

Paslaptingas

Daugumai teko patirti, kad tai, kas vyksta, jau kadaise buvo, tai, kas girdima, girdėta, kas matoma – matyta. Filosofijos daktarė, gamtos ir simbolių magė, psichologė

Jelena Simonova pasakoja, kokią realybę atskleidžia *déjà vu* jausmas, kuo jis skiriasi nuo tikrojo prisiminimo ir kokios šios būsenos atsiradimo priežastys.

Kas yra *déjà vu*?

„*Déjà vu*“ (prancūziškai – jau matyta) yra terminas, kurį vienas pirmųjų panaudojo psichologas Émile'is Boiracas savo veikalė „Ateities psichologija“, siekdamas apibūdinti tokią žmogaus psichologinę būseną, kai atrodo, kad kadaise jau buvome čia ir dabar, nors iš tikrųjų šis pojūtis objektyviai neturi nieko bendro su ankstesnės patirties prisiminimu. Kartais pojūtis, kad dabartinė situacija buvo išgyventa praetyje, būna toks stiprus, jog žmogus kuo rimčiausiai mėgina prisiminti tai, ko niekada nebuvo. Kažkoku nesuprantamu būdu prisimena žmones, kurių anksčiau nebuvo sutikęs, kambario, į kurį įžengė pirmą kartą, interjerą ir spalvas, tariamus žodžius, kurių niekada anksčiau nebuvo sakęs, arba balsą, kurio šiame gyvenime niekada neteko girdėti.

Kuo *déjà vu* skiriasi nuo tikrojo prisiminimo?

Kiekvienas žmogus prisimena vieną ar kitą praeities įvykį, kuris užsifiksavo atmintyje. Prisimename tuos įvykius, vaizdus, garsus, kvapus, kurie paliko mums neišdildomą įspūdį vaikystėje, bei tuos, kurie paprasčiausiai buvo įprasti: vasaros atostogas kaime, džiaugsmingai lojantį kaimynų šunį, gimtadienio torto skonį ir pan. Prisimename mums reikšmingas gyvenimo akimirkas: pirmąją meilę, diplomo įteikimo ceremoniją arba vestuves. Kai kurie gyvenimo momentai negrįžtamai dinga iš mūsų atminties. Santykis su praeitimi numano tam tikrą distanciją ir yra sudarytas iš prisiminimų,

taip pat spragų prisiminimų grandinėje – tų praeities akimirku, kurių dėl vienu ar kitu priežasčių neprisimename. *Déjà vu* atveju distancija tarp dabarties akimirkos bei to, kas „prisimename“, yra sunkiai suvokiama, todėl neretai *déjà vu* išgyvenimas laikomas dabarties prisiminimu, arba, kitu atveju, abstrakčios, t. y. beasmenės, praeities prisiminimu. *Déjà vu* patirtis atskleidžia kitokią realybę. Tuo metu atrodo, kad objektyvi, chronologinėmis priemonėmis matuojama laiko eiga nutrūksta, ir vietoj jos atsiranda neretai buginantis susiskaidžiusio laiko pojūtis, realybės ribos pasidaro reliatyvios, o paties asmens, išgyvenančio *déjà vu*, santykis su jį supančiu pasauliu tampa tarytum neaiškus, neapčiuopiamas. Todėl *déjà vu* patyrimas neretai gąsdina tuos, kuriuos aplanko, priverčia kitaip pajusti laiką ir mūsų dalyvavimą kasdienybėje.

„...*déjà vu* patyrimas neretai gąsdina tuos, kuriuos aplanko, priverčia kitaip pajusti laiką ir mūsų dalyvavimą kasdienybėje.“

Kokios dažniausiai išskiriamos *déjà vu* būsenos atsiradimo priežastys. Ir ar ją įmanoma sukelti dirbtinai?

Nors manoma, kad beveik kiekvienas žmogus anksčiau ar vėliau patiria *déjà vu* jausmą, visgi dėl itin reto šio fenomeno pasireiškimo jį gana sunku tirti moksliai. Ar galima išmokyti patirti *déjà vu*? Vieningos nuomonės šiuo klausimu nėra. Tačiau manoma, kad dirbtinai ir valios pastangomis sužadinta *déjà vu* būseną iš esmės skiriasi nuo autentiškos. Dar daugiau – tikrosios *déjà vu* patirtys neprognozuojamos, jų neįmanoma numatyti. Todėl gana sunkiai nustatomos *déjà vu* atsiradimo priežastys. Manoma, kad *déjà vu* dažniau patiria sergantieji epilepsija. Visgi, pagal vieną populiarią *déjà vu* patyrimo aiškinimo versiją, atsiradus papildomiems neuronų (nervinių ląstelių) ryšiams, suvokiama informacija į atmintį patenka pirmiau, negu įvyksta pirminis jos apdorojimas. Todėl į atmintį patekusios išgyvenamos situacijos kopijos lyginamos su suvokiama situacija. Tuomet atsiranda pojūtis, kad ši situacija jau buvo išgyventa. Kita *déjà vu* atsiradimo versija būdinga psichoanalitiniams požiūriui į asmenybę. Šiuo atveju žmogaus psichikos funkcionavimas traktuojamas kaip sudėtingo mechanizmo veikimas, kuris nulemtas jo psichikos nevienmatiskumo. Remiantis šiuo požiūriu, nemaža dalis asmenybei svarbių procesų vyksta sąmonės lygmenyje ir daro didžiulę įtaką sąmoningam žmogaus gyvenimui. Jeigu sąmonės lygmenyje viena ar kita situacija jau buvo apdorota, patekus į

