

ILM JA HIRM



Maa kardab välgulööke – sellepärast ta värisebki. Poiss, 5 a
Mind hirmutab väga kliimasoojenemine ja see, kuidas inimesed seda ilusat
maakera reostavad ja lõhuvad. Tüdruk, 11 a

Suur hulk foobiaid ehk hirme ehk kartusi on seotud ilmaga.

Mark Twain on kirjutanud: „Hirm äikese ees on üks kõige piinavamaid nõrkusi, mis inimesel võib olla... Naine, kes julgeks vanakuradile endale silma vaadata ja kes ei karda isegi hiirt, kaotab end täielikult ja variseb ainsa välgusähvatuse ees kokku.” Sellist hingeseisundit kutsutakse foobiaks. Entsüklopeedia järgi on foobia (kreeka k *phobos* 'hirm') „haiguslik kartus, sundmõtteil rajanev haiglane hirmuseisund. See tekib (eelsoodumuse korral) psüühilise trauma tagajärjel.

Enamasti kardetakse nakatuda (müsof.), haigestuda (patof.), surra (tanatof.), kõrgele ronida (hüpsof.), kinnisesse ruumi jääda (klaustrof.). F. võib tekitada tarbetut kaitse- või tõrjetegevust.”

Mis foobiad need küll on – ükski normaalne inimene ei ihka ju haigestuda, nakatuda või surra – võidakse öelda. Ja kellel poleks aegajalt olnud kõhedust ämma ees (penterafoobia), samuti esinenud hüpegiafoobia (hirm vastutuse ees) hoogusid, rääkimata ergofoobiast ehk kartusest töö ees?

Kirjanik Jerome K. Jerome'i järgi annab vastikustunne igasuguse töö vastu tunnistust pigem maksahaigusest. Ergofoobia ravimiseks on teatavasti edukalt kasutatud urvaplaastrit, seda nii Eestis kui mujal maailmas.

Mõnedele kartustele on antud toredaid nimesid – näiteks papafoobia ei tähenda sugugi mitte hirmu või aukartust isa ees, vaid hoopis õõva paavsti ees! Viimasel võiks jällegi esineda hamartofobia (pelgus teha pattu) või siis gamofoobia ehk paaniline hirm abielluda. (Tegelikult on katoliku preestritel gamofoobia tekke võimalus targalt välistatud.)

See ilm on lihtsalt õudne!

Hulk kartusi on seotud ilmanähtustega. Arvatavasti on kõige enam maa-



Ilmastikunähtustega seotud kartustest levinuim on piksepelgus

ilmas neid, kes pelgavad pikset. Peale tapva välgu saadab taevas meile hirmutuseks koleda mürina, mis mõjub paljudele hullemini kui välgusälvatus. Nii et õõva mürinamise ees esineb märksa enam kui vaid hirmu valgusälvatuse ees. Heal lapsel öeldakse olevat mitu nime, nii ka kõuemürinakartusel: astra-, astrapo-, bronto-, kerauno- ja tonitrofoobia.

Piksepelgusega olen isegi sageli kokku puutunud. Mäletan lasteaiapäevilt ühte kasvatajatädi, kes paaniliselt äikest kartis. Tormi lähenedes varjus ta alati keldrisse, kus istus ohu möödumiseni. Muide – ta sai tihtipeale särtsu koguni elektrilampidest, mis teistele olid täiesti ohutud. Ühe kolleegi vanaema jällegi istus pikse ajal liikumatult toolil, mitu seelikut seljas, hirm naha vahel ja rahakott käes.

On inimesi, kellele vool üldsegi ei mõju. Üks selliseid olnud bulgaarlane Georgi Ivanov. Ta ei kartnud isegi kõrgepinget! Tartu ülikoolis oli samalaadne fenomen insener Jaan Muuga, kellele elektrilöögid samuti ei pakkunud pinget.

Ilmakartlike ravimisega olevat arstidel tükk tööd, sest sääraseid foobiaid on õige palju. Näiteks tormipelgurid muutuvad juba mitu päeva enne tsükloni saabumist närviliseks, kaotavad isu ja rahuliku une, kõht läheb korrast ära, esineb põhjendamatu nutuhoo. Hingamine sageneb ja peopesad muutuvad higiseks. Õudusega jälgivad nad igast võimalikust kanalist ilmataeteid ning helistavad meteojaamadesse. Üks naine Inglismaal pihtis, et vihkab suve, sest siis sagenevad äikesed. „Pikse aegu soovin, et oleksin kurt ja pime! Iga suve lõpul olen inimvare!”

