värsket vett keset Sahara kõrbe.*“

Enamik intervjueerituist mainib ka puudutuste intensiivistumist. Eraldi tähelepanu pöörab sellele U, kes mainib, et looduses jalutades on tal tekkinud vastupandamatu soov seda tavapärase vaatluse asemel hoopis puudutuste abil uurida. „*Psühheedelikumid kuidagi võib-olla avavad su mõtlemist ka selles mõttes, et kogeda asju teistel viisidel,*“ arutab ta seejuures.

Korduvalt toodi välja ka seda, kuidas avaldavad muutunud meeled mõju inimese üldisele füüsilisele tajukogemusele. „*See on selline body-high*“, „*Mu keha on tundlikum, ta on nagu soojem, energiad täis.*“ selgitab meeldivat võimendunud kehakogemust U. „*Sa viskad diivanile pikali ja sa tunned, et vajud ja vajud ja vajud. Sa ei vaju kuskile, aga sa tunned,*“ iseloomustab G muutunud meelekogemust. Samal ajal räägib F, kuidas psühheedelikumid tal „*füüsiliselt kuidagi kerge, hõljuva, kaaluta tunde*“ esile kutsuvad.

Seejuures ei saa aga väita, et kogu muutunud füüsiline tajukogemus oleks üdini positiivne. F kirjeldab ka juhtumit, kus ta psühheedelsete ainete mõju all metsa vihma kätte jäi

ning seetõttu tavapärasega võrreldes end märja ja porisena eriti ebamugavalt tundis. Teised intervjuueeritavad toovad aga negatiivsena välja ebamugavaid kehalisi kogemusi, mis tekivad psühhedeelseste ainete mõju algfaasis. „*Mingi asi võtab terve su keha üle. See on täpselt selline tunne,*“ kirjeldab A tunnet, mida kinnitavad ka teised intervjuueeritud, iseloomustades seda veidi kurnava ning rahulikku olemist nõudvana. „*Selgitasin selle endale lahti niimoodi, et see, mida sa sööd on ikkagi mürk ja keha harjub mürgiga,*“ arutleb selliste tajupidemete võimalikke põhjuseid G.

5.3.2. Suurenenud tundlikkus väliskeskkonna suhtes

Z toob aga pigem meeldivat laadi tundena esile „*6. või 7. meele*“ avaldumist, millega kaasneb suur ühenduvustunne end ümbritsevaga. Midagi sarnast tuleb välja ka teiste intervjuueeritavate tajukirjeldustest, mis räägivad võimendunud kontaktist nii ümbritseva loodusliku kui sotsiaalse keskkonnaga. Seejuures tunduvad meelelised kogemused, nagu nägemine, kompimine, mitmel juhul seda tajukogemust toetavat.

Z nendib, et ühenduvusena avaneva n-ö uue meele avaldumist kogemusejärgselt kirjeldada on väga keeruline ja „*abstraktne*“, „*nagu pimedale oranži värvi selgitada*“, kuid see saadab vältimatult kogu kogemust. „*Ütleme, et sa kõnnid tänaval, sa ju tunnend, kui keegi vaatab sind, aga nüüd see on nagu sama asi, aga mõtetega. Sa nagu tunnend, et keegi kompab su mõttepiiri.*“ Sel moel seob Z ideed ühenduvusest eriti just ümbritsevate inimestega, sagenenud olukordadega, kus „*üks mõtleb, teine ütleb*“, aga ka üldise „*aukartust*“ tekitava tundega, et oleme rohkem seotud kui tavapäraselt tajume. „*Tajumine on omavahel hästi tugev ja saad aru, et nagu tema tajub, sina tajud, sa ütled ühe sõna ja tema juba näeb seda piiblit seal taga, mis selle sõnani viis,*“ kirjeldab sarnast tajukogemust A. Ta kirjeldab, kuidas on saanud osaliselt rännakute mõjul taipamisi „*kõige seotusest*“ ja kirjeldab oma arusaama, mille kohaselt meie kõigi tarkus on tegelikult „*mingil tasandil ühendatud*“. F nendib, et kuigi lause „*kõik me oleme üks*“ on äraleierdatud, siis on seda psühhedeelse kogemuse ajal võimalik siiski teistmoodi, „*rohkem tajuda*“. U jaoks on taju sellest, mil määral on tema õnn sõltuvuses lähedaste heaolust, idee, mida ta kirjeldab ka „*ego surmana*“, vaieldamatult meeldejäävaim psühhedeelse kogemus ning peab vajalikuks märkida, et selleni viis teda ka „*ebareaalselt suur kogus*“ korruga tarvitatud psühhedeelseid seeni.

Kõik intervjuueeritud mainivad ka suurenenud tundlikkust ümbritseva sotsiaalse keskkonna suhtes, mis avaldub üheaegselt nii taju- kui mõjupidemetes. U meenutab, et palus

kord sõbra teises toas toimunud kaebleva monoloogi katkestada, kuna olukorras „*kus oli nii palju tegemist omaenda mõtetega*“ ja igasugune müra mõjus intensiivsemalt, „*mõjutas see liiga palju*“. Ka G nendib, et ta ei tahaks näha enda kõrval inimest, kes tunneb end psühheedelikumide mõju kestel halvasti - see võiks ka talle „*mõne emotsiooni peale visata*“, kuna ta on „*niivõrd mõjutatav sel hetkel*.“ A ja Z kirjeldavad olukordi, kus teiste inimeste negatiivsed tajukogemused psühheedelsete ainete tarvitamise ajal ka nende kogemusele halvasti või „*piiravalt*“ on mõjunud: „*need jänkisid, kes hirnusid ja siis lõpuks röökisid ja lõpuks põgenesid, siis see häirib, et sa ei saa rahus keskenduda*.“ Seejuures nendib Z, et võõraste inimestega „*ei pruugi energiad kokku sobituda*“, mistõttu ei tahaks ta enam tarvitada psühheedelseid aineid koos selliste kaaslastega, kellega ta pole „*piltlikult vähemalt kolm korda saunas käinud*“.

Z-i selline tõdemus iseloomustab ka teiste intervjueeritavate soovi psühheedelikume võimalikult „*turvalises*“ keskkonnas tarvitada. „*Sa oled nagu avatud, müürid on maas, ja kõik mis tuleb, sa saad enda sisse võtta palju lihtsamalt, kui muidu*“, püüab G selgitada sellise turvatunde vajaduse tagamaade avaldumist muutunud taju- ja mõjupidemete ning ajutiselt märkimisväärselt suurenenud semiootilise avatuse tingimustes. U räägib, et valdavalt on ta psühheedelikume tarvitanud oma kodus või välismaal viibides hotellitoas. Idee psühheedelikumide mõju kestel avalikus ruumis viibimisest tundub tema jaoks just seda ette planeerides veidi hirmutav. „*Inimesed ja keskkond ümber mõjutavad kõike*“, leiab G, kuid nendib seejuures, et inimesed on asukohast siiski olulisemad, sest „*suudavad sind emotsionaalselt kõige rohkem liigutada*“, samas, kui keskkonnana võib isegi laohoone „*lahe olla*“. F leiab, et esialgu võiks psühheedelikume tarvitada oma kodus, kuid see, missugune keskkond on inimese jaoks turvaline sõltub tema kohanemisvõimest: „*Et see oma keskkond on ikkagi oluline. Aga noh, kui võtta, et kõik on su keskkond, siis on ka tore*.“

A arutleb, et kuigi ta on psühheedelikume tarvitanud erinevates keskkondades, siis on tema jaoks „*meeldejäävamad, tähenduslikumad, sügavamad*“ olnud looduskeskkonnas toimunud psühheedelsed kogemused ning hindab neid väärtuslikumast sellistest psühheedelsetest kogemustest, mis toimunud linnakeskkonnas: „*Sa saad tunnetada ja loodus hoiab sind*.“ Seda väidet kinnitab F, kelle väitel on tema negatiivsed psühheedelsed kogemused toimunud just linnakeskkonnas, kuhu sellises olekus „*pole mõtet ronida*“. G nendib, et ka tema jaoks on parimad psühheedelsed kogemused toimunud kodus või looduskeskkonnas. Arvukad loodusega seotud positiivsed tajukogemused tulevad välja kõigi intervjueeritavate psühheedelsete ainete mõju kirjeldustest ning paistab, et loodusel on tõepoolest positiivne mõju esilekerkivate tajupidemete toetamisel. G nendib aga kokkuvõtlikult, et „*see setting peab*

olema selline, et sa oled vaba,“ täpsustades, et vabadus peab avalduma nii sotsiaalselt sundimatus olukorras, ajalises vabaduses kui mugavas ruumilises keskkonnas, kus on turvaline „*vooluga kaasa minna*“.

5.3.3. Muutunud aeg-ruumiline tajum

Vajadus turvatunde järgi saab isegi mõistetavamaks kuulates intervjueeritute kirjeldusi psühhedeelseste ainete mõjul tekkivatest aeg-ruumilistest tajupidemetest. Kuigi muutunud aegruumi on enamike intervjueeritute hinnangul selgesõnaliselt edasi anda keeruline, annavad mõningad kirjeldused vastavasisulistest tajumuutustest siiski aimu.

Kõik intervjueeritud nendivad, et psühhedeelsed ained pakuvad neile tajukogemust, mis võimaldab vaadata oma elu, sise- ja välisilma „*uue nurga alt*“, „*kõrvaltvaataja pilguga*“. Kusjuures neli intervjueeritud räägivad ka tajupidemetest ja -kogemustest, mis paigutavad nad tavapärasest „*kõrgemale*“. „*Psühhedeelikumid panevad meid vibreerima natuke kõrgemal tasandil*“, liikuma „*mingisse teise aegruumi,*“ leiab Z, sidudes selliseid muutuseid tajupidemeis ka ühenduvustundega.

Teised intervjueeritud annavad ideed tavapärasest kõrgemal viibimisest edasi kosmilise tajum kirjelduste toel. „*Ma panin silmad kinni ja ma lihtsalt käin kosmoses ära. Tulen tagasi, käin jälle ära kuskil ja lihtsalt diivanil olles viis tundi...*“, kirjeldab G. „*Ma oleks nagu oma hingega olnud justkui nagu... kuskil kosmoses olin. Mu ümber ei olnud mitte midagi,*“ räägib A. „*Ma olen mitu korda tajunud seda kosmoselugu,*“ „*... et me oleme siin nagu... sellel planeedil, mida me ju olemegi. Et üks taevakeha ja siis veel neid kehasid ja sa tajud neid mõõtmeid korraks,*“ kirjeldab F, nentides, et tajupidemete tõlgenduste toel tekib tunne, kuidas „*tegelikult on kõik väga lihtne*“ ning osaks saab suur mõistvus „*teiste eluvormide ja -stiilide suhtes siin planeedil*“. Ka U tõdeb, et võimalus teistmoodi, „*kõrvaltvaatajana*“ asju vaadata suurendab ühtlasi ka empaatiatunnet.

Üldjuhul kirjeldavad intervjueeritavad psühhedeelikumide toel kogetavat aegruumi tavapärasest rahulikuma ja aeglasema, kuid ka „*avaramana*“. „*Mul on selline tunne, et ma nagu mõtlesin mingile asjale võib-olla 5 minutit või 10 minutit, aga tegelikult on 40 minutit mööda läinud. Või hoopis tund,*“ näitlikustab U, nentides, et mõtted ei torma nii palju. „*No see tõmbab aja maha. Aega ei eksisteeri seal. Sa oled nagu hetkes. Sa oled nagu kohal,*“ kirjeldab Z intervjueeritute hinnangul psühhedeelikumide mõjul avalduvat ajataju, mis soosib

keskendumist ning loob kõigi intervjueeritute hinnangul ka parema kontakti iseenda ning ümbritsevaga.

