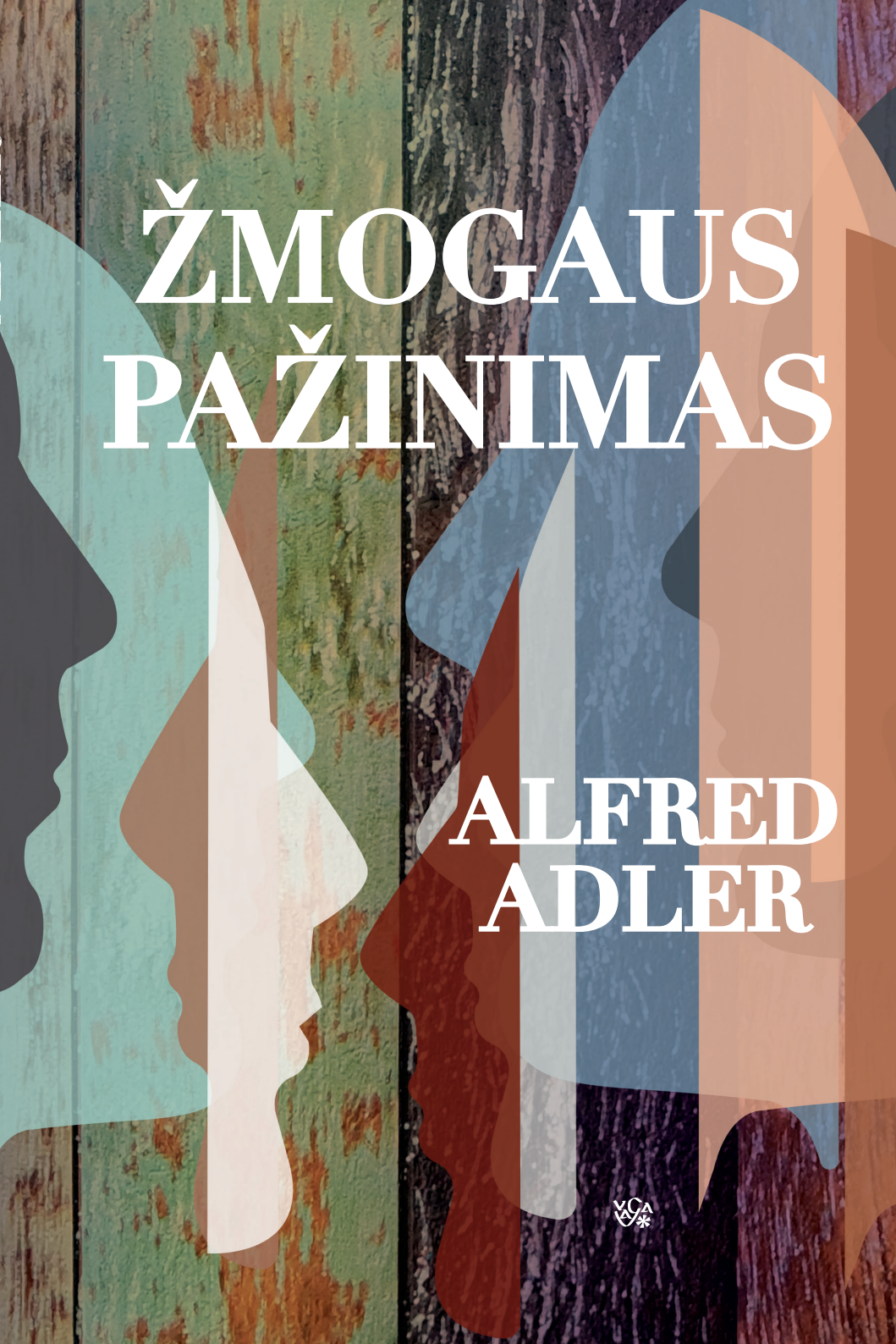


The book cover features a background of vertical wood-grain panels in shades of green, brown, and blue. Overlaid on this are several stylized, overlapping profiles of human heads in various colors: teal, light beige, dark blue, and reddish-brown. The title is written in a large, white, serif font, and the author's name is in a smaller, white, serif font.

ŽMOGAUS PAŽINIMAS

ALFRED
ADLER

ŽMOGAUS PAŽINIMAS

Alfred Adler

ŽMOGAUS PAŽINIMAS

Iš vokiečių kalbos vertė
Austėja Merkevičiūtė



Vilnius 2023

Versta iš:
Alfred Adler
MENSCHENKENNTNIS

Bibliografinė informacija
pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų
informacinės sistemos (LIBIS) portale *ibiblioteka.lt*

© Vertimas į lietuvių kalbą, Austėja Merkevičiūtė, 2008
© Leidykla VAGA, 2008, 2023
ISBN 978-5-415-02679-1