Teed foobiani

Psühholoogid väidavad, et mingeid kartusi esineb pooltel inimestel, eriti kõrguse, sügava vee, kitsaste ruumide või hoopis tillukeste karvaste loomade vastu. Umbes kolmel protsendil on aga hirm ilma suhtes. Alati ei ole säärane pelglikkus kaasa sündinud – ei karda ju väikelapsed nõtkeid madusid ega õrnu ämblikke.

Millest tekivad ilmaga seotud paanikahood? Ilmafoobiad paistavad ju paljus olema põhjendamatud. Kõhedustundest äikese või tornaado vastu võib veel aru saada, samuti hirmust saada vihmaga märjaks (ombro- ehk pluviofoobia), aga milleks küll karta pilvi (nefofoobia), udu (nebulafobia), kül-



Hirmu ja paanika vähendamiseks on soovitatav koer äikese ajaks lasta tuppa, kus välgusälvatused ei mõju nii tugevalt, kui kardinaid ette tõmmata ja lamp põlema panna. Piksekärgatuste vastu aitab valju häälega mängiv raadio

ma (psührofoobia) või lund (kionofoobia)!? Uskumatu, aga tõsi – on selliseidki, kes neid enamasti süütuid ilmanähtusi hullupööra pelgavad.

Psühholoogid viitavad, et taoliste hirmude algpõhjused peituvad lapsepõlves või siis üleelatud looduskatastroofides. Üks Uus-Meremaalt pärit neiu sai tormipelguse (lilapsofoobia ehk hirmu keeristormide – orkaanide, tornaadode – ees) kodulinnast Wellingtonist, kus maru uputas sadamas praami 51 reisijaga. Teine naine, mürinamisfoob, sai oma tõve mägedest, kus ta jäi äikesetormi küüsi ja hulk kaaslasi hukkus murdunud puude all. Vaat sellest foobiast saan hästi aru, sest äike mägedes on tõesti kole asi.

Iowa ülikoolis tehtud uurimus näitab, et ligi 80% ilmakartlikest on selliseks muutunud just ise läbielatud sündmuste kaudu. 15% kujunevad foobideks aga kaudselt – näiteks ühe tüdruku ema karjus alati tormi lähenemisel: „See on maailma lõpp!”

Ilmahirmu ravi

Kuidas ilmafoobe ravitakse? Üks võimalus on, et arstid koos meteoroloogidega selgitavad, kuidas tekiavad ilmastiknähtused ja kuidas käituda taolistes olukordades. Ameerikas ravitakse brontofoobe selliselt, et kõuemürinat lastakse kuulata lindilt, alguses vaikselt, siis valjemalt, kuni päris looduspäraselt kõlades. Pidavat aitama!


Paljud loomad on teatavasti bronto- ehk keraunofoobid. Sven-Erik Enno soovib oma raamatus „Välg ja pauk”:

„Hirmu ja paanika vähendamiseks on soovitatav loom äikese ajaks tuppa võtta, kus välgusälvatused ei mõju nii tugevalt, kui kardinaid ette tõmmata ja lamp põlema panna. Piksekärgatuste vastu aitab valju häälega mängiv raadio. Lohutada ja maiustusi anda loomale ei ole soovitatav, sest see mõjub kiitmisenähtuse hirmukäitumise eest ja hoopis süvendab paanikat.” Säased on jällegi anemofobid – pelgavad tuult. Ja las kardavad!

Välgukartust saab hajutada, näidates kunstlikke elektrilahendusi ja seda, et rauast kastis (autos) ei mõju pikselööki sugugi tapvalt. Teatavasti liiguvad elektronid mööda metalli välispinda (nn Faraday puuri efekt).

Tšehhi kirjanik Miroslav Skála soovib raamatus „Pulmareis Jiljisse” äikese lähenedes teha järgmist: „Varbad-kontsad tuleb panna kokku, põlvitada maha, suruda pea käsivarte vahele, käed aga sirutada enda ette maha, et tekiks maaihendus. Ja suhu torgata okaspuu oksake, et see koguks atmosfäärielektri endasse.” Loodan, et kogu see jutt ei tekitanud teis gnosiofoobiat ehk kartust teadmiste ees.

Ja lõpetuseks tõdemus: kui näete välku ja kuulete ka mürinamist, ärge enam kartke – olete pääsenud. •

 **Ain Kallis** (1942) on meteoroloog, klimatoolog ja publitsist. Tema peamine uurimisvaldkond on Eesti kiirguskliima. Töötab peaspetsialistina Eesti keskkonnaagentuuris.