Muidugi tuleb selliste aeg-ruumiliste tajukogemuste puhul, nagu tegelikult ka muude eelnevalt välja toodud meeleliste kogemuste juures, teadvustada, et nende intensiivsus varieerub ning sugugi mitte kõik kirjeldatud tajukogemused ei saada iga psühhedeelset kogemust. Kuigi intervjueeritavad nendivad, et kindlasti esinevad teatav seaduspärad tajupidemete muutuste ning tarvitatud aine koguste, manustamisviisi vahel, siis on neid keeruline selgelt välja tuua, kuna oma roll on ka muudel faktoritel, nagu nt meeleolu, keskkond jm. „*Et nagu see sügavus täiesti varieerub... Et kas trip on rohkem selline lihtsalt mingi mõttekorrastus või nagu kehasse tulek. Või siis see hoopis viib kuhugi universumisse. Viib su nagu sügavamale ja toob mingisugused asjad, mida pole osanud teadvustada...*“, sõnab A. G toob välja, kuidas kogemuse ning aegruumiliste tajupidemete intensiivsust saab mingil määral mõjutada. Ta kirjeldab psühhedeelikumide esile kutsutud kosmoseavastusi: „*Ma nagu natuke kartsin ka seda, ei tahtnud nagu liiga sügavale ära kaduda, kuna tekkis hirm, et äkki ma ei oska tagasi tulla.*“ U toob välja, et võimalus „liikuda oma mõtetes ringi ruumilises kohas“, nii et „*sul ongi nii öelda võimalik justkui erinevatele asjadele läheneda, nagu erinevatesse tubadesse minna,*“ erinevate „*teemade*“ toel, on kindlasti osa aine mõju mingist faasist ning on seda enam kohanud just psühhedeelseid trühvleid tarbides. Samas toob ta ka välja, et tarbides psühhedeelseid seeni „*lemon tekina*“, koos sidrunhappega, on kogu kogemus tavapärasega võrreldes „*kiirem*“, „*intensiivsem*“ ja „*kompaktsem*“: „*Ta kuidagi justkui võtab kogu ajajoone ja kompressib selle kokku,*“ selgitab U.

„*Ajaga ei juhtu ju midagi. Seda polegi olemas olnud,*“ toob oma psühhedeelse tajukogemuse ja selle mõjul tekkinud tõlgenduse välja F. Ta leiab, et aeg on inimeste kokkulepitud nähtus, millest teistel elusolenditel erilist kasu pole: „*ma ei usu, et ühelgi rebaseel kella on vaja teada, või tihasel, või pilvedel.*“ Sel moel annab ta hinnangu inimese harjumuspärase aeg-ruumilise taju absurdusele. Ka A väidab, et on tajunud olukorda, kus „*kõik on üks*“ ning ta saab ise valida, millisesse „*paralleeli hüppab*“ eluvalikuid tehes, sest tulemus on lõpuks ikka sama. Ka tema püüab sellise tajukogemuse baasilt edasi anda ideed sellest, et kipume tavaolekus tegelikult tühiste asjade pärast liigselt muretsema ning näitlikustab, et muutunud tajukogemus kutsub esile tavapärasest teistsuguseid tõlgendeid.

5.3.4. Omailma muutuste subjektiivne avaldumine ning mõjutamisvõimalused

Püüan selgitada ja näitlikustada psühheedelikumide esile kutsutud muutunud taju- (ja mõju)pidemete mõju semioosiprotsessile ja selle toel tekkivatele tõlgenditele alapeatükis 6.3. Enne veel pean aga vajalikuks selgitada intervjuudest väljatulnud võimalusi oma psühheedelseid tajupidemeid tahtlikult ja tahtmatult mõjutada.

Kui palun F-il kirjeldada viise, kuidas keskkond saab osaks psühheedelsetest kogemustest, siis nendib ta kindlameelselt: „*See on kogu aeg nõndamoodi. Ega siis sa ei muutu kellekski teiseks. Siis sa lihtsalt tajud oma ümber rohkem.*“ Sel moel väidab F, et inimese põhiolemus ja suhe ümbritseva keskkonnaga jääb tegelikult samasuguseks. Sama mõtet püüab edasi anda ka U, kui räägib, kuidas tema sõprade domineerivad isikuomadused, nagu nt ujedus, uudishimu, sügavamõttelisus, psühheedelikumide mõju all võimenduvad: „*see oleneb väga inimesest, missuguseks ta muutub*“.

Sellele tendentsile saan uurijana kinnitust ka enda jaoks tuttavaid intervjuueeritavaid ning nende tajukirjeldusi kuulates. Nii võisin täheldada aeg-ruumi suhtelisusest ja metefüüsilistest kontseptsioonidest enam huvitatud intervjuueeritute jutus rohkem vastavasisulisi tajukirjeldusi. Samas näiteks kunstimaailmaga lähedalt kokkupuutuv intervjuueeritu tõi tajupidemete, märkidena rohkem välja värve, *tonaalsusi*, ning muusikaga tegelev intervjuueeritu kuulmisega seotud meelelisi kogemusi. U nentis ise, et on tavaelus väga kehva visualiseerimisvõimega, mistõttu esineb tal enda hinnangul ka psühheedelikumidega kokkupuutes tugevaloomulisi visuaalseid muutuseid tajupidemeis sõpradega võrreldes vähem, ning need tekivad pigem suurte ainekoguste toel. Ilmselt oskavadki intervjuueeritavad ise näha täpsemaid korrelatsioone oma subjektiivse siseilma, selle tähenduslike osade ning muutunud teadvuse vormis tekkivate tajupidemete vahel. Küll aga võib julgelt väita, et ka minu läbiviidud intervjuud kinnitavad töö teoreetilises osas käsitletud psühheedelsete ainete mõju subjektiivsest ja kontekstuaalset avaldumist.

Veidi segasem on aga see, mil määral on inimesel võimalik psühheedelsete ainete toel tekkivaid tajupidemeid psühheedelsete ainete mõju all viibides kontrollida ja ise suunata. Kõik intervjuueeritavad toovad välja, et kontrolli, agentsuse kadumine on osa kogu kogemuse võlust. „*Kui kõik asjad on kogu aeg sinu kontrolli all, siis sa kogedki asju kogu aeg samamoodi,*“ selgitab U motivatsiooni oma kontrolli meeleliste kogemuste üle vähendada. „*Leiab midagi, mida enne pole tundnud või näinud või leidnud endas või enda ümber,*“ täiendab F. G rõhutab, et kontrollimatuse vastu pole psühheedelsete ainete mõju kestel mõtet võidelda, sest muidu võivad lihtsasti esile kerkida negatiivsed kogemused: „*See vool on nagu nii tugev. Sul saab*

energia otsa, sa ei viitsi. Sa võitled, võitled. Sa ei taha näha, kuidas see ruum nagu ujub... Ärevus. Paanika.“

Sel moel selgitab ta ka negatiivsete psühhedeelsete kogemuste ühe tekkevõimalusena suutmatust alistuda ja leppida kontrollimatusega ning tavapärasest kaootilisema tajukogemusega. F kirjeldab sellist leppimatust oma psühhedeelse kogemuse baasil: „*tahtsin hullult välja saada sellest, aga ei saa nagu üldse välja sellest. Ja ei oska seda kuidagi, et tähelepanu juhtida mingitele kõrvalistele asjadele. Ma ei oska öelda... nagu matab ja tuleb sulle peale ja jookseb sada mõtet korruga. See on selline ängistav.*“ Lisaks kirjeldab ta negatiivsena ka oma sõbra kogemust psühhedeelikumidega, kellel tekkis ängistus psühhedeelikumide tekitatud füüsilise kogemuse tagajärjel. Nimelt kaotas sõber suure koguse psühhedeelsete seente tarvitamise tagajärjel ca 30 minutiks silmanägemise ning sellega leppimine oli ainete mõju all eriti keeruline. A peab just võimalikke püsivaid füüsilisi muutuseid, mis toksiliste omadusetega psühhedeelikumide mõjul tekkida võivad, peamiseks põhjuseks, miks neid kellelegi otseselt soovitada ei julge: „*sa ei tea kunagi, millal on viimane piisk sinu karikas.*“

Ta nendib, et kuigi ta ise on suutnud psühhedeelseid kogemusi alati kontrollida, siis võivad muutunud tajupidemed mentaalsust ka negatiivselt mõjutada, „*sa võid sinna kinni jääda.*“ Ka G jagab oma tuttava kogemuse põhjal sarnaseid hirme ning nendib, et faktoreid, mis psühhedeelseid kogemusi mõjutada võivad on palju, alatest toitumisest, une kvaliteedist, kuni emotsionaalsete läbielamisteni, nagu tülid lähedastega või lahkuminek. U kinnitab, et kindlasti ei tasuks psühhedeelseid aineid tarbida olukorras, mis ilma võimenenud tajupidemetetagi keeruline või ebamugav on, sest kontrollimatus olukorras võib negatiivne tajukogemus võimenduda. Halva meeolelu puhul soovitab ta kindlasti kogemuse vähemalt edasi lükata, või üldse ära jätta. Z seevastu julgustab ka võimalikele negatiivsetele kogemustele vastu astuma: „*Ma arvan, et et bad trip on väga hull ja mida halvem, seda rohkem sa seda vajad. Lõppude-lõpuks elu on ikkagi kogemuste kogemiseks. Ju sul oli siis seda halba kogemust tol momendil vaja.*“ Siinjuures toob ta näiteks, kuidas sai psühhedeelsete ainete mõju tagajärjel surmalähedase kogemuse, mis aitas tal kaotada surmahirmu. G leiab seevastu, et tema kindlasti ei tahaks olla olukorras, kus psühhedeelikumidele omased intensiivsed meelelised kogemused tema üle kontrolli võtavad: „*See on halb koht, kus olla, ma arvan.*“

Intervjuueeritavail paistab puuduvat üksmeel ning selgus selles osas, mil määral on siis võimalik psühhedeelset kogemust ainete mõju kestvuse ajal kontrollida. „*Need ained manipuleerivad su meeltega, seda nagunii, aga kuna nad juba manipuleerivad su meeltega, siis sina saad sellest üle olla ja teha põhimõtteliselt kõike, mida sa tahad,*“ arwab G, kuid jääb

samas siiski hätta mõningate kummaliste psühheedelsete hallutsinatsioonide selgitamisega. „Ma alati teadvustan, et see on lollus, mida ma näen. Ma kunagi ei ole sinna sisse läinud, nagu täiesti ära kadunud, aga ma olen proovinud neid piire katsetada, et kui kaugemale saab minna sellega,“ räägib ta. Ometi väidab ta ka, et „nende ainete all on kõik võimalik.“ ning võtab sel moel hästi kokku ka teiste intervjueeritavate arutelud kogemuse kontrollitavuse osas. „Ma ise kahtlustan, et ikkagi siis nagu näedki asju, mida... mis on tegelikult olemas, aga mida sa muidu ei näe. Ja ained võimendavad haistmist, aistinguid. Ma loodan, ma ei tea... Ei, see on nii, see peab nii olema...“ kirjeldab segadust F. Z leiab, et „psühheedelikumid aitavad lihtsates asjades mustreid märgata“ ning nendib, et maailm meie ümber on ikka „sama, aga teistsugune“.

5.3.5. Reaalsus ja illusioon psühheedelsete kogemuste kontekstis

Lootsin uurijana teiste psühheedelseid kogemusi kuulates saada põnevaid infokilde ka selle kohta, kas ja kuidas nihkub psühheedelikumide toel piir reaalsuse ja illusiooni vahel. Nagu eelpool väljatoodud intervjueeritavate mõttearendused juba aimu andsid, siis selgus peamiselt see, et piir on väga hägune. Üldiselt nendivad intervjueeritud, et isegi kui mõni kummaline hallutsinatsioon kestab psühheedelse kogemuse käigus väga realistlikuna tund või kaks, siis mõne aja möödudes on siiski võimalik mõista, et tegemist oli illusiooniga. See kõik eeldab muidugi, et olukord areneb positiivse stsenaariumi kohaselt, kogemus ei lõppe fataalsete mentaalsete tagajärgedega ning isegi, kui kontroll ajutiselt kaob, siis see taasehitakse.

Kõik intervjueeritavad on psühheedelsete ainete mõju kestel tajunud ebameeldivaid olukordi, kus kontroll on kaduma minemas. A toob näitena olukorrast, kus tal oli keeruline oma mentaalsust kontrollida, ühe negatiivses emotsionaalses meeles seisundis ettevõetud psühheedelse „rännaku,“ kus „kõik pahn minevikust voolas üles. Ja see pidi seal hästi kiiresti ja väga intensiivselt ära lahenema.“ G nendib, et on õnneks alati suutnud endale teadvustada, muutunud taju- ja ka mõjupidemete ajutisust, kuigi ärevus on sellises olekus kerge tekkima: „Sa hakkad vahepeal mõtlema, et kui kaua see kestab. Et kas nüüd ongi niimoodi? Kas mu elu ongi niimoodi...“ F nendib omast kogemusest, et temal aitas eelpool kirjeldatud halvast psühheedelsest kogemusest üle saada pöördumine enda jaoks turvalisse keskkonda, lapsepõlve peretuttavate majja. G soovitaks ärevusolukordades šokolaadi süüa. U rõhutab vähemalt enda puhul vajadust psühheedelseid kogemusi läbimõeldult ette planeerida ja välistada võimalikult palju väliskeskkonnast pärinevaid „kontrollimatuid faktoreid“. Niisiis on iga intervjueeritav

leidnud enda jaoks võimalusi pealtnäha hoomamatu olukorra teatavaks kontrollimiseks, mis teeb reaalsuse ja illusiooni eristamise ka psühheedelikumide mõjul muutunud tajupidemete tingimustes võimalikuks.

