

VILNIAUS UNIVERSITETAS
TARPTAUTINIŲ SANTYKIŲ IR POLITIKOS MOKSLŲ INSTITUTAS

POLITIKOS IR MEDIJŲ MAGISTRATŪROS PROGRAMA

AUSTĖJA GRABAUSKAITĖ

II kurso studentė

**EMOCIJŲ DIEGIMAS BREŽNEVIZMO LAIKOTARPIU: „JAUNIMO
GRETŲ“ ANALIZĖ, (1965-1982).**

MAGISTRO DARBAS

Vilnius, 2026

BIBLIOGRAFINIO APRAŠO LAPAS

Grabauskaitė A. Emocijų diegimas Brežnevizmo laikotarpiu: „Jaunimo gretų“ analizė, (1965-1982): Politikos ir medijų programos magistro darbas / VU Tarptautinių santykių ir politikos mokslų institutas; darbo vadovė N. Arlauskaitė. – V., 2026. – 54 p.

Reikšminiai žodžiai: emocijos, emociniai režimai, Brežnevizmas, vėlyvasis sovietmetis, emocijų diegimas, „Jaunimo gretos“.

Šiame darbe nagrinėjamas emocijų diegimas Brežnevizmo laikotarpiu „Jaunimo gretų“ žurnale. Analizuojama, kaip sovietinis režimas diegė, reguliavo ir palaikė pageidaujamas emocijas viešojoje erdvėje. Tyrime emocijos traktuojamos kaip politinio valdymo ir ideologinės kontrolės instrumentas, leidžiantis reguliuoti kasdienį gyvenimą ne administracinėmis ar represinėmis priemonėmis, o per diskursą ir emocines normas. Darbe pristatomos emocijų, emocinių režimų ir emotyvų teorinės sąvokos ir pritaikomas medžiagos analizei. Nagrinėjamas emocinio režimo pobūdis, jo kaita ir specifika Brežnevizmo laikotarpiu; analizuojamas emocijų diegimas per žiniasklaidos diskursus, ypatingą dėmesį skiriant savikontrolei, pedagogikai, medicinai ir meilės svarbai. Remiantis analize padaroma išvada, jog Brežnevizmo laikotarpio emocinis režimas buvo labiau griežtas nei laisvas.

PATVIRTINIMAS APIE ATLIKTO DARBO SAVARANKIŠKUMĄ

Patvirtinu, kad įteikiamas *Emocijų diegimas Brežnevizmo laikotarpiu: „Jaunimo gretų“ analizė, (1965-1982)* darbas yra:

1. Atliktas mano paties ir nėra pateiktas kitam kursui šiame ar ankstesniuose semestruose;
2. Nebuvo naudotas kitame Institute/Universitete Lietuvoje ir užsienyje;
3. Nenaudoja šaltinių, kurie nėra nurodyti darbe, ir pateikia visą panaudotos literatūros sąrašą.

Austėja Grabauskaitė

DIRBTINIO INTELEKTO NAUDOJIMO DEKLARACIJA

Vardas, pavardė: Austėja Grabauskaitė

Studento pažymėjimo numeris: 2315789

Prašome pažymėti „x“ taikytiniems punktams:

☐ Aš **nenaudojau** dirbtinio intelekto įrankių pateikiamame darbe.

☒ x Aš **naudojau** vieną ar kelis dirbtinio intelekto įrankius pateikiamame darbe.

Jei taip, kokius?ChatGPT.....

Dirbtinio intelekto įrankius naudoju kritiškai, kaip pagalbines priemones. Prisiimu visą atsakomybę už darbe pateiktą informaciją, argumentus ir galutinius darbo rezultatus.

(Parašas)

.....

Prašome pažymėti „x“ taikytiniems punktams bei paaiškinti, kaip naudojote dirbtinį intelektą:

Aš naudoju dirbtinio intelekto įrankius šiam/-iems tikslui/-ams:

1. ☐ **Idėjų generavimui** (pavyzdžiui: argumentų ar kontra-argumentų generavimui, struktūros plano sudarymui, galimų tyrimo klausimų generavimui)

Paaiškinkite:

2. ☐ **Informacijos paieškai** (pavyzdžiui: papildomos literatūros ar kontekstinės informacijos paieškai)

Paaiškinkite:

3. ☐ **Kaip rašymo asistentą** (pavyzdžiui: gramatinių ar stiliaus klaidų taisymui, vertimui, pastraipų perstruktūravimui ir pan.)

Paaiškinkite:

4. ☐ **Vizualinės medžiagos kūrimui** (pavyzdžiui: naujo paveikslėlio, žemėlapių sukūrimui ar redagavimui)

Paašškinkite:

5. ☐ **Kaip mokymosi pagalbininką** (pavyzdžiui: papildomam medžiagos paašškinimui paprastesne kalba, sąvokų ar teorinių koncepcijų palyginimui, žinių pasitikrinimo užduočių generavimui ir pan.)