TURINYS

PRATARMĖ.....	11
---------------	----

I

BENDROJI DALIS.....	13
---------------------	----

ĮVADAS	13
--------------	----

Pirmas skyrius. ŽMOGAUS PSICHIKA	23
--	----

1. Psichikos gyvenimo sąvoka ir prielaidos.....	23
---	----

2. Psichikos organo funkcija.....	24
-----------------------------------	----

3. Psichikos gyvenimo teleologija	25
---	----

Antras skyrius. SOCIALINIAI PSICHIKOS GYVENIMO ASPEKTAI	31
---	----

1. Absoliuti tiesa.....	31
-------------------------	----

2. Bendrystės būtinybė.....	32
-----------------------------	----

3. Saugumas ir prisitaikymas.....	34
-----------------------------------	----

4. Bendrystės jausmas	36
-----------------------------	----

Trečias skyrius. VAIKAS IR VISUOMENĖ	37
--	----

1. Kūdikio padėtis	37
--------------------------	----

2. Sunkumų poveikis vaikui	39
----------------------------------	----

3. Žmogus kaip visuomeniška būtybė.....	44
---	----

Ketvirtas skyrius. IŠORINIO PASAULIO ĮSPŪDŽIAI.....	46
---	----

1. Bendras pasaulėvaizdis	46
---------------------------------	----

2. Pasaulėvaizdžio raidos elementai	48
---	----

3. Fantazija	56
--------------------	----

4. Sapnai (bendroji dalis)	58
----------------------------------	----

5. Įsijautimas.....	59
---------------------	----

6. Žmogaus poveikis kitam žmogui (hipnozė ir įtaiga).....	61
---	----

Penktas skyrius. NEVISAVERTIŠKUMO JAUSMAS IR PRIPAŽINIMO SIEKIS	66
--	----

1. Ankstyvosios vaikystės aplinkybės	66
--	----

2. Nevisavertiškumo jausmo kompensacija, pripažinimo ir pranašumo siekis	68
3. Pagrindinė raidos linija ir pasaulėvaizdis	75
Šeštas skyrius. PASIRENGIMAS GYVENIMUI.....	84
1. Žaidimas	84
2. Dėmesys ir išsiblaškymas.....	86
3. Aplaidumas ir užmaršumas.....	89
4. Nesąmoningumo sritis	90
5. Sapnai.....	98
6. Talentas	106
Septintas skyrius. LYČIŲ SANTYKIAI.....	108
1. Darbo pasidalijimas ir dvi lytys	108
2. Vyro viršenybė šiandienos kultūroje	110
3. Moters nevisavertiškumo prietaras	116
4. Moters vaidmens vengimas	119
5. Įtampa tarp lyčių	129
6. Reformų mėginimai	131
Aštuntas skyrius. BROLIAI IR SESERYS.....	133

II

MOKYMAS APIE ŽMOGAUS BŪDĄ

Pirmas skyrius. BENDRIEJI SAMPROTAVIMAI.....	140
1. Žmogaus būdo esmė ir ištakos.....	140
2. Bendrystės jausmo reikšmė būdo raidai	144
3. Žmogaus būdo raidos kryptys	149
4. Senoji psichologijos mokykla.....	155
5. Temperamentai ir vidinė sekrecija.....	156
6. Santrauka	162
Antras skyrius. AGRESYVAUS BŪDO BRUOŽAI.....	165
1. Tuščiagarbystė (garbėtroška).....	165
2. Pavyduliavimas	189
3. Pavydas.....	191

4. Godumas.....	194
5. Neapykanta	195
Trečias skyrius. NEAGRESYVAUS BŪDO BRUOŽAI	200
1. Užsisklendimas.....	200
2. Baimė.....	202
3. Neryžtingumas	205
4. Nesuramdomi instinktai kaip nepakankamo pritaikymo požymis	213
Ketvirtas skyrius. KITOS BŪDO RAIŠKOS FORMOS	216
1. Linksmumas.....	216
2. Mąstysena ir kalbėsena.....	217
3. Mokiniškumas.....	218
4. Principų žmonės arba pedantai.....	218
5. Nuolankumas.....	220
6. Pasipūtimas	223
7. Nuotaikos žmonės.....	224
8. Nevykėliai ir nelaimėliai	225
9. Religingumas	226
Penktas skyrius. AFEKTAI	228
A. SKIRIANTYS AFEKTAI	229
1. Pyktis	229
2. Liūdesys	232
3. Piktnaudžiavimas afektais	233
4. Pasišlykštėjimas	234
5. Baimė (išgąstis)	235
B. SIEJANTYS AFEKTAI	237
1. Džiaugsmas	237
2. Užuojauta.....	238
3. Drovumas	238
PRIEDAS	240
Bendros pastabos apie auklėjimą	240
Baigiamasis žodis.....	246
Asmenvardžių ir terminų rodyklė	249

PRATARMĖ

Ši knyga – tai bandymas kuo platesnei auditorijai pateikti tvirtus individualiosios psichologijos pagrindus ir atskleisti jos svarbą pažįstant žmogų; drauge mėginame parodyti, kokie reikšmingi jos principai kasdien bendraujant su žmonėmis ir organizuojant savo gyvenimą. Knygą sudaro paskaitos, kurios buvo skaitomos Vienos liaudies namuose [Volksheim in Wien] ištisus metus šimtams klausytojų. Pagrindinė šios knygos užduotis – parodyti, kaip dėl klaidingos individo elgsenos nugenčia mūsų visuomeninė veikla ir kūryba, padėti atskleisti individui jo klaidas ir paskatinti jį geriau įsilieti į visuomenę.