Samas, nagu juba ka eelmise alapeatüki viimastes lõikudes välja tuli, sõltub see kui selge on piir reaalsuse ja illusiooni vahel psühheedelsete tajukogemuste kontekstis, paljuski indiviidist ja tema semiootilisest avatusest. See, kes võtab vastu otsuse psühheedelseid aineid oma tajupidemete muutmise eesmärgil tarbida kindlas usus, et hakkab kogema illusiooni, suudab suure tõenäosusega püsida selle veendumuse juures kogu kogemuse vältel. Muutunud tajupidemete toel ilmnevad märgid on tema jaoks lihtsalt kummalised nähtused, mis olemasolevas märgisüsteemis saavad tähenduse imelike võõrkehadena. Inimese jaoks, kes on avatud võimalusele, et reaalsus võib olla kogetav ka teistsuguste tajupidemete toel kui me tavaolekus harjunud oleme, võib olla reaalsuse ja illusiooni eristamine muutunud taju tingimustes mõnevõrra keerulisem, kuna ilmnevatel märkidel pole nii selgeid tõlgendeid ja tähendusi tema omailmas.

A toob oma psühheedelseid kogemusi reaalsus-illusioon skaalale paigutades näiteks ka kirjandusest pärit idee: „*See, et see on su peas, ei tähenda, et see ei oleks päris*“, ning nendib, et illusioon on „*kummaline kontseptsioon*“. Z jagab oma veendumusi, mille kohaselt on meie elu niikuinii omamoodi „*simulatsioon*“ ning väidab, et psühheedelsed tajukogemused on seda tema jaoks vaid kinnitanud. Kuigi minu intervjueritud olid kõik suhteliselt sarnase kultuurilise ja sotsiaalse taustaga, siis kujutan ette, et religioosne ja kultuuriline taust võiksid psühheedelse tajukogemuse mõtestamist ning selle illusoorsete osade määratlemist, oluliselt mõjutada. Teatavaid tajuerisusi võib märgata ka selle töö valimi puhul, kuid siinkohal tasuks tähelepanu pöörata ka muutunud tajupidemete tingimustes tekkivate semioosiprotsesside eripäradele.

5.4. Psühheedelsete ainete mõju semioosile ja mentaalsusele

Analüüsi esimeses osas keskendusin psühheedelsete kogemuste kirjeldamisele selliste tõlgendite baasil, mis tuginesid intervjueritavate väitel juba kogemuse ajal ilmnenuid taju- ja mõjupidemetele ning märkidele. Sel moel püüdsin edasi anda psühheedelsete ainete mõju kestel tekkivaid taju- ja mõjuilmu ning nende iseloomu. Muidugi pole mul uurijana võimalik kindlaks teha, kui täpselt suutsid intervjueritud ainete mõju kestel ning nende järel tekkinud tajupidemeid ja tõlgendeid eristada, kuigi suunasin neid vastavasisuliste küsimustega (nt „Mida arvasid sellest kogemuse ajal, mida selle järel?“). Näiteks arutelud intervjueritavatega

kogemuse kontrollitavuse ja illusooruse teemadel, sisaldavad ka üksjagu kogemusejärgseid, vähemalt tänases ajahetkes lõplikke tõlgendeid. Samas julgen väita, et eelnevas peatükis domineerisid sellised märgid, nende vahetud ja dünaamilised tõlgendid, mis on omased psühheedelikumide keemilise mõju kestel avalduvatele taju- ja mõjuilmadele.

Siin peatükis püüan kirjeldada seda, kuidas võrdlevad intervjueeritud psühheedelsete ainete mõju kestel ning tavaolekus toimuvaid mentaalseid protsesse. Sel moel soovin hinnata psühheedelikume tarvitanud inimesete potentsiaali integreerida muutunud teadvuse tingimustes tekkinud tõlgendeid oma ellu, et järgmises peatükis ka intervjuude põhjal vastavasisuliselt näiteid tuua.

5.4.1. Psühheedelsetest ainetest mõjutatud semioosi eripärad

Psühheedelikumide esile kutsutud muutused semioosiprotsessis, tõlgendite loomisel on, nagu juba ka eelnevalt mainitud, intervjueeritute hinnangul üks peamine põhjus, miks selliseid aineid tarbitakse. Intervjueeritavad kirjeldavad, kuidas psühheedelikumid aitavad elule ja probleemidele läheneda n-ö värske pilguga, uue nurga alt. Kuigi semioosiprotsessi loogika ja ülesehitus intervjueeritavate kirjelduste põhjal oluliselt ei muutu – tõlgendid tekivad ikka meeleliste tajupidemete ja mingil määral ka varasemate omailmas tähenduslikuks saanud märkide toel – nendib nt U, et ei pea oma psühheedelikumide mõju ajal avalduvaid mentaalseid protsesse „*eriti sarnaseks*“ oma mõtetega tavaolekus. Intervjueeritavate kirjelduste põhjal julgen väita, et psühheedelset semioosi eristavad inimese tavaolekus tema omailmas ilmnevatest tõlgendusprotsessidest kolm peamist omadust, mis kõik toetuvad kokkuvõtlikult siiski muutunud taju- ja (mõju)pidemetele ning nende toel tekkivaile märkidele:

1. Intensiivistunud või muundunud meelelised ja aeg-ruumilised kogemused;
2. Erakordselt tugevalt tajutav intuitsioon (või „*taipamistunne*“);
3. Ligipääs ootamatule informatsioonile ja seostele, mille päritolu tekitab küsimusi (võib olla tingitud ka kahest eelnevast faktorist).

Seejuures ei pruugi kõik sellised psühheedelikumide mõju kestel toimivate semioosiprotsesside iseloomuomadused olla võrdselt esindatud. Püüan järgnevalt tuua näiteid selle kohta, kuidas väljatoodud omadused psühheedelses semioosis avalduvad.

Nagu käesolevas peatükis juba korduvalt mainitud, siis näevad intervjueeritavad psühhedeelsete ainete mõju kui võimalust otsida ja leida vastuseid küsimustele muundunud taju- (ja mõju)pidemete tõttu justkui ka tähenduslikult muutunud keskkonnas, kuhu jõudmiseks pole teoreetiliselt vaja isegi „*diivanilt tõusta*“. Nii muutub näiteks loodus psühhedeelikumide mõjul tekkinud tajupidemete toel tavapärasest tähenduslikumaks ning „*kutsuvamaks*“. „*Kõigel on nagu mingi oma lugu, mis väärrib süüvimist,*“ leiab A, kui kirjeldab oma tõlgendusi loodusest psühhedeelsete ainete mõju all. Ka U nendib, et muutunud tajutingimustes hakkab ta asjade olemust rohkem hindama ning see tuleb eriti hästi välja looduskeskkonnas viibides. Z arutleb, et põhjust ringireisimiseks jääb kohe vähemaks, kui psühhedeelikumide keemilise mõju ajal teelehel olevaid putukaid vaadata: „*Ja ma mõtlesin, et nagu siin on juba nii suur maailm peidus, mida vaadata.*“

Aegruumilised tajumuutused aitavad seejuures tekitada võimalusi elu tähenduslikkuse ümberhindamiseks ning oma probleemide olemuse mõtestamiseks uutes tingimustes. „*Me oleme nii väike osa suurest tervikust,*“; „*Ma tean, et mul on veel pikk tee minna. Et isegi kui maapealne elu siin praegu täna lõpeks, siis ma oleks täiega rahul, ja... Hea meelega liiguks edasi ja vaataks, mis veel on universumil pakkuda,*“ avab muutunud tajupidemete toel avanevaid võimalikke tõlgendusi A. „*Ma sain anda isikliku hinnangu asjadele ilma, et ma ise selles võrrandis sees oleks olnud,*“ vaimustub omal moel U. Ka teised intervjueeritavad tõdevad, et psühhedeelikumide mõju ajal kogetud muutunud taju- ja mõjupidemed on neid muutnud rahulikumaks, mõistvamaks, tolerantsemaks. Selliste ainete mõjul avalduv tugevam empaatiatunnetus võimaldab probleemidele läheneda rahumeelsemalt ning tegutseda viisil, mis peab silmas ümbritsevate inimeste, aga ka keskkonna heaolu. „*Päike tõuseb homme jälle,*“ iseloomustab F, kuidas tema on muutunud tajupidemete abil loonud tõlgendi, mis aitab tal igapäevaelu probleemides rahulikumaks jääda. Z leiab aga kindlameelselt, et saab psühhedeelikumide toel teha otsuseid, mis muudavad ta paremaks inimeseks.

Intuitsiooni teravdumist iseloomustab A järgnevalt: „*see kontakt... selle sisetundega, mis on seotud nagu mingi kõrgema minuga. See on lihtsalt nii tugev, et minu peas ei ole küsimus selles, et kas miski on õige või vale. Ma lihtsalt tean, et see, mis tuleb... ma tajun seda iga keharakuga.*“ Mõnevõrra sarnase mõtteavaldusega esineb ka Z, kui püüab psühhedeelsete ainete mõjul tekkinud tajupidemete kontekstis oma taipamiste teket iseloomustada: „*psühhedeelsete ainetega ma olen kehaga rohkem kontaktis. See on selles mõttes, et ma tunnen nagu mingeid mõtteid ka keha sees.*“ F hindab lihtsalt, et: „*Sellel hetkel sa saad kõigest aru,*“ ning kõik intervjueeritavad nõustuvad, et rahuldustpakkuvad seosed on psühhedeelikumide mõjul (eelkõige nende keemilise mõju kestel) lihtsamad tekkima. Nii mainivad näiteks kaks

intervjueeritut, et on saanud psühheedelikumide mõju kestel meeldejääva kindlustunde oma soovis kaaslasega abielluda. Psühheedelikumid on avanud kõnealustele intervjueerituile võimalused põhjalikumaks eneseanalüüsiks, kui nad enda sõnul tavaolekus teostama oleksid võimelised. Samas mainitakse, et psühheedelikume on kasutatud nende intuitsiooni võimendavate omaduste tõttu ka teiste oluliste eluvalikute tegemisel ning eksistentsiaalsematele küsimustele lahenduste leidmisel. G toob välja, et tugeva intuitsiooni toel on eriti lihtne vastuseid leida just „*avatud küsimustele*“. Z väljendab arvamust, et erakordselt arenenud seostamisvõime võib-olla seotud „*pauside kadumisega*“ objektide vahel liikuvast mõttevoost. Kuigi ta ise semiootilist tõlgendust sellisele väitele ei esitanud, siis tundub see minu hinnangul viitavat justkui semioosi protsessile, kus toimub vähem analüüsi/arutelu tõlgendite loomisel.

Erakordseks muudabki psühheedelse semioosi intervjueeritavate hinnangul selle tulemusel tekkiv uskumatult suur infohulk koos seostega, milleni jõudmine tundub neile muidu võimatu. Seda faktorit võib iseenesest selgitada juba eelnevalt väljatoodud võimendunud meeleliste ja aeg-ruumiliste tajupidemete ning teravnenud intuitsioonitajuga, kuid väärrib siiski intervjueeritavate jutu põhjal eraldi välja toomist. Eelkõige, kuna info, millele psühheedelsete ainete toel ligipääs tekib, tundub olevat sageli igapäevaelust ning selle aktuaalsetest probleemidest eraldiseisev - seetõttu ka ootamatu ja üllatav. „*Sul on ühes sekundis sada mõtet, eks? Ja iga mõttega sa juba jõudsid lahendusteni. Sa ei ole isegi mõelnud, et need võiks vajada lahendust,*“ jagab oma kogemust F, võrreldes oma mentaalsust psühheedelikumide mõju ajal „*švammiga*“, mis imeb endasse endalegi üllatavat, ootamatut infot. „*Ma ei tea, kust see info tuleb, aga ta tuleb,*“ nendib G, „*Keegi nagu teeks su kolba lahti, paneks sinna väikese ümbriku sisse, ja paneb kolba kinni. Ja sa teadki kõike. Tuleb lihtsalt kuskilt.*“ Sellise seletamatu päritoluga infona toovad intervjueeritavad välja näiteks just eelpool kirjeldatud arusaamu maailma kosmilistest mõõdetest, aga ka isiklikumat laadi infokilde. Näiteks Z-l avanes psühheedelikumide toel väidetavalt võimalus teada saada oma tulevase abikaasa nimi, kuigi tal puudus selle vastu enda sõnul igasugune huvi. Siinkohal on muidugi paslik täpsustada, et selle infokillu tõeväärtust pole võimalik täna veel hinnata, kuna abiellumiseni pole Z jõudnud. Samas võib ootamatu info intervjueeritute kogemuse põhjal olla ka mõni uus pähetulev tegutsemisviis oma pikaajaliste eesmärkide teostamiseks või näiteks lihtsalt selge arusaam enda ülesandest elus.