Paašškinkite:

6. ☐ **Duomenų analizei** (pavyzdžiui: skaičiavimui, kodavimui, kokybinių ar kiekybinių duomenų vizualizacijai, lentelės ar grafiko sukūrimui)

Paašškinkite:

7. ☒ **Efektyvumo didinimui** (pavyzdžiui: tekstų santraukų kūrimui, išnašų formatavimui ir pan.)

Paašškinkite: Naudojau ChatGPT išnašų formatavimui ir literatūros sąrašui bei abstrakto ir angliško Summary suformavimui.

- ☐ **Kitu būdu.**

Paašškinkite:

9. **Kokių žingsnių ėmėtės siekdami sumažinti dirbtinio intelekto daromų klaidų ar neatsakingo naudojimo tikimybę?**

Paašškinkite: ...Medžiaga buvo pertikrinta ir pakoreguota manęs, naudojami tik vieši arba mano sukurti šaltiniai.....

Turinys

Įvadas.....	1
1. Emocijų teorijos.....	4
2. Metodologija.....	11
3. Aukštųjų žmoniškųjų emocijų ugdymo ir primityvių biologinių emocijų valdymo emocinis režimas.	14
3.1 Savikontrolės diskursas	18
3.2 Pedagogikos diskursas.....	30
3.3 Medicinos ir mokslo diskursas	34
3.4 Meilės svarbos diskursas	39
4. Brežnevo valdymo laikotarpio emocinis režimas – tarp griežto ir laisvo.....	48
Išvados	52
Literatūros sąrašas	55

Išvadas

Šie laikai pasižymi dideliu, o kitų teigimu ir per dideliu, kalbėjimo apie emocijas mastu. Noras pažinti save išpopuliarino įvairias praktikas – savižiną, psichologiją, psichoterapiją. Pop psichologijos knygos veržiasi į geriausiai parduodamų knygų sąrašus, kuriasi naujos psichologinės tinklalaidės, laidos, o psichologai įgyja įžymybių statusą. Anthony Giddens savo knygoje „Modernybė ir asmens tapatumas“¹ teigia, jog dar vėlyvojoje modernybėje susidarė tam tikros gyvenimo sąlygos, kurios suformavo egzistencinį foną, kuriame domėjimasis savo vidumi, emocijomis, jų aptarimas terapijoje tapo natūralus sprendinys ir jo pasekmė. Konkrečiau, modernybės refleksyvumas, abstrakčios sistemos bei perėjimas nuo lokalumo prie globalumo sudarė sąlygas saviidentiteto paieškoms bei formavimui. Modernybei bei kapitalizmui vystantis ir augant toliau, Vakarų visuomenės susižavėjimas emocijomis, psichologija tik auga – vyrauja įsitikinimas, jog kuo daugiau psichologinių praktikų integruosime į visuomenę bei asmeninį gyvenimą – tuo geriau².

Šis reiškinytis neaplenkė ir šiuolaikinės Lietuvos. Kalbėjimas apie emocijas sutinkamas mene (pvz., MO muziejaus paroda apie meno ir emocijų, psichologijos susitikimą), veikia institucinės iniciatyvos, pavyzdžiui, Sveikatos apsaugos ministerijos inicijuota „Pagalba sau“ platforma, dažnos diskusijos visuomenės lygyje, socialiniuose tinkluose, ypač po įvairių tragedijų, pvz., savižudybių. Diskusijoje apie emocijas Lietuvoje gan stipriai išsiskiria požiūris, jog lietuviams ties emocijomis, emociniu intelektu sekasi gan sunkiai, o galima to priežastis – sovietinis palikimas: „Nepriklausomoje Lietuvoje turi išaugti penkios kartos, jei norime pasiekti kitų užsienio šalių emocinio intelekto lygį, LRT RADIJUI sako Lietuvos socialinio emocinio ugdymo asociacijos prezidentė, Pozityvaus ugdymo instituto vadovė Irma Liubertienė.“³ Tačiau, ar žinome, koks tas sovietų Lietuvoje vyravęs supratimas apie emocijas? Kaip apie emocijas buvo kalbama ar nekalbama? Vėlyvuoju sovietmečiu užaugo priešpaskutinė ir paskutinė sovietmečio kartos, kurios šiuolaikinėje Lietuvoje savo emocinius repertuarus, supratimą apie tai, kokios yra tinkamos ir netinkamos emocijos, perduoda per šeimų kartas, institucijas (pvz., mokykla), socializaciją kitoms kartoms. Tai daro įtaką dabartiniam emociniam ir politiniam projektui, todėl svarbu būtų išsiaiškinti, kokį emocijų įsivaizdavimą šios kartos turėjo, kuris iki šiol gali turėti pėdsaką dabartinėje Lietuvos kultūroje.