Žinome, kokios apgailėtinos ir žalingos yra profesinės ar mokslo klaidos. Žmogaus pažinimo klaidos dažniausiai tiesiog pavojingos gyvybei. Tikiuosi, kad ir čia pateikiami, ir ankstesni mūsų teiginiai bei patirtys neliks nepastebėti stropių mūsų mokslo atstovų toli už auditorijos ribų.

Šioje vietoje jaučiuosi privalęs kuo nuoširdžiausiai padėkoti dr. Broseriui. Tai jis kruopščiai užrašė beveik viską, ką pateikiau per paskaitas, peržiūrėjo ir sutvarkė medžiagą. Neperdėsiu sakydamas, kad be jo paramos knyga vargiai būtų pasirodžiusi.

Dėkoju ir dukrai med. dr. Ali Adler, atlikusiai korektūrą ir galutinai sutvarkiusiai knygą, kai aš dairiausi naujų individualiosios psichologijos bičiulių Anglijoje ir Amerikoje.

Knygos pasirodymą labai skatino S. Hirzelio leidykla ir apdairiai parengė tam visuomenę. Už tai individualioji psichologija jai itin dėkinga.

Šios paskaitos, ši knyga turėtų prisidėti nušviesdamos kelią žmonijai.

Londonas, 1926 m. lapkričio 24 d.

Dr. Alfred Adler

I

BENDROJI DALIS

I VADAS

Žmogaus būdas – jo lemtis.

Herodotas

Negalima pernelyg didžiuotis ir puikuotis, kai kalbama apie žmogaus pažinimo pagrindus. Priešingai, tikrasis žmogaus pažinimas verčia mus tapti kuklesnius, nes suvokiame, prie kokios milžiniškos užduoties žmonija triūsia nuo savo kultūros ištakų; tiesa, šis triūsas nebuvo nei kryptingas, nei sistemingas, tad natūralu, kad laikui bėgant atsiranda vos vienas kitas geriau pažįstantis žmogų nei didžioji dauguma. Tai skaudus faktas. Nešališkai patyrinėję įsitikintume, kad dažniausiai esame nepajėgūs pažinti žmogų. Mes visi nelabai jį pažįstame. Tai susiję su mūsų izoliuotu gyvenimu. Dar niekada žmonės negyveno taip izoliuoti kaip šiandien. Nuo pat vaikystės mes palaikome nedaug ryšių. Mus izoliuoja šeima. Apskritai visa mūsų gyvensena neskatina glaudaus kontakto su aplinkiniais, būtino, kad skleistųsi šis menas, žmogaus pažinimas. Tai du tarpusavyje priklausomi veiksniai. Ilgainiui savo ruožtu neįstengiamo užmegzti kontakto su žmonėmis – jie pernelyg ilgai atrodė svetimi, nes jų nesupratome.

Reikšmingiausias šio nesupratimo padarinys yra tas, kad mūsų elgsena su aplinkiniais, mūsų bendrabūvis dažniausiai visiškai nevykę. Dažnai pabrėžiamas opus faktas, kad nesusikalbame ir prasilenkiame, negalime sutarti, nes susiduriame tarsi svetimi ne tik visuomenėje, bet ir su artimiausiais žmonėmis, šeimoje. Kaip dažnai girdime skundus tėvų, kurie nesupranta vaikų, ir atvirkščiai! Vis dėlto pagrindinės žmonių bendrabūvio sąlygos tiesiog verčia suprasti vieniems kitus, nes nuo to esmingai priklauso mūsų elgsena. Žmonės kur kas geriau sugyventų, jeigu labiau pažintų žmogų, nes išnyktų tam tikros trikdančios bendrabūvio formos, kurios šiandien įmanomos tik todėl, kad nepažįstame vieni kitų ir nuolat gresia pavojus apsirikti vertinant kitus pagal išorę, patikėti kitų apsimitinėjimu.

Norėtume paaiškinti, kodėl kaip tik medicina mėgina tyrinėti šią plačią sritį, kurti discipliną, vadinamą žmogaus pažinimu, kokios yra šio mokslo *prielaidos*, kokie uždaviniai jam kyla ir kokių laimėjimų čia galime tikėtis.

Pirmiausia turime pabrėžti, kad pati *psichiatrija* yra disciplina, primygtinai reikalaujanti žmogaus pažinimo. Psichiatras privalo kuo greičiau suvokti paciento psichikos gyvenimą. Tik išsiaiškinus, kas vyksta paciento psichikoje, įmanoma susidaryti teisingą nuomonę, pasiūlyti bei atlikti intervenciją ir gydymą šioje medicinos srityje. Čia negalimi paviršutiniški sprendimai, už kiekvieną klaidą tuoj pat susilaukiame atpildo, o teisingai suvokę dažniausiai savo ruožtu patiriame sėkmę. Žodžiu, nuolat tenka laikyti gana griežtą ir neatidėliotiną egzaminą. Visuomeniniame gyvenime dar galima apsirikti sprendžiant apie kitą žmogų. Ir šiuo atveju kaskart susilaukiame bausmės, bet reakcija į klaidą gali būti tokia pavėluota, kad dažniausiai jau neįžvel-

giame sąryšio ir stebimės, kokias skaudžias nesėkmes ir sunkius likimus sąlygojo klaida, padaryta vertinant žmogų gal net prieš kelis dešimtmečius. Šios aplinkybės vis primena, kad *pažinti žmogų ir nuolat tobulinti šį pažinimą privalo kiekvienas*.