5.4.2. Psühheedeelsete ainete mõjul tekkiva semioosi rakendusvõimalused

Kuna psühheedeelsete ainete toel muutuvad taju- (ja mõju)pidemed annavad võimaluse saada ligi tavapärasega võrreldes erakordsetele semioosivõimalustele, leidsid intervjuudes käsitlust ka mõttearendused selle kohta, kuidas tekkivaid tõlgendeid, nende abil saadavat informatsiooni, enda ja teiste kasuks saaks rakendada.

Kolm intervjuueeritavat tõdesid, et on kasutanud psühheedeelseid kogemusi mingil määral selleks, et leida vastuseid oma elu aktuaalsetele probleemidele ning on püstitanud endale vastavasisulise eesmärgi või esitanud taotluse. „*Siis ma küsin hästi palju küsimusi, ja need vastused tulevad mu ette ja siis ma saan sealt edasi minna ja neid vastuseid täpsustada. See vastus on kuidagi olemas mu sees,*“ selgitab protsessi, mis taotlust psühheedeelikumide toel ellu aitab viia A. „*Ükskord ma küsisin küll, et ma tahaksin õppida end armastama,*“ avab oma taotluste iseloomu Z. U selgitab, et taotlus aitab psühheedeelset kogemust ja tekkivaid tajupidemeid muu hulgas ka paremini hallata, struktureerida: „*Psühheedeelse tripi ajal, mul on selline tunne, et kui sa just enne ei ole mõelnud seda taotlust välja endale, mida sa tahad sellest, siis see kõik sõltub juhusetest, mida sa koged, näed ja mõtled sel ajal.*“ Seejuures leiab ta, et psühheedeelsete ainete toel on lihtsam saavutada enesele seatud mentaalseid eesmärgi, kuna keskendumisvõime on parem ning soov vastust leida intensiivsem, mistõttu ei ole painava probleemi juurest tähelepanu eemale suunata nii lihtne nagu tavaolekus.

Kõik intervjuueeritud tõdesid mingil moel, et psühheedeelikumidest võiks olla nende elu muutmisel ja parandamisel abi nii tänu avalduvale uuele infole kui ajutiselt muundunud tajupidemete toel tekkinud eneseusule, mis võiks aidata targemalt oma eesmärkide suunas liikuda. Z toob siinkohal näiteks, kuidas mõistis psühheedeelikumide mõjul aastaid tagasi, et tema sotsiaalsetes olukordades esilekerkiv enesessetõmbunud olek on probleem, millega tuleks tegelema hakata. Ta kirjeldab, kuidas otsustas just seetõttu psühheedeelse kogemuse järel oma suhtlusoskust juhuslikele võõrastele esitatavate kaarditrikkide toel arendama hakata. Samuti on ta endalegi ootamatult saanud psühheedeelseid aineid tehes üle oma intonatsiooniga seotud kompleksidest. G arutleb, et psühheedeelsed ained võiksid anda motivatsiooni ja planeerimisvõimet oma eesmärkide teostamiseks: „*Ma pean midagi selles osas ette võtma. Ja see mõte, kui see emotsioon ja see löök tuleb sulle tugevalt, siis seda on lihtne kaasa võtta. Ja sellest kinni hoida ka peale trippi. Kuus kuud.*“ „*Tripid näitavadki sulle nagu seda lõppsihtkohta, et kuhu sul on võimalik jõuda, aga selle töö vahepeal... sa pead ju ise ära tegema,*“ tõdeb A, arutledes selle üle, mil määral võiksid psühheedeelikumid vaimseid eesmärgi toetada. Samas nendib ta, et psühheedeelsed ained aitavad mõista, kui suur võim meil oma elu üle

tegelikult on, need muudavad enesekindlamaks: „*meie elu on meie enda kätes.*“ F tõdeb, et psühheedeelikumide toel saadud taipamised pakuvad esialgu palju „väljundit“, teostamisvajadust, kuid need kipuvad ununema.

Seejuures tuleb välja, et teatav osa psühheedeelikumide toel saadavaist tõlgenditest ja/või informatsioonist kipub kaduma juba selle tekkimise hetkel või vahetult peale ainete farmakoloogilise mõju lakkamist, kuna on niivõrd hoomamatud. Kuigi mitu intervjueeritut on proovinud saadud taipamisi üles kirjutada, on ka see sageli keeruline, kuna keel märgisüsteemina tundub avalduvate tajupidemete ja tõlgendite edasiandmiseks kuidagi piiratud olema. „*Sa koged palju rohkem, kui sa suudad kirjeldada,*“ selgitab A. „*Kuidas sa mingit kümnet kihti mõtteid, mis on üksteise peal, ütled korraga välja? Ja siis hakkad neid selekteerima ja siis juba ju tuleb uus kiht. Mul puudub see oskus,*“ täpsustab probleemi olemust F. Ta meenutab ka psühheedeelsete ainete keemilise mõju kestel tekkinud olukorda, kus tal tekkis vastupandamatu soov jooksta naabermajas elava kaine sõbra juurde, kellelt ta lootis abi saada oma mõtete kirjapanekul. Z arutleb, et keelega „*pole võimalik anda sümbolitele tähendust*“ ning kinnitab, et see võib kujuneda probleemiks, kui infotulv on nii suur nagu psühheedeelikumide mõju kestel.

G täpsustab, et vahetult peale psühheedeelseid kogemusi suudaks ta vähemalt nende visuaalseid osiseid sõnadega kirjeldada, kuid „*vaimsete kogemuste*“ puhul on oht, et see tundub „*absurdne*“ ja „*uskumatu*“, „*keegi ei viitsi seda kuulata.*“ Kaks intervjueeritut tõdesid, et kogemuse lõpufaasis kirjalikult üles tähendatud ideed, võivad isegi endale hiljem mõistmatud tunduda, kuid nt A leiab, et see ei vähenda kirjeldatu tähenduslikkust või tõepärasust, ega muuda seda tema hinnangul naeruväärseks. Ta leiab, et pigem peaks tunnistama keele ja muude märgisüsteemide piiratust psühheedeelsete ainete toel saadud kogemuste edasiandmisel ning leiab, et „*kirjeldamatu pole ju vähemväärtuslik*“.

Siiski jääb intervjueeritute jutust kõlama, et psühheedeelsetest kogemustest saadud taipamiste ja tõlgenduste üleskirjutamisest võiks olla abi, et nende toel oma elus suuremaid muutuseid teha. Kirjutamine aitaks sellisel juhul tagada, et olulised ideed ja mõtted ka hiljem meeles püsiksid. Intervjueeritud kirjeldavad, kuidas vahetult pärast kogemust on väga lihtne värske motivatsiooni ja uute saadud teadmistega oma eluprobleemidele ja -plaanidele otsa vaadata ning mõnel juhul kestab „*uutmoodi sära*“ mitu kuud või isegi aasta. Ajaga see selgus ja tegutsemisind aga paratamatult kaovad, tuhmuvad. Näiteks Z kirjeldab, kuidas ta pärast oma *jurema* kogemust mitu aastat end selle tajutavas mõjus tundis olevat: „*Aga praeguseks ma tunnen ikka, et ma olen nii tagasi läinud sinna tavainimese argirütm. Et enam ma ei tunne seda aukartust ning suurt ühendust nagu kõikvõimsuses, mida ma enne tundsin.*“ A leiab, et

oma osa mängivad selle juures tajupidemed, mis tavaelus hoopis teistsuguse kvaliteediga on: „*Igapäevaelus meil kuidagi see ego ja materiaalne maailm nagu suruvad tugevamalt peale.*“ U justkui kinnitab neid mõtteid, väites, et kuigi ta ise ei näe oma tänast elu olevat otseses vastuolus psühheedelsete ainete toel tekkinud väärtuste ja hinnangutega, siis vaataks ta ilmselt psühheedelikumide vahetu mõju all mõningaid oma eluvalikuid kahtlevalt või kõhklevalt. Just see, et muutunud taju- ja mõjupidemete toel saavad võimalikuks seni kättesaamatud tõlgendid, mis võivad osutada elumuutvaks ning panna oma elu ümber hindama, on samas ka põhjus, miks ta kõigile inimestele selliste ainete tegemist ei soovitaks: „*See võib viia päris suurte, nagu kardinaalsete muutusteni sinu elus. Et küsimus on ka selles, kas sa oled tegelikult ka valmis selliseks asjaks.*“

Kuna intervjuudes leidsid palju käsitlust viisid, kuidas psühheedelikumide toel saadud kogemused inimese maailma väärtusi ja tähendusi ümber kujundavad, siis tuli intervjuueeritutega jutuks ka psühheedelsete ainete potentsiaal lahendada erinevaid psühholoogilisi probleeme. Üldiselt arvasid intervjuueeritud, tuginedes enda positiivsetele psühheedelsetele kogemustele, et sellistel ainetel on suur potentsiaal suurte psühholoogiliste probleemide lahendamisel. Näiteks G usub, et psühheedelse kogemuse toel võiks olla lihtsam leida motivatsiooni näiteks alkoholisõltuvuseks vabanemiseks, kuigi nendib, et ka endal peab olema selleks teatav valmisolek. U aga usub, et psühheedelikumid võivad just olla abiks ka inimestele, kellel muidu on raske harjumuspärastest mõttemustritest välja saada, kuna need aitavad justkui „*murda sellest pähklikookest välja*“. Samas nenditakse, et kindlasti peaks psühheedelseid aineid teraapiavahendina kasutades pöörama tähelepanu turvalisele keskkonnale, võimalusel asjalikule, teaduspõhisele juhendajale ning nenditakse, et aineid peaks sellisel juhul tarvitama väikeste, kontrollitud koguste kaupa. Nagu juba ka eelpool välja on tulnud, siis võib psühheedelikumide mõju olla tihti ootamatu ja kontrollimatu, mistõttu neli intervjuueeritut viiest neid kindlasõnaliselt teistele ei soovita.

5.5. Psühheedelsete ainete potentsiaal kutsuda esile püsivaid muutuseid inimese taju- ja mõjuilmas

Selleks, et saada aimu psühheedelsete ainete potentsiaalset kujundada inimese väärtuseid ja tõekspidamisi ning nendest tulenevat käitumist, tuleks lühiajaliste maailmam muutuste kõrval keskenduda just psühheedelsete ainete pikaajalisele mõjule indiviidide taju- ja mõjuilmas. Kindlasti on psühheedelsete ainete toel tekkivate tajupidemete ning semioosiprotsessi

tundmine ja selgitamine oluline, et mõista selliste ainete potentsiaali ja tagamaid kutsuda esile pikaajalisi muutuseid omailmas. Objektivse reaalsuse toimimise seisukohast väärivad aga rohkem tähelepanu sellised psühheedelikumide esile kutsutud muutused, mis tõepoolest ka jäävad inimese omailma pikaajaliselt mõjutama.

Sellega seoses palusin intervjuuerituil hinnata, missugusel moel on nad psühheedelikumide toel saanud taipamisi oma ellu kaasa võtnud ning analüüsida, kuidas on ainete toel saanud taju- ja mõjukogemus ning nende põhjal loodud tõlgendid mõjutanud nende identiteeti, väärtuseid, maailmavaadet või käitumisotsuseid. Selline eneseanalüüs tundus intervjuerituile pigem keerukas. Eelkõige seetõttu, et omailma kujunemine on kõigi intervjueritute hinnangul kompleksne protsess ning lisaks psühheedelsetele kogemustele on seda mõjutanud ka mitmesugused muud tegurid ja informatsioon – semiootilised märgid ja tõlgendid.

