

ძილი
და
სიზმარი

დიმიტრი უზნაძე

გამომცემლობა
„ჯადოსნური სახლი“

წიგნში „ძილი და სიზმარი“ საუბარია თეორიაზე, რომელშიც ქიმიური ელემენტების გამოყოფა ძილს უკავშირდება. ავტორი ძილს ახასიათებს, როგორც ადამიანის მოდუნებულობას გარე სინამდვილის მიმართ, რეაგირების ნაკლებობას, ცნობიერების შესუსტებულ გამოვლინებას, რითაც სხეული და ტვინი დუნდება და ხდება ენერჯის აღდგენა. წიგნში ყურადღება ეთმობა ინტერპრეტაციებს, რომლებიც განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ანიჭებენ სიზმრების ღვთიურ, მისტიკურ თუ ეზოტერულ ფენომენად მოაზრებას. სიზმრის ახსნა მიმდინარეობს როგორც ავტორისეულ, ასევე, ფროიდისა და იუნგის მოსაზრებებზე დაყრდნობით. საუბარია სიზმრის ცნობიერების მექანიზმებზე და სიზმარში არაცნობიერისა და დაფარული სურვილების მკაფიო როლზე.

1936 წლის გამოცემის მიხედვით:
ინსტიტუტის გამომცემლობა, ტფილისი 1936

რედაქტორი: ლუკა ბაკურაძე
გამომცემელი: თამთა ახალაია

გამომცემლობა „ჯადოსნური სახლი“, 2023

ISBN 978-9941-8-5402-6

სარჩევი

ლუკა ბაკურაძე – „ძილი და სიგმარი“	4
დიმიტრი უზნაძე – ძილი და სიგმარი	13
შინაარსი.....	14
I. ძილი	17
II. სიგმარი	42
III. სიგმრის თეორია.....	83-123

ლუკა ბაპურაძე – „ძილი და სიზმარი“

დიმიტრი უზნაძე დაიბადა სოფელ საქარაში, იმერეთში, 1886 წელს. 1904 წელს დაამთავრა ქუთაისის ქართული სა-თავადაზნაურო გიმნაზია, 1909 წელს კი ლაიფციგის უნივერსიტეტი და ამავე წელს დაიცვა გერმანიაში ფილოსოფიის დოქტორის ხარისხი. თავდაპირველად ქართველ მოაზროვნეს, შეიძლება ითქვას, ფილოსოფიური საკითხები უფრო იზიდავდა, ვიდრე ფსიქოლოგიური. არც არის გასაკვირი, იქიდან გამომდინარე, რომ ეს ორი მონათესავე მეცნიერებებია და ერთ დროს ერთმანეთისგან გამოყოფილად არც განიხილებოდა. 1913 წელს უზნაძემ დაამთავრა ხარკოვის უნივერსიტეტი ისტორია-ფილოლოგიის განხრით და ამავე საგანს ასწავლიდა შემდეგ ქუთაისის გიმნაზიაში.

დიმიტრი უზნაძეს დიდი წვლილი მიუძღვის თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის დაფუძნებაში, საქართველოს მეცნიერებათა აკადემიის შექმნასა და ფსიქოლოგიის ქართული სამეცნიერო სკოლის ჩამოყალიბებაში. ქართველი ფსიქოლოგის მთავარი მოსაზრება და კვლევის შედეგი არის – „განწყობის თეორია“, შესაძლოა განწყობის ფსიქოლოგიაც ვუწოდოთ ამას. მოცემული თეორია მოიცავს განწყობის როლს ადამიანის ყოფით ცხოვრებასა თუ მის მენტალურ ცვლილებებში. მეოცე საუკუნეში გავრცელე-

ბული არაცნობიერის ცნება და ფსიქოდინამიკური¹ მიმდინარეობები ძალიან პოპულარული იყო და არ არსებობს, ალბათ, ფსიქოლოგი, ვისზეც ამ მიმდინარეობას გავლენა არ მოუხდენია. რაც არ უნდა გასაკვირი იყოს, უზნაძის მოდელი ფუნდამენტალურად განსხვავებულია ფროიდის, თუ ნეო-ფროიდიანელი ფსიქოლოგების მოდელებისგან . „განწყობის თეორიამ“ ყურადღება მიიქცია ევროპასა და ამერიკაშიც, ქართველი ფსიქოლოგისა და ფილოსოფოსის ნაწარმოებები ითარგმნებოდა – ინგლისურ, ფრანგულ, გერმანულ და რუსულ ენებზე.