Tirdami ligonius netrukome įsitikinti, kad visa, kas būdinga jų psichikos anomalijų ir komplikacijų struktūrai, iš esmės nėra svetima ir vadinamajam normaliam žmogui. Tik ligos atveju tie patys elementai ir prielaidos aiškesni, ryškesni ir lengviau atpažįstami. Jei turime tai omeny, galime mokytis iš ligos atveju, lygindami juos su normaliu psichikos gyvenimu, kaupti patirtį ir tapti vis akylesni ir normaliomis aplinkybėmis. Tai leidžia mūsų įgūdžiai, taip pat atsidavimas ir kantrybė, kurių reikalauja kiekviena profesija.

Pirmoji išvada, kurią padarėme, buvo tokia: stipriausi žmogaus psichikos gyvenimą formuojantys postūmiai patiriami ankstyvoje vaikystėje. Savaime tai nėra ypatingas atradimas, įvairūs tyrinėtojai panašiai samprotavo visais laikais. Nauja buvo tik tai, kad tuos vaikiškus išgyvenimus, išpūdžius ir nuostatus, kuriuos įstengėme nustatyti, mes pamėginome *susieti* su vėlesniais psichikos gyvenimo reiškiniiais, ankstyvosios vaikystės išgyvenimus lyginome su vėlesnėmis situacijomis ir vėlesne individo laikysena. Paaiškėjo itin svarbus faktas: *pavienių psichikos gyvenimo reiškinių anaipol negalima laikyti nepriklausomomis atskirybėmis*, juos suprasti įmanoma tik pripažinus, kad visi jie sudaro neišardomą visumą, ir išvelgus žmogaus raidos liniją [Bewegungslinie], gyvenimo šablona [Lebensschablone], stilių bei suvokus, kad slaptas vaiko elgsenos tikslas sutampa su suaugusio žmogaus elgsenos tikslu. Trumpai tariant, stulbinamai aiškiai atsiskleidė, kad *psichikos raidos* požiūriu apskritai neįvy-

ko jokių pokyčių, gal kiek pasikeitė išorinė psichikos reiškinių forma, jų konkretus, verbalinis pavidalas, t. y. fenomenai, bet jų pagrindas, tikslas ir dinamika, visa, kas psichikos gyvenimą stumia tikslo link, nepakito. Pvz., susidūrę su baimingo būdo pacientu, nepasitikinčiu ir nuolat besistengiančiu atsiskirti nuo kitų, nesunkiai įsitikindavome, kad tie patys polinkiai, tik vaikiškai paprastesni ir aiškesni, jam buvo būdingi jau trečiaisiais ar ketvirtaisiais gyvenimo metais. Tad ėmėme laikytis taisyklės pirmiausia sutelkti dėmesį į paciento vaikystę. Išmokome daug ką atspėti iš žmogaus vaikystės, sužinoti, ko niekas mums nesaikė. Paciento polinkius laikėme pirmųjų vaikystės išgyvenimų atspaudais, išliekančiais iki senatvės. Antra vertus, išgirdę, kokius vaikystės įvykius žmogus prisimena, ir teisingai tai supratę, galime susidaryti vaizdą, su koku žmogumi susidūrėme. Čia remiamės dar viena išvada: žmonės labai sunkiai vaduojasi iš elgsenos šablono, susiformavusio pirmaisiais gyvenimo metais. Nedaugeliui pavyksta jo atsikratyti, net jei dėl pasikeitusių aplinkybių suaugusio žmogaus psichikos gyvenimo apraiškos mainosi ir todėl daro kitokį įspūdį. Bet tai nereiškia, kad pakito gyvenimo šablonas; psichikos gyvenimo pagrindas tebėra toks pat, raidos linija išlieka, ir galime spėti, kad ir vaikystėje, ir brandos metais žmogaus tikslas yra tas pats. Sutelkti dėmesį į vaikystę prireikė dar ir todėl, kad suvokėme: planuodami kažką keisti neturėtume stengtis tarsi iš aukšto nubraukti begalę paciento išgyvenimų ir įspūdžių, pirmiausia reikia nustatyti ir atskleisti jo elgsenos šabloną, kuris padėtų suprasti žmogaus savitumą ir kartu neįpras-tas jo ligos apraiškas.

Tad svarbiausia mūsų mokslui tapo stebėti vaikų psichikos gyvenimą, ir tai buvo pakankama atgaiva ir pamoka. Paskelbta

daugybė mokslo darbų, kuriuose tyrinėjami pirmieji vaikystės metai. Susikaupė toks milžiniškas dar neapdorotos medžiagos kiekis, kad apsirūpinta ilgam ir kiekvienas čia gali atrasti daug naujo, svarbaus ir įdomaus.