Näiteks A-1, kes tegi esimest korda psühheedelikume üsna varajases nooruses, on enda sõnul keeruline eristada, kas ja mil moel on need ained kujundanud mõningate tema baasväärtuste teket. Ta toob välja tema jaoks enesestmõistetava idee kõige ühenduvusest, teadlikuse „*maisest ja vaimsest maailmast*“, mis on suure tõenäosusega suuremal või vähemal määral pärit psühheedelsetest kogemustest. Lisaks leiab ta, et ilmselt osati tänu psühheedelikumidele, ei kipu ta tähtsustama igapäevaelu üle nii nagu ta on märganud paljusid teisi inimesi tegevat. Ta nendib, et kuigi ta ise „*jääb ka tihti kinni*“ igapäevastesse probleemidesse ja pealtnäha suurtesse otsustesse, siis on ta jaoks kusagil tagaplaanil kättesaadav teadmine, „*...et sa tegelikult oled orav, kes on rattas; mitte, et oled orav. Saad aru, et nii ei jõua kuhugi.*“ Seetõttu hindab ta end ka lihtsamini ühist keelt leidvat inimestega, kes jagavad sarnaseid tõekspidamisi. A väidab ka, et paljuski tänu psühheedelikumidele puudub tal otsene hirm surma ees, ta näeb elu suurema teekonnana kui pelgalt lõik elust-surmani. Samas on tema jaoks oluline elada elu kooskõlas ümbritseva, looduse ning iseendaga, pidades neid kõiki suures plaanis omavahel tugevalt ühenduses olevat. Lisaks leiab ta, et psühheedelikumid on õpetanud teda paremini mõistma ja tundma enda potentsiaali ja võimekust oma elu juhtida.

„*Mina paneks küll kõik enda iseloomu ja isiksuse ainult ainete alla,*“ nendib Z, kirjeldades, kuidas hakkas enda hinnangul üldse päriselt mõtlema kanepi mõju all. Kuigi kanep ei kuulu käesoleva töö huviorbiiti, siis väidab Z ka psühheedelikume enda omailma kujunemist oluliselt mõjutanud olevat. Juba eelpool on mainitud Z-i psühheedelikumide toel kinnitust leidnud veendumused reaalsuse sarnanemisest simulatsioonile. Samuti sai eelpool kirjeldatud, kuidas ta psühheedelikumide toel oma elus strateegilisi muudatusi on teinud, näiteks asunud arendama oma suhtlusoskust ning sotsiaalset avatust. Sarnaselt A-le peab ta oluliseks

looduslähedast eluviisi, mis soosib „pingutamist“ ning peab end väga tolerantseks ja rahumeelseks „tüübiks“, kes „ei võta asju liiga tõsiselt.“ Lisaks peab ta oluliseks välja tuua, et sugugi mitte kõik psühheedeelsete kogemuste toel saadud veendumused ei jää püsima. Ta toob näiteks mõned varasemad arusaamad sellest, „kes me oleme, kust me tuleme ja kuhu suundume“, mis kippusid muutuma pärast iga „rännakut“. Tänapäevaks on tal tekkinud selliste teemade osas aga püsivama loomuga arusaamad, justkui lõplikud tõlgendid, mis inspireeritud nii psühheedeelsetest tajukogemustest kui ka muust informatsioonist. Lisaks tõdeb ta aga, et „enesearmastamise tundmaõppimine“, mis oli ta taotlus ühel psühheedeelselt rännakul, on tema jaoks tänaseni käimasolev protsess. Sel moel kinnitab ta, et kuigi tema jaoks on psühheedeelsete kogemuste toel saadud tajukogemused ja nende tõlgendused väga väärtuslikud ja mõjukad, on siiski ka muid mõjureid, mis tema maailma kujundavad.

U tõdeb, et kõige elumuutvamaks kujunes tema jaoks esimene psühheedeelne kogemus, mil ta tajus enda õnne seotust oma lähedaste heaoluga ning mõistis selgemalt väärtuseid, mis tema elu tänaseni kandma on jäänud. Seejuures ei usu ta, et psühheedeelikumid oleks avanud mõne tema isiksuse senitundmatu kihi, kuid „need muutsid ta rohkem enda nägu“, andes ellu kaasa justkui omamoodi „kompassi“. See aitab tal lähtuda oma otsustes enam lähedaste heaolust: „Ma olen nagu alati saanud aru, et kohe, kui ma jään rohkem oma mingite murede ja hädade, asjade peale mõtlema, siis ma kaevan endale auku.“ Ta leiab, et „selgust“ aitab tal paremini saada ümbritsevale ja selles toimuvale keskendumine. Seejuures leiab ta ka, et kuigi järgnevad psühheedeelsed kogemused pole osutunud nii elumuutvateks, on ta neist saanud põnevaid uusi vaateid ja lähenemisenurki elule, mis küll otseselt ei „mõjuta reaalsust“, kuid aitavad seda teistmoodi kogeda ning ka enda sisemaailma paremini mõista.

F toob välja, et võimalus psühheedeelikumide toel meie ühiskonnakorraldust tavapärasega võrreldes teise pilguga uurida, on tekitanud temas palju küsimusi ning ka üksjagu kahtlusi selle ülesehitusloogikas. „Noh, see on ka natuke imelik värk, ma näen seda niimoodi veidi nagu siinamaani. Et ma ei tahaks selles süsteemis niimoodi väga nõõrimööda käia,“ tunnistab ta muutunud tajukogemuse ja selle toel tekkinud tõlgendite mõju püsijäämist. Ta tunnistab, et on kogenud teatavat trotsi psühheedeelikumide tekitatud tajupidemete hajumisel ja kadumisel, kuna „tahaks alati nii avatult mõelda.“ Mõningaid inimesi oma ümber vaadates ei suuda ta mõista nende kalduvust tegeleda tema hinnangul suhteliselt tühistele probleemidega: „ma vaatangi seda asja lihtsamalt“. Samas ei leia ta, et ühtegi sellist suuremat muutust tema maailmas olevates veendumustes saaks pidada otseselt psühheedeelsete ainete tagajärjeks. „Ei ole sellist asja, ei ole. Et nüüd ma ütlen, aitäh sulle seeneke,“ selgitab ta, kuid väidab, et

psühhedeelsed kogemused on siiski omamoodi kinnitanud mõningaid tema veendumusi ning teistmoodi tajukogemused on avardanud omailma.

G-1 on intervjuerituist kõige raskem selgesõnaliselt kirjeldada, kuidas psühhedeelsed ained tema enesekogemust ning tõekspidamisi muutnud või vorminud on. Ometi nendib ta, et on siiski kindel nende teatavas mõjus oma elule ning meenutab, kuidas näiteks ca 10 aastat tagasi psühhedeelse kogemuse toel saadud taju või veendumus teda veel pikaks saatma ja mõjutama jäi. „*Mingist asjast ma hoidsin väga pikalt peale seda trippi kinni, mis nagu muutis mind. Ja tegi mu natukene teistsugusemaks,*“ kirjeldab ta. Paradoksaasel kombel ei suuda ta aga enam seda kogemust täpsustada ning jätab õhku nii võimalused, et „*see sai juba teoks*“ kui ka, et ununes lihtsalt ära. Üldiselt usub ta, et on igast kogemusest midagi kaasa võtnud. Samuti nendib G, et psühhedeelsed ained on pannud paika mõningad tema omailma perspektiivid ning aidanud tal teatavates eluaspektides rohkem väärtust näha. Konkreetse näitena toob ta siinkohal välja näiteks abielu. Seejuures leiab ta, et psühhedeelsetest kogemustest kaasa tulnud veendumused on tema kogemuse põhjal selgelt eristatavad.

Muidugi pole viie inimese eneseanalüüsi põhjal võimalik teha suuremaid üldistusi ega fundamentaalseid järeldusi selle kohta, milline on psühhedeelsete ainete pikaajaline mõju inimese taju- ja mõjuilmale. Ometi viitab see, et kõik intervjueritud tunnistavad teatavaid psühhedeelsete ainete toel tekkinud muutuseid oma omailmas, selliste ainete potentsiaalile kutsuda esile ümberkorraldusi inimeste taju- ja mõjuilmades. Seejuures mainisid pea kõik intervjueritud psühhedeelse kogemuse tagajärjel tekkinud püsivama iseloomuga omailma muutustena nt:

- Arusaama enda ja ümbritseva (loodus)keskkonna ühenduvusest ning vajadusest elada kooskõlas loodusega;
- Kalduvust ja/või soovi igapäevaprobleeme mitte liiga tõsiselt võtta ning elu mingil moel suurema tähenduse hoomamine;
- Arusaama reaalsus- ja/või enesekogemuste mitmekülgisusest (intervjueritute jutu põhjal tundub suurendavat ka empaatiat teiste inimeste/elusolendite suhtes).

Kuigi rõhutan veel kord, et viie intervjuu põhjal pole võimalik teha paikapanevaid üldistusi ega järeldusi selle kohta, mil moel inimeste omailm psühhedeelikumide toel muutuda võib. Ometi leian, et kolm väljatoodud mustrit psühhedeelseid kogemusi omavate intervjueritute eneseanalüüsis, võiksid anda inspiratsiooni ja võimalikke lähtekohti tulevasteks teadustöödeks, aga ka niisama mõtteainest. Kuigi minu intervjueritud tõdesid, et lisaks psühhedeelikumide toel tekkinud väärtustele mõjutavad nende käitumist ka paljud muud faktorid, on sellisel moel

tekinud tõlgenditel siiski teatav mõju nende sotsiaalsele käitumisesele. Näiteks tunnistavad mõningad intervjueeritavad, et arusaam vajadusest elada kooskõlas loodusega, ajendab neid tegema keskkonnasõbralikumaid tarbimisotsuseid, aga suunab ka nt elukohavalikuid ja toitumisharjumusi. Kaldumus igapäevaprobleeme mitte liiga tõsiselt võtta, suunab karjäärialaseid valikuid aga ka seda, millistele probleemidele ühiskondlikul tasandil oma tähelepanu tahetakse suunata. Psühheedelikumide toel tekkinud tolerantne erinevate kogemusviiside suhtes, on mõningate intervjueeritute hinnangul suurendanud nende sotsiaalset avatust ning huvi erinevate inimekogemuste tundmaõppimise vastu.

Niisiis võib kõige olulisemaks pidada intervjuude analüüsi tulemusel tekkinud tõdemust, et kõik psühheedelsete tajukogemustega kokkupuudet omanud inividid tuvastasid teatavaid nendest tingitud või mõjutatud muutuseid oma omailmas.

5.6. Psühheedelsed ained kui teadvuse muutunud vormide ning omailma semiootiliste ümberkorralduste esilekutsujad

Kuigi käesoleva uurimistöö peamine eesmärk oli mõista, missuguseid lühi- ja pikaajalisi muutuseid kutsuvad psühheedelsed ained esile inimese taju- ja mõjuilmas, siis käsitleti tekkinud kogemusi „teadvuse muutunud vormidena“. Sel moel püüdsin psühheedelseid kogemusi selgitada kui teadvuse muutliku ja dünaamilise iseloomu ilminguid, mis avalduvad pigem ajutiselt, kuid võivad inimese omailmas esile kutsuda ka pikaajalisemaid muutuseid – teadvuse muutunud seisundeid, millest omakorda võib kujuneda inimese n-ö normaalolek.

Muidugi tuleb siinkohal nentida, et ka inimese normaaloleku puhul pole tegemist täiesti staatilise seisundiga ning teatav muutlikkus paistab teadvusesse, mis reguleerib inimese ja keskkonna semiootilisi suhteid, igal juhul sisse kirjutatud olevat. Käesoleva uurimistöö teoreetilise ja empiirilise osa põhjal võib minu hinnangul üsna kindlameelselt väita, et psühheedelikumid muudavad vähemalt nende keemilise mõju ajal märkide tõlgendamisprotsesse ja inimese omailma piisavalt märkimisväärselt, et rääkida võiks teadvuse muutunud vormidest. Käesolevas peatükis arutlen selle üle, milliste semiootiliste protsesside toel võiksid psühheedelikumid esile kutsuda ka püsivama iseloomuga teadvuse muutunud seisundeid.

Intervjueeritute kogemuskirjelduste põhjal tuli hästi välja, et psühheedelsete ainete esile kutsutud taju- ja mõjupidemete muutuste tõttu jõuab inimese omailma suur hulk uusi märke ja tõlgendeid. Seejuures võivad nii mõnedki neist intervjueeritute jutu põhjal mõjuda omailmas

seni valitsenud arusaamade, tõekspidamiste ja väärtuste kõrval ootamatult ja üllatavalt. Samuti tõid intervjueritud näiteid psühhedeelsete kogemuste mõjul ilmnevatest märkidest ja tõlgenditest, mille päritolu jääb neile mõistmatuks ning nenditi, et tähenduslikus plaanis toimub omailmas ka palju sellist, mida juba vahetult pärast kogemust meenutada ja/või kirjeldada ei suudeta.