„ძილი და სიზმარი“ მთლიანად განწყობის ფსიქოლოგიის დინამიკასა და მისი მთავარი მოტივების თუ კვლევის ფორმის გაგებისთვის – სრულყოფილ ნაწარმოებს არ წარმოადგენს მისი ზომისა და სპეციფიკური კვლევის საგნების გამო. თუმცა ფსიქოლოგიითა და ფილოსოფიით დაინტერესებული ადამიანისთვის ძალიან საინტერესო იქნება განსხვავებული მოსაზრება ძილისა და სიზმრის მუშაობის შესახებ. არსებობდა მოსაზრება, რომ ადამიანი სიზმარში აგრძელებს იმ საქმიანობას, რაც სიფხიზლეში დაიწყო; ამის მეცნიერული დასაბუთებისთვის იყენებდნენ მაგალითებს იმის შესახებ, თუ როგორი აღმოჩენები გაუკეთებია სხვადასხვა ხელოვანსა თუ მეცნიერს სიზმარში და რამხელა როლი იქონია ამან კაცობრიობის განვითარებაში. მეორე კიდევ უფრო გავრცელებული შეხედულება არის ზიგმუნდ ფროიდის სიზმრის ანალიზი, რაც მოკლედ რომ ვთქვათ, არაცნობიერის ძლიერ მუშაობას უსვამს ხაზს და არაცნობიერში მიმდინარე პროცესების სიზმარში ასახვას მიაწერს შინაარსებს, რასაც ძილისას ვხედავთ.

1. ფსიქოდინამიკური მიმდინარეობა ფსიქოლოგიაში – მოძღვრება, რომელიც მოიცავს არაცნობიერის როლს ქმედებასა და განწყობით პროცესებში. ფსიქოდინამიკისთვის მთავარი ცნებაა არაცნობიერი, ყველაზე ცნობილი ფსიქოლოგი ამ მიმდინარეობაში გახლავთ ზიგმუნდ ფროიდი.

უზნადის მოსაზრება თავის დროისთვისაც და ახლაც განსხვავებულად და ინოვაციურად შეიძლება ჩაითვალოს. „ძილის და სიზმარის“ მთავარ კონტექსტებს და ძირითად განსახილველ თემებს უფრო ვრცლად ქვემოთ მიმოვიხილავთ.

ძილი

XX საუკუნეში ძილთან დაკავშირებით არსებობდა თეორიები და შესაბამისად ფსიქოლოგთა მოსაზრებებიც განსხვავდებოდა ერთმანეთისგან. თანამედროვე ფსიქოლოგიაში ძილს ორ ნაწილად ყოფენ – ხანმოკლე და ხანგრძლივი ძილი, რაც გულისხმობს ცირკულარულ ცვლას/მონაცვლეობას REM და NREM² ძილს შორის. ძილის ის მონაკვეთი, რომელიც თვალის მოძრაობით ხასიათდება, დაკავშირებულია სიზმრებთან. არსებობს ძილის სემონური და დღე-ღამური ფორმები, პირველი ზოგ ცხოველს ახასიათებს, მეორე კი ცხოველთა უმეტესობას და ადამიანს. შესაბამისად იბადება ცნება – ცირკადული რიტმი და დაძინების ბიოლოგიური საათი, ამ რიტმის რღვევას კი თანსდევს ინსომნია³, რაც გამოიხატება მოდუნების პრობლემებში, სასიცოცხლო ძალების ვერ აღდგენაში და ა.შ. ინსომნიით დაავადებული ყველაზე ცნობილი ადამიანი იყო ვინსენტ ვან გოგი, მის შემოქმედებაშიც კარგად ჩანს, თუ რა გავლენას ახდენს ადამიანზე ძილის პრობლემები. ამ პრობლემებისგან გამოწვეული შეგრძნებები და გამოვლი-

2. REM (REM – Rapid eye movement) და NREM (non-rem) – თვალის სწრაფი მოძრაობის ძილი და თვალის სწრაფი მოძრაობის გარეშე ძილი; ეს ორი ფაზა მოიცავს ციკლებს, რომლებიც მუდმივ ცვალებადობაში არიან ძილის პროცესში.

3. ინსომნია – ძილის დარღვევა, ხასიათდება უძილობით, ენერჯის აღდგენის უუნარობით, დეპრესიით და ა.შ.