Kartu šis mokslas gali padėti išvengti klaidų: juk žmogaus pažinimas nėra mokslas dėl mokslo. Remdamiesi įgytomis žiniomis savaime išitraukėme į auklėjamąjį darbą ir triūsiamė čia jau daug metų. Auklėjamasis darbas – tai tikras lobis kiekvienam suvokusiam, koks svarbus mokslas yra žmogaus pažinimas, kiekvienam norinčiam jo įgyti ir jį išmėginti; tai ne knyginė išmintis, to reikia išmokti praktiškai. Tam būtina drauge išgyventi kiekvieną psichikos gyvenimo reiškinį, įsijausti į jį, lydėti žmogų per jo džiaugsmus ir būgštavimus; panašiai geras dailininkas piešiamo žmogaus bruožams tegali suteikti tai, ką pajautė. Tad galime sakyti, kad žmogaus pažinimas – tai menas, disponuojantis daugybe įrankių ir, antra vertus, glaudžiai susijęs su kitais menais, menas, kuriuo puikiai pasinaudojo tam tikra žmonių grupė, poetai. Šis menas pirmiausia turėtų plėsti mūsų žinias, skatinti mūsų visų geresnę ir brandesnę psichinę raidą.

Dažnai šis darbas ganėtinai keblus, mat šiuo klausimu visi esame labai jautrūs. Nedaug tėra žmonių, kurie nelaikytų savęs žmogaus žinovais, nors išvis nestudijavo šio mokslo; dar mažiau tokių, kurie nepasijustų užgauti išsyk, vos pasiūlytume jiems geriau pažinti žmogų. Tarp pastarųjų tikrai norintys jį pažinti tėra tie, kuriems žmogaus vertė jau šiek tiek atsiskleidė išgyvenus savo ar atjautus kito sielvartą. Tokiomis aplinkybėmis mūsų veikla neapsieis be tam tikros *taktikos*. Niekas nesukelia tokio priešikumo ir nesulaukia tokios kritikos kaip tiesmukai pateiktos žinios apie žmogaus psichikos gyvenimą. Kiekvienas nenorintis

užsitraukti nemalonės turėtų būti itin atsargus. Geriausias būdas įgyti blogą vardą – neapdairiai naudotis šiuo mokslu, piktnaudžiauti juo, pvz., užstalėje demonstruoti, kiek daug žinai ar numanai apie kaimyno psichikos gyvenimą. Taip pat pavojinga pateikti prašalaičiui pamatines šio mokslo išvalgas kaip iš anksto paruoštus teiginius. Net ir šį tą išmanantys tokiu atveju pagrįstai jaustųsi užgauti. Tad darsyk pakartosime, ką sakėme pradžioje: šis mokslas verčia mus būti kuklesnius, neleisdamas skubotai ar be reikalo švaistytis jo išvadomis; beje, šitai darydami tik pademonstruotume senąją vaikystės puikybę, norą pasigirti ir parodyti, kiek daug jau visko mokame. Toks suaugusio žmogaus elgesys kur kas pavojingesnis. Tad siūlytume palūkėti, pirmiausia pažinti save ir nepiktnaudžiauti žmogaus pažinimu, kur nors įgytomis šiojo žiniomis. Tai tik pridarytų papildomų keblumų besivystančiam mokslui ir pakenktų jo tikslams, nes jam būtų primestos neapdairaus – tiesa, entuziastingo – sekėjų klaidos. Geriau būti atsargiems ir atminti: prieš pareikšdami nuomonę mažų mažiausiai turime išvysti visumą, o pasakyti tą nuomonę reiktų tik kai esame tikri, jog ji kam nors pravers. Mat galime labai pakenkti, net ir visiškai teisingą nuomonę pasakę nevykusiai ar netinkamu momentu.

Prieš tęsdami šiuos samprotavimus turime atremti vieną prieštaravimą, į kurį tikriausiai ne vienas jau atkreipėte dėmesį. Anksčiau teigėme, kad žmogaus raidos linija lieka nepakitusi; šis teiginys kai kam atrodo nesuprantamas, juk žmogus gyvenime įgyja tiek daug patirties, kuri verčia jį keisti elgseną. Betgi prisiminkime, kad kiekviena patirtis daugiareikšmė. Vargiai atsisiras du žmonės, iš tos pačios patirties darantys vienodas praktines išvadas. Patirtis ne visada prideda išminties. Gal ilgainiui