Psühhedeelikumid kutsuvad esile märkimisväärseid ümberkorraldusi omailma semiootilistes süsteemides nii ainete mõju kestel kui selle lõppedes. Lühiajalised teadvuse muutused toovad tänu muutunud tajupidemeile omailma palju uusi märke ja tõlgendeid, kuid eriti olukorras, kus need on kvalitatiivselt väga erinevad sellistest semiootilistest tähendusandjast, millega varasemalt kokku on puutunud, siis on inimesel keeruline neid kohe oma varasemate väärtuste, hoiakute ja arusaamadega siduda. Just seetõttu võivad lühiajalised teadvuse muutused, teadvuse muutunud vormid, olla kaootilised, segased ning paljuski keerulised.

Pikaajalisi teadvuse muutuseid iseloomustab lühiajalistega võrreldes suurem semiootiline korrastatus – muutunud tajupidemete toel tekkinud märgid ja tõlgendid on integreeritud püsivama loomuga märgisüsteemidesse, mille tulemusel tekib teatav omailma rahuldav stabiilsus. Just semiootiline stabiilsus on ka see, mis paistab soodustavat inimese dünaamilisema mõjuilma ilmumist. Kui kogemuse ajal tekitab kaootiline tajuilm vajaduse suunata tähelepanu eelkõige oma mõtletegevuse, siseilma korrastamisele, siis omailma süstematiseeritum tähendussüsteem aitab suunata pilgu enam väljapoole. Nii on võimalik psühhedeelikumide keemilise mõju lõppedes piltlikult püsti tõusta tugitoolist ning asuda värskete ideede ja mõtetega ümbritsevas keskkonnas tegutsema.

Seejuures tundub, et mõned inimesed on teadvuse püsivama loomuga muutuste, teadvuse muutunud seisundite tekkele, vastuvõtlikumad kui teised. Selles, kuidas ja mil moel psühhedeelikumide toel tekkinud märke tõlgendatakse ning omailma integreeritakse, paistab olulist rolli mängivat omailma semiootiline avatus. Nii tuli ka minu valimi intervjuude põhjal välja, et osad intervjuerituist nägid psühhedeelset tajukogemust nii kogemuse ajal kui järel illusoorsemana kui teised ning seetõttu omistati sel moel saadavale infole ka erinevat väärtust. Kuigi kõik minu intervjueritud olid leidnud psühhedeelsete ainete mõju all saadud tõlgenditest midagi sellist, mis nende omailma pikaajaliselt ning nende hinnangul pigem positiivselt mõjutama jäi, siis ei pruugi see olla nii mõne teistsuguse valimi puhul.

Kõik intervjueritud kirjeldavad, kuidas on kõrvalt näinud olukordi, kus psühhedeelsete ainete mõjul tekkivad intensiivsed tajupidemed ja tavapärasest harjumatumad mõjupidemed, koos nende tulemusel muutunud semioosiprotsessidega, kutsuvad esile negatiivseid

reaktsioone – ängistust, segadust, turvatunde kadumist ning soovi naasta oma tavaolekusse. Kaks intervjueeritut on sellised olukordi ka ise kogenud ning on saanud abi nt naasmisest mõnda enda jaoks turvalisse keskkonda või lihtsalt „kontrollitunde“ puudumisele alistumisest. Just see, kuidas ja mil määral suudetakse leppida, toime tulla psühheedelikumide keemilisele mõjule iseloomuliku kaootilise omailmaga ning mentaalse agentuse puudumisega, paistab mõjutavat ka kogemuse kulgu. Psühheedelikumid paistavad esile kutsuvat agentse mina-tunde lahustumist, suurt „ühenduvustunnet“ koos väga rikkaliku, nüansirohke ning värvika tajuilmaga. Mitu intervjueeritut nendivad, et selline kogemus ei pruugi sugugi mitte kõigile meeldiv ega ka vajalik olla, mistõttu võiks psühheedelsete ainete tarvitamisotsus hästi läbimõeldud ja planeeritud olla. Lisaks toodi muidugi korduvalt välja ka psühheedelikumide toksilisi omadusi, mis eriti suurtes kogustes ka füüsiliselt keerulised taluda võivad olla.

Hinnang sellele, kas psühheedelikumide esile kutsutud teadvuse muutused on mingil moel paremad või kasulikud kui need, mis avalduvad mõnes muus teadvuse muutunud vormis, on ilmselt väga individuaalne. Niisiis võivad mõne inimese jaoks semiootiliselt tähenduslikumad olla näiteks märgid ja tõlgendid, mis avalduvad unenägudes, samas, kui teine muutunud teadvuse vormides ilmnevates taju- ja mõjupidemeis üldse midagi väärtuslikku ei näe. Psühheedelikumide mõjul tekkivad teadvuse muutunud vormid, nendega kaasnevad taju- ja mõjuilmad, on ühed paljudest võimalustest keskkonnaga suhestumiseks. Seejuures kuuluvad psühheedelikumide esile kutsutud teadvuse muutused selliste hulka, mille tekkimist on inimesel endal mingil määral võimalik kontrollida, mistõttu eeldab psühheedelikumide tarvitamine juba teatava semiootilise avatuse olemasolu. See, kas ja kui suur on sellise avatuse taga peituv vajadus omailma tähenduslikeks ümberkorraldusteks sõltub aga inimesest.

Selleks, et kõrvutada psühheedelikumide toel tekkivaid taju- ja mõjuilmasid teiste teadvuse muutunud vormidega, palusin intervjueeritutel hinnata distantsti saadud kogemuste ning oma tavaoleku vahel. Üldjuhul jäi kõlama arvamus, et psühheedelne tajukogemus on kardinaalselt erinev kõikidest teistest teadvuse muutustest, mida intervjueeritud kogenud on, ning nad ei näe võimalust, et nii kardinaalselt muutunud taju- ja mõjuilma muul moel sama kiiresti esile kutsuda oleks võimalik. Samas rõhutavad mitu intervjueeritut, et nende põhiolemus jääb hoolimata psühheedelikumide mõjust ikkagi samaks ning muutunud on vaid nende kogemisviis, taju- ja mõjupidemed enda ja ümbritseva suhtes. Võib-olla just seetõttu leiavad kõik intervjueeritud, et teoreetiliselt võiks sellise omailmani jõudmine olla võimalik ka ilma psühheedelsete aineteta, kuid ilmselt toimuks see siis teadvuse järk-järguliste, mitte nii äkiliste, muutuste toel. A käsitleb psühheedelset tajuilma lausa kui omamoodi „lõpp-eesmärki“.

„Ma arvan küll, et ained näitavad nagu akent sinna, kuhu võiks jõuda, aga see on ainult aken,“ nendib Z. F kasutab sama idee väljendamiseks „värava“ metafoori: „Siis ma mõtlen, et miks see värav siis kinni läheb või kas ta läheb ikkagi kinni. Ta mingil määral tuleb ju ikka lähemale ja mingil hetkel saab seda ehk niisamagi avada.“ G ja U on skeptilised, et taolise enesekogemuseni jõudmine võiks olla võimalik, kuigi arutavad, et nt meditatsioon või teatud hingamismeetodid võiksid teekonda hõlbustada. A toob välja, et nt psühheedelikumide toel tekkinud intensiivset meelelist tajukogemust, eriti tundlikkust puudutuste suhtes, on ta omal moel kogenud ka peale *vipasana* meditatsiooni. Z märgib, et tema mõttevahetustest erinevate vaimsete praktikate harrastajatega on välja tulnud psühheedelsete kogemuste sarnasus selliste teadvuse muutustega, mida on võimalik kogeda järjekindla praktiseerimise toel. „Jah, aga ma ütlen väga realistliku inimesena, kuidas, kellel on see aeg, pühendumus - see peab olema sinu jaoks siis kõige olulisem probleem, millega sa tegeled,“ hindab U distantsi ja võimalusi jõuda ilma ainete abita psühheedelsete tajukogemusteni ning peab psühheedelikume siinkohal omamoodi „*shortcut*’iks“. G nõustub, et kuigi ta ei usu endal elu jooksul selleks motivatsiooni olevat ning eesmärk on väga ambitsioonikas, siis võib suure pühendumuse ja pealehakkamise puhul olla võimalik püsiv üleminek taolisesse tajuilma, mis tekib psühheedelikumide toel.

F arutleb siinkohal veel ka, kuidas võiks psühheedelikumide mõjul tekkiv mõjuilm, millele omane üldiselt ebatavaliselt passiivne ja rahulik, kuid mõningail juhtudel kontrollimatu käitumine, sobituda meie argiellu. Nii juurdleb ta näiteks, kas inimene, kel on püsiv ligipääs sellise iseloomuga tajuilmale, nagu tekib psühheedelikumide mõju all, suudaks käia poes. Ta jõuab veendumusele, et ilmselt suudaks, kuid sellisel juhul peaks veidi arenema ka enesekontroll, et tulla toime näiteks „*naeruhoo*gudega“. Ka mitme teise intervjuueritu jutust tuleb välja, et kuigi psühheedeelsed ained võivad hästi toetada sisekaemust ning pakkuda põnevat vaheldust, siis pole nende mõju ajal võimalik tegeleda oma argiste tegevustega tavapärasel moel, eriti nendega, mis nõuavad märkimisväärset enesekontrolli ja pingutust. Psühheedelikumide keemilise mõju ajal paistab inimese tähelepanu olema pigem mõjuilmal kui tajuilmal, mistõttu „*unustatakse*“ end näiteks loodusnähtuseid uurima või lihtsalt tundideks istuma. Tajuilma virvarr ning tavapärasega võrreldes moonduvad ajataju soodustavad pigem mentaalsete eesmärkide kallal töötamist kui füüsilisi tegusid mõjuilmas. A ja Z leiavad, et kasu võiks saada sellisest teadvuse muutunud seisundist, kus on ligipääs sarnasele tajuilmale, mida on võimalik kogeda psühheedelikumide mõju kestel, kuid tavapärane mõjuilm ja tegutsemisvõime säilivad. Seejuures nendivad mõlemad, et teataval määral on selliseid teadvuse ja omailma muutuseid võimalik psühheedelikumide abil ka püsivamalt esile kutsuda,

kuigi nende iseloom pole päris identne psühhedeelikumide vahetu keemilise mõju ajal tekkivatega.

Sellest, et psühhedeelsete kogemuste järgselt pöörduakse tagasi teistsugusesse teadvuse seisundisse kui lähtekoht, annavad tunnistust juba intervjueritute kirjeldused pikaajalistest muutustest nende omailmas. Psühhedeelsest kogemusest on nende hinnangul võimalik kaasa võtta tõlgendid enda ja ümbritseva kohta, mis muidu kättesaamatud tunduvad olema ning seeläbi on võimalik kujundada oma elu, semiootilisi suhteid keskkonnaga, mingil uuel või efektiivsemal moel. Keeruline on aga hinnata, kas uus seisund on varasemast kvalitatiivselt piisavalt palju erinev, et rääkida võiks üleminekust uude teadvuse seisundisse. Mulle tundub, et see, mil määral integreeritakse psühhedeelsete ainete esile kutsutud teadvuse muutunud vormi(de)st saadud tajukogemusi ja tõlgendeid oma igapäevasesse ellu, on ikkagi väga individuaalne. Psühhedeelseid kogemusi võib käsitleda nii G moel ajutisena, „*Switchib sul teise kohta korraks ja tuled sealt tagasi*,“ kui ka, tunnistades, et päris sama pole enam miski. Kindlasti on omailmamuutused usaldusliku eneseanalüüsi puhul hõlpsamini tuvastatavad kui mõnes muus kontekstis, näiteks vastates võhivõõra päringule: „Kas psühhedeelikumid on sind muutnud?“. Seda, miks osad inimesed on suurema semiootilise avatusega kui teised ning enam motiveeritud teadvuse muutuseid esile kutsuma, oleks kindlasti põnev uurida ka tulevaste teadustööde raames.

Kokkuvõte

Käesoleva magistritöö eesmärgiks oli mõista, missugust mõju ja miks avaldavad psühheedeelsed ained inimese enesekogemusele ning käitumisele. Seetõttu uurisin selles psühheedeelikume kui erinevaid teadvuse muutunud vorme esile kutsuvaid aineid ning kirjeldasin seda, millist mõju avaldavad need inimese taju- ja mõjuilmale, kokkuvõtlikult maailmale. Teadvust käsitlesin selles töös biosemiootilises raamistikus, uurides selle dünaamilisi omadusi kui katkematu semioosi ilminguid, mille tulemusel on inimesel võimalik ümber kujundada tähenduslikke suhteid enda ja keskkonna vahel.