déjà vu Jausmas

analogišką situaciją realybėje akimirksniu suveikia *déjà vu* efektas. Taip pat sąmonės veiklai priskiriamas sapnų turinio generavimo mechanizmas. Tad sapnas taip pat prisideda prie vienos ar kitos situacijos apdorojimo. Todėl jei asmuo patenka į situaciją, panašią į tą, kuri buvo susapnuota (neprisimenant sapno), patiriama *déjà vu* būseną.

Déjà vu būsenos gali būti susijusios su ateities numatymu arba praeities gyvenimų prisiminimu?

Déjà vu būseną neretai siejama su kitais racionaliai sunkiai paaiškinajamais fenomenais, kuriuos sukuria asmens smegenų veikla, išskeldama amžinus klausimus žmogaus protui bei mokslui. *Déjà vu* išgyvenimas artimas *déjà prévu* – ateities numatymo patyrimui. Tiek vienu, tiek kitu atveju numanoma žmogaus sąmonės veikla, kuri gali sukelti realiai nepatirtos situacijos prisiminimą, nepriklausomai nuo to, kur ji lokalizuota: praetyje, dabartyje ar ateityje. Ne mažiau įdomi – *jamais vu* (prancūziškai – niekada nematyta) būseną. Ji pasižymi tuo, kad asmuo, būdamas jam įprastoje aplinkoje, jaučiasi taip, lyg niekada anksčiau nebūtų ten buvęs. *Déjà vu* patyrimas savaime artimas prisiminimui, todėl be jokių abejonių, ieškant to x erdvėlaikio, kuris prisimename, bei nerandant jo realybėje ir gyvenimo įvykių grandinėje, neretai abstrahuojamasi nuo esamo aktualaus gyvenimo praeities bei mėginama išplėsti *déjà vu* veikimo spektrą iki praeities gyvenimo įvykių prisiminimo. Iš tiesų šis požiūris paprastai būna glaudžiai susijęs su asmens religiniais įsitikinimais – tais atvejais, kai jie grindžiami reinkarnacijos, t. y. sielos persikūnijimo, doktrina. *Déjà vu* reiškinio tyrimo komplikotumas ir negalėjimas paaiškinti, ką būtent prisimename, išgyvendami *déjà vu* būseną, sudaro palankią dirvą daugybei *déjà vu* aiškinimo hipotezėms atsirasti. Taigi *déjà vu* kilmės klausimas visada lieka atviras.

Aistė Sakalauskiė

DÉJÀ VU APRAIŠKOS

- *déjà entendu* – jau girdėta (apie asmenį)
- *déjà éprouvé* – jau patirta (apie turinį)
- *déjà fait* – jau daryta (apie ragautą)
- *déjà pensé* – jau manyta (apie sukaitytą)
- *déjà raconté* – jau pasakota (apie kalbėtą (apie patį kalbos atlikimą))
- *déjà senti* – jau jausta (tarkime, kvapas) (apie pressenti – jau jausta (apie jausmus))
- *déjà su* – jau žinoma (apie intelektualius dalykus) (apie *rencontré* – jau buvo susitikę (apie asmenis))
- *déjà trouvé* – jau surasta (apie *rêvé* – jau sapnuota, svajota)
- *déjà vecu* – jau gyventa (apie *visité* – jau aplankyta)
- *déjà voulu* – jau norėta
- *déjà arrivé* – jau įvykę
- *déjà connu* – jau pažįstama



Svajonų ROMANAI

Intriguojanti ir aištinga **NAUJIENA** visoms serialų gerbėjoms!

KINKEIDAI Šeimos paslaptys



Nepraleisk progos perskaityti visas serijos knygas!

Pirk pigiau www.svajonuknygos.lt



ĮDOMU

- Tyrimai rodo, kad bent kartą gyvenime *déjà vu* jausmą patyrė per 70 % žmonių.
- *Déjà vu* eksperto A. O'Connoro teigimu, dažniausiai šį jausmą patiria paaugliai, nuovargio kamuojami ir daug keliaujantys asmenys.
- Šiandien yra daugiau nei 40 įvairių teorijų apie *déjà vu*.
- Teoriją, kad *déjà vu* jausmas atsiranda išsipildžius sapnams, 1896 m. iškėlė psichologijos profesorius Arthuras Allinas (Kolorado valstija).