išmokstama vienu sunkumų vengti, kitus pakęsti. Bet dėl to nepakinta žmogaus raidos linija. Toliau pamatysime, kad iš visų patyrimų žmogus praktiškai pasinaudoja tik tam tikrais, tais, kurie, įdėmiau pažvelgus, visada pasirodo kažkaip derantys su jo raidos linija, atitinkantys gyvenimo šabloną. Mūsų kalba su jai būdinga nuojauta tvirtina*, kad kiekvieno valia vienaip arba kitaip pasinaudoti savo patirtimi. Išties kasdien galima įsitikinti, kad iš patirties daromos kuo įvairiausios išvados. Antai, tarkim, žmogus nuolat daro tą pačią klaidą. Net jei pavyktų jam įrodyti, jog klysta, rezultatai gali būti visiškai skirtingi. Vienas padarys išvadą, kad metas nustoti tą klaidą kartojus. Tokia išvada gana reta. Kitas atsakys, kad šitaip elgėsi pernelyg ilgai ir jau niekada nepajėgs atprasti. Trečias dėl savo klaidų kaltins tėvus ar apskritai auklėjimą, tvirtins, kad niekas juo nesirūpino ar pernelyg lepino, ar per griežtai auklėjo, ir toliau kartos savo klaidą. Pastarasis išsiduoda išties tenorįs elgtis kaip elgėsis. Šitaip jis visada gali apsidrausti ir tariamai pasiteisinęs išvengti savikritikos. Pats jis niekuo dėtas, dėl visų jo nesėkmių kalti kiti. Jis nepastebi, kad ne itin stengiasi įveikti savo ydas, priešingai, yra netgi gan aistringai prie jų prisirišęs, ir *blogas auklėjimas iš tiesų tėra kaltas tol, kol žmogus to nori*. Suvokę, kad patirtys daugiareikšmės, kad iš jų galima padaryti įvairias išvadas, suprasime ir tai, kodėl, užuot keitę elgseną, žmogus savo išgyvenimus iškraipo taip, kad jie derėtų prie ankstesnės elgsenos. Matyt, sunkiausia žmogui pažinti ir keisti save.

Kiekvienam, kuris panorėtų įsikišti ir pradėti ugdyti geresnius žmones, būtų labai keblu, jei negalėtų disponuoti žmogaus pažinimo patirtimi ir išvadomis. Veikiausiai jis tik slystų pavir-

* Šį teiginį autorius grindžia žodžių junginių *Erfahrungen machen*, pažodžiui „daryti patirtis“ (įsitikinti). – Vert.

šiumi kaip iki šiol manydamas, jog įstengė kai ką pakeisti, nes pasikeitė išorinė individo raiška, atsirado naujų atspalvių. Remdamiesi praktiniais pavyzdžiais įsitikinsime, kaip menkai toks įsikišimas keičia žmogų, pamatysime, kad šie pokyčiai tėra regimybė, netrukus išsisklaidanti, jei nepakito raidos linija. Žmogaus keitimo procesas anaip tol nelengvas, jis reikalauja nemažai apdairumo ir kantrybės; pirmiausia reikia atsižadėti asmeninės tuščiarbystės, nes kitas žmogus nėra įpareigotas būti mūsų tuščiarbystės objektu. Be to, šis procesas turi vykti taip, kad būtų priimtinas kitam. Juk suprantama, kad žmogus gali atsisakyti šiaip mėgstamo patiekalo vien todėl, kad šis netikusiai pasiūlytas.

Žmogaus pažinimas turi dar vieną, socialinį, aspektą, kuris irgi labai svarbus. Neabejotina, kad žmonės daug geriau sugyventų, labiau suartėtų, jei geriau suprastų vieni kitus. Juk tokiu atveju jie negalėtų vienas kito apgauti. Apgaulės galimybė – tai didžiulė grėsmė visuomenei. Šią grėsmę irgi turime atskleisti kolegoms, kuriuos išlydime į gyvenimą. Jie turi gebėti gyvenime atpažinti visa, kas nesąmoninga, kiekvieną nutylėjimą, apsimitimą, kaukę, klastą ir vylių, kad atkreiptų dėmesį tų, kuriems tai skirta, ir pagelbėtų jiems. Čia mums padės tik sąmoningai pasitelkiamas žmogaus pažinimas.

Tikriausiai įdomus būtų ir toks klausimas: *kas* geriausiai sugeba taikyti ir tobulinti žmogaus pažinimą? Jau minėjome, kad šio mokslo neįmanoma plėtoti tik teoriškai. Nepakanka žinoti taisykles, būtina žinias perkelti į praktiką, ilgainiui jas vis labiau apibendrinant ir geriau suvokiant, idant išmoktume žvelgti aštriau ir giliau, nei leido ankstesnė patirtis. Kaip tik tai yra pagrindinė priežastis, skatinanti teorinį žmogaus pažinimą. Bet lieti šiam mokslui gyvybės tegalime išeidami į gyvenimą, čia

išmėgindami ir taikydami jo principus. Minėtas klausimas persasi todėl, kad mūsų auklėjimas pateikia pernelyg mažai žinių apie žmogų, juolab teisingų, kol kas jis tiesiog nepajėgus pateikti tinkamų žinių. Savieigai paliekama tai, kiek vaikas vystysis ir kokias praktines išvadas padarys iš savo lektūros bei išgyvenimų. Nėra ir tradicijos puoselėti žmogaus pažinimą. Nesukurtas mokymas apie jį, ir šiuo požiūriu žmogaus pažinimas primena chemiją, kai ši dar buvo alchemija.