ნებები შეგვიძლია ვეძიოთ ცნობილი ეგზისტენციალისტების⁴ ნაშრომებშიც. მოცემული ინფორმაციის საშუალებით კი მინდა ხაზი გავუსვა ძილ-ღვიძილის მნიშვნელობას და როლს ადამიანის ცხოვრებაში. ზემოთ ნახსენები დასკვნებიდან გამომდინარე, შეგვიძლია ვთქვათ – ჩვენი საკვლევი ცნება მეცნიერულ დონეზე შესწავლასა და სხვადასხვა ჰიპოთეზის შეფასება/გადაფასებას იმიტომ საჭიროებს, რომ ის კავშირშია ადამიანის საბაზისო მოთხოვნილებებთან და პირდაპირ კორელაციაში მოდის არსებობის ფუნქციურობასთან.

„ძილი და სიზმარის“ ავტორი თავდაპირველად გვესაუბრება თეორიაზე, რომელიც ძილს უკავშირებს ქიმიური ელემენტების გამოყოფას. მოცემული მოსაზრება თავის დროზე საკმაოდ პოპულარული იყო, თუმცა ის მეცნიერულად ვერ დასაბუთდა და საბოლოოდ ტვინის უშუალო შესწავლით სხვა თეორიამდე მივიდა თანამედროვე ფსიქოლოგია.

დიმიტრი უზნაძე კარგად ხსნის ძილის დანიშნულებას, თუ რას ემსახურება ის და რატომ არის აუცილებელი, ადამიანს კარგად ეძინოს. პარალელურად ხაზს უსვამს ძილის ფუნქციას, რომ ის სიამოვნების მომნიჭებელიც არის, როგორც სხვა ადამიანური მოთხოვნილებები და ამდენად, რიც შემთხვევაში თავის ობიექტურ საზღვრებსაც სცდება ზოგ ადამიანში: „როგორც ზემოთაც აღვნიშნეთ, ძილი ყოველთვის აუცილებლობით არ არის გამოწვეული. ადამიანს ყოველ შემთხვევაში ზოგჯერ მეტი ძინავს, ვიდრე ამას მისი ბუნება მოითხოვს. ამ მხრივ ძილი არაფრით არ განსხვავდება სხვა მრავალი ადამიანური მოთხოვნილებე-

4. ეგზისტენციალიზმი – მიმდინარეობა ფილოსოფიაში, მოიცავს სიცოცხლის არსის ძიებას და მასთან დაკავშირებულ მოვლენებს. პირველი ეგზისტენციალისტი იყო – სიორენ კირკეგორი.

დიმიტრი უზნაძე

ძილი და სიზმარი

შინაარსი

I

1. ძილი, როგორც ფსიქოლოგიური პრობლემა; 1. ძილის თეორიები. 2. ფიზიოლოგიური თეორიები. 3. ბიოლოგიური თეორიები. 4. ფსიქოლოგიური თეორიები. 5. ძილის და სიფხიზლის ფენომენოლოგიური ანალიზი. 6. სიტუაციის ცნება 7. სიფხიზლე, როგორც შინაგან ძალებს და გარე სინამდვილეს შორის აქტიური ურთიერთობის შედეგი. 8. ძილი – ფსიქოფიზიკურ¹ ფუნქციათა და გარე სინამდვილეს შორის არსებული ერთიანობის აღკვეთაა. 9. ძილის გამო-მწვევი ფაქტორები.

II

1. სიზმრის ბუნება; 1. სიზმრის ფსიქოლოგიისადმი ინტერესი წარსულში. 2. წინამეცნიერული შეხედულება სიზმარზე. 3. სიზმრის ტრანსცენდენტობა. 4. თანამედროვე ინტერესი სიზმრის ინვენტარისადმი. 5. სიზმრის შინაარსის ცალკე კომპონენტები. 6. სიზმრის შინაარსის მიმართ გარე გამღიზიანებლების მოქმედება. 7. სიზმრის მთლიანობის პირველადი ბუნება. 8. აზროვნების აქტების რეპროდუქტული სახე. 9. ნებელობის არააქტუალური რეპროდუქტული

1. ფსიქოფიზიკა – ფიზიკური გამღიზიანებლისა და ფსიქიკური შეგრძნების/რეაქციის შესწავლა, დაკვირვება რეაქციაზე, რაც ფიზიკურმა მოცემულობამ გამოიწვია.

კომპონენტები. 10. გრძნობა, ემოციის აქტუალური განცდა. 11. სიზმარი ფანტაზიის წარმოსახული სინამდვილეა.