Teoreetilises osas selgitasin teadvuse kui nähtuse paradigmaatilist mitmetimõistetavust ning seda, missuguseid võimalusi pakub teadvuse uurimisel biosemiootiline lähenemine. Kui esimesest peatükist tuli välja, et mitmeid teadvusega seotud probleeme saab lahendada interdistsiplinaarsete uuringute toel, siis teises peatükis selgitasin, miks pole biosemiootilises raamistikus võimalik mööda vaadata teadvuse dünaamilisest iseloomust. Seejuures andsin ülevaate töö aluseks olevast Uexküll'i maailmateooriast ning selgitasin olulisemaid semiootilisi mõisteid, mida kasutasin käesolevas töös teadvuse muutuste kirjeldamiseks organismi maailmas ilmnevate tähendussuhete toel. Muu hulgas nentisin, et teadvust saab biosemiootilises raamistikus käsitleda kui maailmas toimuvat tähendusloomet siduvat süsteemi või nähtust, mida võib samastada semioosiprotsessidega, kuid näha ka nende põhjuse, käivitava jõuna.

Kolmandas peatükis selgitati, et teadvuse muutunud vormidena käsitletakse käesolevas töös lühiajalisi, ajutise ja veidi kaootilise loomuga teadvuse muutuseid, millel on potentsiaal muutuda semiootiliselt stabiilsema iseloomuga ning pikema kestvusega teadvuse muutunud seisunditeks. Ühtlasi toodi selles peatükis näiteid erinevatest teadvuse muutunud vormidest ning selgitati nende iseloomu ning tekke- ja esilekutsumisvõimalusi. Neljandas peatükis keskenduti aga põhjalikumalt selliste teadvuse muutunud vormide iseloomule, mida kutsuvad esile psühheedeelikumid. Selgus, et kuigi psühheedeelikumide mõju on väga kontekstuaalne, siis on võimalik täheldada teatavaid ühisjooni erinevates psühheedeelsetes kogemustes, mille pikaajalise mõju avaldumine võib sõltuda semiootilisest avatusest. Nentisin, et kuigi

psühheedeelsete ainete mõjul tekkival semioosiprotsessil on kahtlemata iseärasusi, mis seotud eelkõige muutunud taju- ja mõjupidemetega, siis on selle ülesehitus siiski sarnane inimese tavaolekus toimuvatele tõlgendamise protsessidele, mistõttu on võimalik psühheedeelsete ainete mõju käsitleda olemasolevate biosemiootiliste teooriate abil.

Töö empiirilises osas uurisin viie süvaintervjuu põhjal psühheelikumide mõjul ilmnevat muutust inimese taju- ja mõjuilmas ning semiootilistes protsessides. Selgus, et psühheedeelsele kogemusele on iseloomulik tavapärasest oluliselt intensiivsema iseloomuga tajuilm, mis soosib keskendumist siseilmas toimuvale ja rahulikku olemist, mistõttu on dünaamikat mõjuilmas vähem. Ilmselt just uus, kummastav ja üllatav semiootiline info koos suurenenud assotsiatiivsusega on see, mis muudab psühheedeelsed kogemused mingil moel kaootiliseks ning intervjueritud väidavad, et neid on ka raske kirjeldada. Sellest hoolimata on mitmeid psühheedeelsete ainete mõjul tekkinud märke ja tõlgendeid intervjueritute hinnangul võimalik kogemuse järel integreerida omaailma märgisüsteemidesse. Nõnda kutsuvad psühheedeelsed ained esile pikaajalisi muutuseid inimese omaailmas, mida võib käsitleda ka uute teadvuse muutunud seisunditena. Seejuures tundub, et mõjuilm muutub dünaamilisemaks just pärast psühheelikumide keemilise mõju lõppu, mil kogemuse käigus tekkinud märkidest ja tõlgenditest justkui ülekoormatud omailm on semiootiliselt korrastunud, mingil määral stabiliseerunud. Nii saavad tekkida uued (või kinnistuda vanad) väärtushinnangud ja hoiakud, mis vajalikud sihikindlaks ja julgemaks tegutsemiseks.

Töö raames intervjueritud töid omailmamuutuste muustritena välja näiteks suurenenud sidet ja ühenduvustunnet ümbritseva (loodus)keskkonnaga ning avardunud tajuvõimaluste toel väidetavalt suurenenud empaatiat teiste elusolendite suhtes. Samas on aidanud psühheedeelsed ained intervjuerituil ka üldiselt omaailma keerulisematele küsimustele, probleemidele vastuseid leida ning mitu intervjueritut tõdes, et on selliste ainete mõjul hakanud oma elu igapäevaseid osasid nägema ühteaegu nii lihtsama kui tähenduslikumana. Kuigi käesoleva töö valim oli väike, mistõttu ei saa selle põhjal teha suuri üldistusi selle kohta, mil moel täpselt psühheelikumid inimese omaailma mõjutavad, annavad eelpool kirjeldatud muustrid aimu selliste tahtlikult esile kutsutud semiootiliste ümberkorralduste mõjust inimese sotsiaalsele käitumisele. Kindlasti võiks psühheelikumide mõju inimese mõjuilmale tulevikus uurida täpsemalt ka keskendumumalt konkreetsetele sotsiaalsetele või kultuurilistele nähtustele: nt keskkonnahoid, tarbimiskäitumine, kogukondlik eluviis jm.

Töö põhjal on võimalik mõista viie eestlase motivatsiooni tarbida teadvuse muutuseid esilekutsuvaid psühheelikume, kuid selle teoreetilisest osast tuli muu hulgas välja, et huvi teadvuse muutuste ja nende esilekutsumiseks kasutatavate tehnikate vastu võib vastavalt

kultuurile ja religioonile oluliselt varieeruda. Seetõttu usun, et teadvuste muutuste dünaamikat tasuks semiootilises raamistikus uurida ka teistsuguste valimite ning teadvuse muutunud vormide (nt religioossed kogemused, unenäod, hüpnoos jm) näitel, et mõista paremini subjektiivse enesekogemuse kujunemise semiootilisi mehhanisme. Kuna tundub, et mõned inimesed on enam motiveeritud teadvuse muutuseid esile kutsuma kui teised ning nende käigus tekkinud märkide ja tõlgendite integreerimine maailma varieerub indiviiditi, siis oleks tulevaste teadustööde raames põnev uurida sellise semiootilise avatuse põhjuseid ja tagamaid.

Kasutatud kirjandus

Baker, John R. 2009. Psychedelics, Culture and Consciousness: Insights from the Biocultural Perspective. – Franco, Eli. *Yogic Perception, Meditation and Altered States of Consciousness*. Wien: Verlag der ÖAW: 389-406.

Berger, Peter L.; Luckmann, Thomas 2018 [1966]. *Tegelikuse sotsiaalne ülesehitus. Teadmussotsioloogiline uurimus*. Tartu: Ilmamaa.

Block, Ned 1995. On a confusion about a function of consciousness. *Brain and Behavioral Sciences* 18 (2): 227-247.

Blätter, Andrea E.; Fachner, Jörg C.; Winkelman, Michael. 2020 [2011]. Sõltuvus ja muudetud teadvusseisundite dünaamika. – Cardeña, E.; Winkelman, M. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 233-259.

Bourget, David 2010. *The Representational Theory of Consciousness*. Canberra: Australian National University.

Brayne, Sue; Farnham, Chris; Fenwick, Peter 2006. Deathbed phenomena and their effect on a palliative care team: a pilot study. *Am J Hosp Palliat Care* 23 (1): 17-24.

Cairns-Smith, Alexander G. 2000 [1996]. *Evolving the Mind: on the nature of matter and the origin of consciousness*. Cambridge: Cambridge University Press.

Campion, Nicholas 2012. *Astrology and Cosmology in the World's Religions*. New York: New York University Press. Kättesaadav: <https://ebookcentral.proquest.com/lib/nlibee-ebooks/detail.action?docID=915994>, 20.07.2024.

Cardeña, Etzel 2016 [2011]. Muutuv teadvus: pinnase ettevalmistamine. - Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: multidistsiplinaarseid vaatenurki, I köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 32-62.

Carhart-Harris, Robin L.; Friston, Karl J. 2019. REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Brain Action of Psychedelics. *Pharmacological Reviews*, 71 (3): 316-344. Kättesaadav: [https://pharmrev.aspetjournals.org/article/S0031-6997\(24\)01296-1/fulltext](https://pharmrev.aspetjournals.org/article/S0031-6997(24)01296-1/fulltext), 12.12.2024.

Chalmers, David 1996. *The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory*. Oxford: Oxford University Press. Kättesaadav: https://personal.lse.ac.uk/ROBERT49/teaching/ph103/pdf/Chalmers_The_Conscious_Mind.pdf, 6.01.2024.

Chalmers, David 2022. The Hard Problem. - Symes, Justin. *Philosophers On Consciousness*, London; New York: Bloomsbury Academic: 25-38.

Churchland, Patricia 1996. Can Neurobiology Teach Us Anything About Consciousness? *Proceedings and Addresses of the American Philosophical Association* 67 (4): 23-40.

Churchland, Patricia 2022. The Hornswoggle Problem. - Symes, Justin. *Philosophers On Consciousness*, London; New York: Bloomsbury Academic: 75-87.

Damasio, Antonio 1999. *The Feeling of What Happens: Body And Emotion in the Making of Consciousness*. New York: Harcourt Brace.

Deely, John N. 2010. *Semiotic Animal: A Postmodern Definition of Human Being Transcending Patriarchy and Feminism to Supersede the Ancient and Medieval Animal Rationale along with the Modern Res Cogitans*. South Bend: St Augustine Press.

Dyck, Erika; Elcock, Chris. 2023. *Expanding Mindscapes: A Global History of Psychedelics*. Cambridge: The MIT Press.

Facco, Enrico 2017. Meditation and Hypnosis: Two Sides of the Same Coin? *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 65(2): 169–188.

Falcon, Joshua 2025. Anthropology of Psychedelics. *Anthropology of Consciousness*, 36(1): 8–16.

Franco, Eli 2009. Meditation and Metaphysics: On their Mutual Relationship in South Asian Buddhism – Franco, Eli. *Yogic Perception, Meditation and Altered States of Consciousness*. Wien: Verlag der ÖAW: 93-132.

Gartz, Jochen 1996. *Magic Mushrooms Around the World: A Scientific Journey Across Cultures and Time*. Los Angeles: LIS Publications.

Goff, Philip. 2019. *Galileo's Error: Foundations for a New Science of Consciousness*. London: Rider.

Granqvist, Pehr; Reijman, Sophie; Cardeña, Etzel 2020 [2011]. Muutunud teadvusseisundid ja inimese areng. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 288-311.

Griffiths, Roland R.; Richards, William A.; McCann, Una D.; Jesse, Robert 2008. Mystical-type experiences occasioned by psilocybin mediate the attribution of personal meaning and spiritual significance 14 months later. *Journal of Psychopharmacology* 22(6): 621–632.

Harley, Trevor A. 2021. *The Science of Consciousness: waking, sleeping and dreaming*. Cambridge: Cambridge University Press.

Hartogsohn, Ido 2020. *American Trip: Set, Setting, and the Psychedelic Experience in the Twentieth Century*. Cambridge: MIT Press.

Hoffmeyer, Jesper 1996. *Signs of Meaning in the Universe*. Bloomington: Indiana University Press.

Hoffmeyer, Jesper 2014 [2008]. *Biosemiotika. Uurimus elu märkidest ja märkide elust*. Tallinn: Tallinna Ülikooli kirjastus.

Huxley, Aldous 1979 [1954]. *The Doors of Perception and Heaven and Hell*. London: Granada.

Johnson, Matthew W.; Richards, William A.; Griffiths, Roland R. 2018. Human hallucinogen research: guidelines for safety. *Journal of Psychopharmacology* 22(6): 603-620.

Kaasik, Helle 2022. *Sacred medicine from the forest: chemical, psychological and spiritual aspects of ayahuasca*. Tartu: Tartu Ülikool.

Kind, Amy 2023. The Mind-Body Problem: Dualism Rebooted. – Kind, Amy; Stoljar, Daniel. *What Is Consciousness?: A Debate*. Taylor & Francis Group: 3-62. Kättesaadav: <https://ebookcentral.proquest.com/lib/nlibee-ebooks/detail.action?docID=7250747>, 6.01.2024.