Pasidomėję, kas iš taip sumišai auklėtųjų sugebėjo pažinti žmogų, pamatysime, kad tai žmonės, dar nepraradę ryšių, išlaikę kontaktą su aplinkiniais ir gyvenimu, žodžiu, tie, kurie tebėra optimistai ar mažų mažiausiai kovojantys pesimistai, dar nepuolę į neviltį. Bet vien kontakto negana, reikia ir išgyvenimo. Tad išvada būtų tokia: šiandien, kai auklėjimas nepakankamas, tikrai pažinti žmogų tegali tam tikro tipo žmonės, „atgailaujantys nusidėjėliai“, tie, kurie arba patys išgyveno visus sielos paklydimus ir galiausiai išsigelbėjo, arba buvo labai arti šito. Žinoma, gali ir kiti, ypač tie, kuriems kas nors tai vykusiai pademonstravo, arba apdovanotieji ypatinga įsijautimo geba. Bet geriausias žmonių žinovas bus tas, kuris pats iškentėjo visas aistras. Regis, ne tik mūsų dienomis, bet ir visų religijų formavimosi laikais atgailaujantis nusidėjėlis labiausiai vertinamas, iškeliamas aukščiau už šimtą teisiųjų. Pasvarstę, kodėl taip atsitinka, turėsime sutikti, kad žmogus, išbridęs iš gyvenimo sunkumų, išsiropšęs iš pelkės, suradęs jėgų viską nusimesti ir pakilti, geriausiai pažįsta ir geruosius, ir bloguosius gyvenimo aspektus. Niekas jam neprilygs, ir labiausiai neprilygs teisusis.

Pažinus žmogaus psichiką savaime randasi pareiga, uždavinys, kurį trumpai galime nusakyti taip: reikia sugriauti žmo-

gaus elgsenos šablona, jei jis pasirodo esąs netinkamas gyvenimui, panaikinti klaidingą perspektyvą, verčiančią jį blaškytis, ir pasiūlyti kitą, palankesnę bendrabūviui ir egzistencijos laimei, – pasiūlyti mąstymo ekonomiją arba, kukliau kalbant, naują, bendrystės jausmu grindžiamą šablona. Anaipol neketiname idealiai formuoti psichikos raidos. Pamatysime, kad didžiulė parama klystančiam ir besiblaškančiam yra tiesiog naujas požiūris, nes žmogus aiškiai pajunta, kur išklydo iš kelio. Tokie samprotavimai anaipol nėra nepriimtini ir griežto determinizmo atstovams, susaistantiems priežasčių ir padarinių grandine visus žmonių gyvenimo įvykius. Neabejotina, kad ir *priežastingumas* pakinta, ir išgyvenimų poveikis visiškai kitoks, kai nubunda dar viena jėga, dar vienas motyvas – *savęs pažinimas*, kai žmogus aiškiau suvokia, kas ir kodėl su juo vyksta. Žmogus tapo kitas ir veikiau- siai niekada negalės šito išsižadėti.

Pirmas skyrius
ŽMOGAUS PSICHIKA

1. Psichikos gyvenimo sąvoka ir prielaidos

Mes teigiame, kad psichiką turi tik *judrūs* gyvi organizmai. Išties ji kuo glaudžiausiai susijusi su laisvu judėjimu. Vargiai įmanoma kalbėti apie išsisknijusių organizmų psichikos gyvenimą, jis jiems apskritai nereikalingas. Tik pagalvokime, kaip siaubinga jausmą ir mintį priskirti išsisknijusiam augalui, kuris tokiu atveju galėtų numatyti būsimą skausmą ir lauktų jo nepajėgdamas apsisaugoti, nes apskritai neįstengia judėti; arba įsivaizduokime, kad augalas turi protą, laisvą valią, bet kartu yra visiškai nepajėgus ta valia pasinaudoti. Jo valia ir protas neišvengiamai būtų nevaisingi.

Taigi matome, kaip ryškiai augalą nuo gyvūno skiria psichikos gyvenimo stygius, ir drauge išsyk suvokiame, *koks svarbus ryšys sieja judėjimą ir psichikos gyvenimą*. Toliau samprotaudami ta linkme turime pripažinti, kad tiriant psichikos gyvenimo raidą reikia suvokti viską, kas siejasi su judėjimu, išsyk atsižvelgti į sunkumus, kurie kyla keičiant buvimo vietą; turime pripažinti, kad psichikos gyvenimas neišvengiamai susijęs su išankstiniu numatymu, patirties kaupimu, atminties ugdymu, visa tai ilgainiui panaudojant gyvenimo praktikai.

Vadinasi, pirmiausia galime teigti, kad psichikos gyvenimo raida neatsiejama nuo judėjimo, kad visus psichikos laimėjimus, jos pažangą sąlygoja kaip tik organizmo judrumas. Šis judrumas

skatina, žadina, reikalauja vis intensyvesnio psichikos gyvenimo. Įsivaizduokime individą, kuriam apskritai uždrausta judėti: jo psichikos gyvenimas būtų pasmerktas sąstingui. „Tik laisvė gimdo milžinus, prievarta griaua ir žudo“.