2. სიზმრის ცნობიერების მექანიზმები; 1. ფროიდის ორი მექანიზმი. გამკვრივება, გადანაცვლება. 2. დე სანქტისის მეტამორფოზის ოთხი სახე: გადასხვაფერება, შერწყმა, ოპტიკური გარდაქმნა, დისოციაცია. 3. სიზმრის ლოკალიზაცია სივრცესა და დროში. 4. განწყობა სიზმრის მთლიანობის საფუძველი. 5. სიზმრის ცნობიერების მოუწესრიგებელი და მოწესრიგებული მიმდინარეობა. 6. წარმოსახვის ავტონომიური მიმდინარეობა. 7. სიზმრის ცნობიერების გულუბრყვილო განცდა. 8. ძილის და სიზმრის დანიშნულების დაპირდაპირება.

III

1. სიზმრის და ცხადის ცნობიერების განსხვავება. 2. ფროიდის არაცნობიერის მანიფესტური და ლატენტური შინაარსი. 3. იუნგის ინდივიდუალური და კოლექტიური არაცნობიერის² ცნება. 4. ფსიქოანალიზის თეორიების არაცნობიერის კრიტიკა. 5. აფექტები, აფექტური მდგომარეობა, როგორც სიზმრის მოტორი. 6. აფექტების, ემოციების მეორადობა და აფექტური მდგომარეობის დაუსაბუთებელი ბუნება. 7. სიზმარში ფსიქიკა ფუნქციონალური ტენდენციის ნიადაგზე თვითონ ქმნის საგანს. 8. სიზმრის ცნობიერებაში ფუნქციის აქტივაციის მზაობა გვეძლევა. 9. სუბიექტური განწყობა მიმართავს სიზმრის ცნობიერებას. 10. ინდივიდუალური სიზმარი ძირითადი განწყობის ფუნქციაა. 11. განწყობის დიფერენციაცია და სიზმრის ცნობიერების განცდა. 12.

2. კოლექტიური არაცნობიერი – ეთნო, ან რასობრივ ჯგუფში არსებული არაცნობიერი ცოდნა, რაც კულტურულ ფენომენებსა და ქცევათა იდენტურობაში ვლინდება.

სიზმრის ხატოვანი შინაარსი. 13. სიზმრის სიმპტომურ, სიმბოლურ შინაარსს განწყობის სუბიექტურობა განსაზღვრავს. 14. სიზმრის მზამზარეულ მოცემულობას შექმნილი განწყობის ფსიქიკური დიფერენციაცია იძლევა. 15. სიზმრის ფინალისტური მნიშვნელობა და მისი კრიტიკა.

I. ძილი

1.

1. ადამიანის სიცოცხლის ნაკადი სიფხიზლით არ განისაზღვრება: მის მეორეს, აუცილებელ პოლუსს, ძილი წარმოადგენს. მართალია, ჩვენი სიცოცხლის სხვადასხვა პერიოდში თითოეული მათგანის ხვედრითი წონა სხვადასხვაგვარია: ადრეულ ბავშვობაში ძირითადი მდგომარეობა ძილია: სიფხიზლე მისი მეტ-ნაკლები ხანგრძლივობის წყვეტას წარმოადგენს. ზრდადასრულებული ადამიანის სიცოცხლეს, პირიქით, სიფხიზლე აძლევს მთავარ შინაარსს: ძილი სიფხიზლის პერიოდულ წყვეტებს შეადგენს. მოხუცებულობის ხანისათვის მათ შორის წონასწორობის დამყარების ტენდენცია იჩენს თავს: ღრმა მოხუცის ძილი ხანმოკლედ წყვეტს სიფხიზლეს, და ეს უკანასკნელი ასევე ხანმოკლედ წყვეტს ძილს; მაგრამ ერთიცა და მეორეც ყოველთვის სიცოცხლის აუცილებელ მხარეს წარმოადგენს. ამიტომ ცოცხალი ადამიანის გასაგებად მარტო მისი ფიზიკური მდგომარეობის შესწავლა საკმარისი არ არის: ძილის მდგომარეობის შესწავლის გარეშე ჩვენი წარმოდგენა ადამიანის შესახებ ცალმხრივი იქნებოდა.

მაგრამ რომელი მეცნიერების ფარგლებში უნდა წარმოებდეს ძილის კვლევა? თუ იგი სიფხიზლის აუცილებელ პოლუსს წარმოადგენს, ცხადია, ეს საკითხი ისევე უნდა გადაწყდეს, როგორც სიფხიზლის მიმართ წყდება: როგორც ამ უკანასკნელის შესწავლა ფსიქოლოგიური თვალსაზრისის