Kokoszka, Andrzej; Wallace, Benjamin 2020 [2011]. Uni, unenäod ja teised biooloogilised tsüklid muutunud teadvusseisunditena. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 26-49.

Korhonen, M. 2007. *Tunne seeni*. Tallinn: Varrak.

Kreitler, S. 2009. Altered States of Consciousness as Structural Variations of Cognitive System. – Franco, Eli. *Yogic Perception, Meditation and Altered States of Consciousness*. Wien: Verlag der ÖAW: 407-434.

Lee, Martin A.; Shlain, Bruce 1994. *Acid dreams: the complete social history of LSD: the CIA, the sixties and beyond*. New York: Groove Press.

Lotman, Juri 1992. *Kultuur ja plahvatus*. Tallinn: Varrak.

Ludwig, Arnold M. 1966. Altered states of consciousness. *Archives of General Psychiatry*, 15(3): 225–234.

Maturana, Humberto R.; Varela, Francisco J. 2021 [1980]. *Autopoiesis ja tunnetus – Elusolendite eneseteostus*. Tallinn: Postimehe Kirjastus.

Melnick, Adrian 2011. *Phenomenology and Physical Reality of Consciousness*. Herndon: John Benjamins Publishing Company.

Miller, Greg 2022. Why Consciousness Matters. – Symes, Justin. *Philosophers On Consciousness*. London; New York: Bloomsbury Academic: 1-11.

Mishor, Zev; McKenna, Dennis J.; Callaway, Jace 2020 [2011]. DMT ja inimteadvus. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 131-173.

Mou, Zhang 2012. *Taoism*. BRILL. Kättesaadav: <https://ebookcentral.proquest.com/lib/nlibee-ebooks/detail.action?docID=848692>, 21.06.2024.

Nichols, David E.; Chemel, Benjamin R. 2020 [2011]. LSD ja serotoniinisüsteemi roll inimteadvuses – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 174-208.

Noirhomme, Quentin; Laureys, Steven 2020 [2011]. Muutunud teadvusseisundid ja neuropatoloogia. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 356-375.

Peets, Ragnar 2020. *Psühhedeelne semioos semiootika vaatenurgast*. Tartu: Tartu Ülikool.

Pokorny, Vit 2018. *Psychonauticon: A transdisciplinary interpretation of psychedelic experiences*. Nordhausen: Verlag Traugott Bautz GmbH.

Pollan, M. 2018. *How to Change Your Mind: What the New Science of Psychedelics Teaches Us About Consciousness, Dying, Addiction, Depression, and Transcendence*. New York: Penguin Press.

Presti, D. E. 2020 [2011]. Neurokeemia ja muutunud teadvus. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 50-75.

Previc, Fred H. 2020 [2011]. Dopamiin, muutunud teadvusseisundid, kauge ruum ning šamanistlik transs. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 76-101.

Richards, William A. 2018 [2016]. *Pühad teadmised: Psühhedeelikumid ja religioossed kogemused*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon.

Russell, Bertrand 1954 [1927]. *The Analysis of Matter*. London: George Allen & Unwin.

Ryan, Marie-Laure 2010. Narratology and Cognitive Science: A Problematic Relation. *Narrative Representation in Art, Cognition, and Social Interaction* 44(4): 469-495.

Kull, Kalevi; Lindström, Kati; Lotman, Mihhail; Magnus, Riin; Maimets-Volt, Kaire; Maran, Timo; Moss, Rauno Thomas; Pärl, Ülle; Pärn, Katre; Randviir, Anti; Remm, Tiit; Salupere, Silvi; Sarapik, Virve; Sütiste, Elin; Torop, Peeter; Ventsel, Andreas; Verenitš, Vadim; Väli, Katre 2018. *Semiootika*. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus

Schaefer, Stacy B. 2020 [2011]. *Peyote ja selle tähendus*. – Cardeña, Etzel; Winkelman, M. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 209-232.

Sebeok, T. A. 2001. *Signs: An Introduction to Semiotics*. Toronto: University of Toronto Press.

Sotsiaalministeerium 2005. Narkootiliste ja psühhotroopsete ainete ning nende lähteainete loetelu. Sotsiaalministri määrus nr 26. *Riigi Teataja*. Kättesaadav: <https://www.riigiteataja.ee/akt/13207146>, 3.03.2025.

Stapp, H. 2007. *Mindful Universe: Quantum Mechanics and the Participating Observer*. New York City: Springer.

Stoljar, Daniel 2023. *Non-Standard Physicalism: The Epistemic Approach to the Problem of Consciousness*. Oxford: Oxford University Press.

Strong, Duncan 2015. *The Metaphysic of Christianity and Buddhism*. Perennial Press. Kättesaadav: https://uniba.medialibrary.it/media/scheda.aspx?id=150253316&source=ebook_mlol_carouse, 16.06.24.

Sutherland, S. 1989. *The International Dictionary of Psychology*. New York: Crossroads Classic.

Symes, Justin (toim.) 2022. *Philosophers On Consciousness*. London; New York: Bloomsbury Academic.

Tart, Charles 1972 [1969]. *Altered States of Consciousness*. New York: Anchor Books.

Tart, Charles 2008 [1975]. *Teadvuse seisundid*. Tallinn: Väike Vanker.

Uexküll, Jakob von 2012 [1940]. *Omailmad*. Tartu: Ilmamaa.

Uthaug, Malin V.; van Oorsouw, K.; Kuypers, Kim P. C.; van Boxtel, Martijn; Broers, Nick J.; Mason, Natalie L.; Toennes, Sven W.; Riba, Jordi; Ramaekers, Johannes G. 2018. Subacute and long-term effects of ayahuasca on affect and cognitive thinking style and their association with ego dissolution. *Psychopharmacology*, 235(10): 2979–2989. Berlin: Springer.

Vohra, Anant; Ramesh, Kuntal 2024. *Buddhism, Taoism, Confucianism and Shintoism: the unpublished writings of K. Satchidananda Murty*. Abington: Routledge.

Whitehead, C. 2020 [2011]. Muutunud teadvus ühiskonnas. – Cardeña, Etzel; Winkelman, Michael. *Muutunud teadvus: Multidistsiplinaarsed perspektiivid, II köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 287-318.

Winkelman, Michael 2010. *Shamanism: A biopsychosocial paradigm of consciousness and healing*. Santa Barbara: ABC-CLIO.

Winkelman, Michael 2013. Shamanic Cosmology as an Evolutionary Neurocognitive Epistemology. *International Journal of Transpersonal Studies*, 32 (1): 79-99. <https://digitalcommons.ciis.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1051&context=ijts-transpersonalstudies>, 25.06.2024.

Winkelman, Michael 2016 [2011]. Integratiivne teadvusrežiim kui paradigma muutunud teadvuse mõistmiseks. - Cardeña, Etzel; Winkelman, M. *Muutunud teadvus: multidistsiplinaarseid vaatenurki, I köide*. Tallinn: Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon: 63-92.

Summary

The thesis titled „*The Effect of Psychedelic Substances As Inducers of Alterations of Consciousness on the Human Perceptual and Affective Umwelt*“ is a biosemiotic study of the dynamic nature of human consciousness, focusing on experiences induced by psychedelics. Its framework is based on Jakob von Uexküll’s concept of *Umwelt* (1940) and interprets phenomenal consciousness as a dynamic system of semiosis shaped by evolving relations between the organism and its environment through perceptual and affective cues.

Instead of reducing consciousness to neurochemical activity, the biosemiotic approach highlights the interpretative and embodied aspects of consciousness as a meaning-making process. Therefore, in this study psychedelics are seen as tools for inducing semiotic shifts in the *Umwelt*, most commonly characterized by intensified perception, a hyperassociative tendency and a blurring or dissolution of all kinds of *Umwelt* boundaries. These psychedelic-induced alterations in the semiotic structure of human experience are conceptualized in this work as alterations of consciousness that have a potential to develop into more stable altered states of consciousness if given a higher degree of semiotic organization. Following the ideas of Charles Tart (1969, 1975); Etzel Cardeña and Michael Winkelman (2011), such alterations of consciousness are not considered unique to psychedelics; semiotic changes of varying permanence can be induced either willingly or unwillingly in many other ways (e.g., dreams, meditation, trance).

The empirical part of this thesis is based on five in-depth, semi-structured interviews with individuals who have used psychedelics. Through qualitative content analysis, the thesis identifies the most commonly described changes in the interviewees' perceptual environment (*Merkwelt*) and field of action (*Wirkwelt*) induced by psychedelics. The analysis reveals that psychedelic experiences produce new, sometimes surprising interpretants that often challenge pre-existing worldviews. Depending on an individual’s semiotic openness, these new interpretants may contribute to more enduring transformations in an individual’s value system that have the potential to affect his/her social behaviour. As the openness to such changes seems to depend on both individual and cultural factors, further biosemiotic research with more

diverse samples and/or on other altered states of consciousness (e.g., dreams, hypnosis) could be valuable for better understanding the semiotic dynamics of consciousness.

LISA - Näiteid intervjuuks kavandatud küsimustest

Missugust ainet tarvitasid?
Kuidas iseloomustaksid seda kogemust?
Mida nägid enda ümber? / Mida tundsid? / Mida kuulsid? /Mida tajusid?/ Mida tegid?
Kuidas muutus aeg ja ruum?
Kus psühheedeelseid aineid tarbisid, kus toimus kogemus? Mil määral tajusid ümbritsevat keskkonda oma kogemust mõjutavat?
Kas keegi juhendas Sind ainete tarvitamise ajal või jagas kogemusi/soovitusi sellele eelnevalt? Kui jah, siis milliseid?
Mida psühheedelikumide mõju all taipasid/ avastasid/ teada said?
Kas sul oli ka mõni kindel eesmärk psühheedelsete ainete tarvitamiseks? Nt otsisid vastust mõnele konkreetsele küsimusele, lahendust probleemile vmt. Kui jah, siis kuidas see õnnestus, mida said teada?
Mis Sind üllatas, mõjus ootamatult, kui sa psühheedelikumi mõju all olid?
Kui võrdled oma mentaalseid protsesse tavaolekus ja psühheedelse aine mõju all olles, siis kuidas need erinesid?
Kas Sa kogesid psühheedelikumi mõju all mingisuguseid eksistentsiaalseid taipamisi? Kui jah, siis milliseid? (Nt: Kust me tuleme? Miks me oleme? Kas ja kuhu me teel oleme? Mis on teadvus? jm)
Millal psühheedelsete ainete toel saadud kogemus Sinu jaoks lõppes? Kuidas see lõppes? Kas see muutis mingil moel Sinu arusaamu endast ja ümbritsevast? Kui jah, siis kuidas?
Kas ja missugune väärtus on psühheedelsete ainete toel saadud kogemusel/taipamistel Sinu jaoks? (Kas võtsid midagi sellest kogemusest edasisse ellu kaasa või oli see lihtsalt üks tavapäratu/imelik kogemus?)

Missugune on Sinu hinnangul distantis Sinu tavaoleku ning psühhedeelsete ainete toel saavutatud oleku vahel? Kuidas ja mil määral Sinu tavapärase tajukogemus endast ja ümbritsevast erineb võrreldes psühhedeelsete ainete mõju all olekuga?

Kuidas ja mil määral erineb sinu käitumine tavaolekus vs psühhedeelikumide mõju all olles?

Kuidas sa end identifitseeriksid? Oled sa end selle kogemuse toel kuidagi uutmoodi identifitseerima hakanud?

Millisel moel on psühhedeelsete ainete toel saadud kogemus su elus hiljem aidanud mõnes olukorras lahendust näha või mõnda nähtust selgitada?

Kui võrdled psühhedeelse aine toel saadud kogemust oma tavaolekuga, siis kuidas seda iseloomustaksid? Kuidas tunned end nüüd võrreldes nende tundidega, kui olid psühhedeelikumi mõju all?

Kui kogesid psühhedeelsete ainete mõju all mingisuguseid eksistentsiaalseid taipamisi, siis kuidas suhtud nendesse nüüd?

Mis on illusioon? Kas kogemuse käigus muutus Su arusaam sellest, mis on illusioon? Kui jah, siis kuidas?

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Marianne Raid

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose

„Psühheedeelsete ainete kui teadvuse muutunud vormide esilekutsujate mõju inimese taju- ja mõjuilmale“,

mille juhendaja on Silver Rattasepp,

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada Tartu Ülikooli digitaalarhiivi kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni;

2. annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi kaudu Creative Commonsi litsentsiga CC BY NC ND 4.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni;
3. olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile;
4. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Marianne Raid
23.05.2025