2. Psichikos organo funkcija

Vertindami psichikos gyvenimo funkciją šiuo požiūriu įsitikinsime, kad regime įgimto sugebėjimo, *puolimo* arba *gynybos organo*, raidą (atsižvelgiant į tai, ar aplinkybės verčia organizmą pulti, ar gintis). Tad psichikos gyvenimas tėra kompleksas puolimo ir gynybos priemonių, kuriomis reaguojama į aplinkos poveikį, siekiant išsaugoti žmogaus organizmą ir užtikrinti jo raidą. Priėmus šią prielaidą atsiranda aibė kitų, taip pat svarbių suvokiant psichiką. *Psichikos gyvenimo neįmanoma įsivaizduoti izoliuoto*, priešingai, psichika neatsiejama nuo to, kas ją supa, ji priima išorinius impulsus, vienaip ar kitaip atsako į juos, puoselėja sugebėjimus ir galias, būtinus, kad organizmas įstengtų pasipriešinti aplinkai arba prisitaikyti prie jos, užtikrinančius jo gyvybingumą.

Taigi išsyk atsiskleidžia daugybė įvairiausių sąryšių. Pirmiausia turime omeny paties organizmo savybes, žmogaus ypatingumą, jo kūniškumą, šiojo pranašumus ir kliaudas. Tiesa, pastarosios sąvokos gana santykinės. Sunku tvirtai pasakyti, ar kokia nors jėga, koks nors organas reiškia pranašumą ar kliaudą. Ir viena, ir kita priklauso nuo susiklosčiusių aplinkybių. Antai žmogaus pėda tam tikra prasme tėra sunykusi plaštaka. Laipiojančiam gyvūnui tai būtų siaubinga kliauda, bet judančiam žeme žmogui tai toks pranašumas, kad jis tikrai nepageidaus keisti pė-

dą į normalią plaštaką. Apskritai neturėtume manyti, kad nevisavertiškumo apraiškos asmens ar tautos gyvenime tėra vien blogybių šaltinis, kaskart tai priklauso nuo aplinkybių. Be to, galime numanyti, kad labai praplėstume tyrinėjimų lauką, pamėgindami atsižvelgti į sąryšius, siejančius žmogaus psichikos gyvenimą ir *kosminius* reiškinius – dienos ir nakties kaitą, saulės viešpatavimą mūsų sistemoje, atomų sužadinimą ir t. t. Mūsų psichikos gyvenimo ypatybės labai priklauso ir nuo šių veiksnių.

3. Psichikos gyvenimo teleologija

Tirdami psichikos impulsus, pirmiausia irgi pastebime tikslo link nukreiptą judėjimą. Todėl reikia pripažinti, kad apsiriktume palaikę žmogaus psichiką statiška visuma; priešingai, ją tegalime įsivaizduoti kaip sąveiką permainingų jėgų, turinčių vieną pagrindą ir siekiančių vieno tikslo. Šį tikslo siekį numano jau pati prisitaikymo sąvoka. Negalime įsivaizduoti psichikos gyvenimo be tikslo, kurio link vyksta jos raida, visa psichikos gyvenimo dinamika.

Tad žmogaus gyvenimą lemia tikslas. Žmogus negali mąstyti, jausti, norėti, netgi sapnuoti, jei to nesąlygoja, nelemia, neriboją, nekreipia įsivaizduojamas tikslas. Šis randasi kone savaime priklausomai nuo organizmo poreikių ir išorinio pasaulio reikalavimų bei neišvengiamo organizmo atsako į juos. Visi fiziniai ir psichiniai žmogaus gyvenimo reiškiniai atitinka pateiktus principus. Psichikos raidą tegalime įsivaizduoti šitaip apribotą, nukreiptą į įsivaizduojamą tikslą, kuris savaime atsiranda sąveikaujant minėtoms jėgoms. Pats tikslas gali būti kintantis arba statiškas.

Alfred Adler (1870–1937) – austrų gydytojas, psichiatras, pasižymėjęs „klini-
kiniu žvilgsniu“, išsyk atpažindavęs organinę ligą ir atspėdavęs žmogaus būdą
iš jo gyvenimo istorijos fragmento, prisiminimo, sapno. Sukūrė individualio-
sios psichologijos sistemą. Atskleidė gimimo eiliškumo svarbą formuojantis
konkrečioms asmenybės bruožams, nepriežiūros ar lepinimo įtaką vaiko vys-
tymuisi, iškėlė idėją, kad pacientai turi būti tiriami ir gydomi atsižvelgiant į
visuminį žmogaus vaizdą. Padarė didelį poveikį šių laikų asmenybės teorijai
ir psichoterapijai.

Kas mes? Kokia mūsų prigimtis? Kur ir kodėl mes einame? Atskleista už šių
klausimų slypinti psichodinamika padarė šią knygą populiarią, svarbią bei
naudingą. Ji pristato pagrindines A. Adler darbų temas. Viena jų – jog mes visi
esame priimančios sprendimus būtybės, atsakingos už savo veiksmus ir elgesį.
„Žmogaus pažinimas“ telkia dėmesį į žmogų pasaulyje, kuris daro įtaką ir pats
yra veikiamas santykių su kitais žmonėmis.

Analizuodamas tokias temas, kaip vaikas ir visuomenė, subjektyvus pasau-
lio suvokimas, nerealumo aspektai, charakterio bruožai bei raiška, jausmai ir
emocijos, autorius pateikia savo sukurtų principų praktinę reikšmę kasdienia-
me gyvenime kontroliuojant santykius su kitais. Taigi autoriaus pagrindinis
siekis – padėti žmonėms gyventi efektyviai bei jausti, jog jie priklauso visuo-
menei.