¹ Anthony Giddens, *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age* (Stanford, CA: Stanford University Press, 1991).

² Ole Jacob Madsen, *The Therapeutic Turn: How Psychology Altered Western Culture* (London: Routledge, 2014).

³ 15min, „Specialistė: kad lietuviai susitvarkytų su emocijomis, turi pasikeisti dar ne viena karta,“ 15min.lt, paskelbta 2018 gegužės 24 d. <https://www.15min.lt/gyvenimas/naujiena/sveikata/specialiste-kad-lietuviai-susitvarkytu-su-emocijomis-turi-pasikeisti-dar-ne-viena-karta-1028-976844>

Vėlyvajame sovietmetyje įvyksta perėjimas nuo totalitarinio Stalinistinio valdymo per baimę, terorą (represijos, tremtys) ir viešą paklusimą prie labiau autoritarinio, privataus gyvenimo reguliavimu paremto valdymo. Jeigu svarbus tampa privatus gyvenimas, svarbi tampa ir didžiulė jo dalis – emocijos.

Christine Evans pastebi, kad vėlyvaisiais 1960-aisiais ir 1970-aisiais Sovietų Sąjunga patyrė reikšmingų politinių nusivylimų ir ekonominių pokyčių. Kaip atsaką į nusivylimą ties materialiais socializmo pasiekimais SSRS akcentus ima dėti kitur. Pastebimas gan esminis pokytis – bandant vaizduoti esminius sovietinio žmogaus ir sovietinės socialistinės civilizacijos požymius, imama vis labiau pasikliauti emocinėmis ir dvasinėmis, o ne materialinėmis ypatybėmis. Šį pokytį geriausiai pastebėti galima to laikotarpio terminu „socialistinis gyvenimo būdas“. 1970-ųjų sovietinėje propagandoje ir ideologijoje šis terminas tapo pagrindiniu konceptu.⁴ Pats Leonidas Brežnevas šį terminą apibūdindavo per emocijas ir etines sąvokas: „nuoširdaus kolektyvizmo ir bičiuliškumo atmosfera, solidarumas, visų tautų ir žmonių draugiškumas, kuris vis stiprėja diena iš dienos, ir moralinė sveikata, kuri mus stiprina ir daro tvirtesniais.“² Taigi, sovietinis gyvenimo būdas apibūdinamas ir per jausmus, o Sovietų Sąjunga – apibrėžiama per emocijas. Socialistinis gyvenimo būdas leido Sovietų Sąjungai persikelti į kitą konkurencinį lauką su Vakarų valstybėmis – iš materialių gyvenimo sąlygų į vertybių, emocijų, tarpasmeninių santykių, moralės ir etinės „atmosferas“ (kurias kur kas sunkiau pamatuoti).

Jeigu Stalinistinė Sovietų Sąjunga laikėsi akivaizdžiai griežto emocinio režimo, tai koks jis ima vyrauti vėlyvuoju sovietmečiu? Monika Verbalytė ir Jogilė Ulinskaitė, tirdamos emocijas skirtinguose politiniuose režimuose, teigia, kad autoritarinis emocinis režimas nebuvo iš esmės mažiau griežtas, tiesiog pasitelkė kitokias baimės formas nei iki tol (pvz., gėdijimą, pasmerkimą) ir fokusą nukreipė į privataus žmonių gyvenimo reguliavimą. Jeigu Stalinistinio laikotarpio džiaugsmas, entuziazmas turėjo būti tiesiog viešai demonstruojamas paraduose, viešojoje erdvėje, tai vėlyvuoju Sovietmečiu, daugiau susirūpinama, kad žmonės iš esmės pajautų džiaugsmą, ne tik jį demonstruoti. Šį tikslą galima laikyti net labiau kontroliuojančiu ir invaziniu, nes reikalaujama ne tik demonstruoti emociją, bet ir ją iš tiesų internalizuoti⁵.

Taigi, kaip pastebi Christine Evans, Monika Verbalytė ir Jogilė Ulinskaitė, Sovietų Sąjunga persiorientuoja ir daugiau dėmesio ima skirti emocijų diegimui. Privačios emocijos įgyja didelę reikšmę ideologijai, todėl dėmesys joms taip pat turėtų išaugti ir viešojoje erdvėje. Tai galima pastebėti lietuviškoje spaudoje, tiesa, kiek vėliau, maždaug ankstyvaisiais 80-aisiais, imama daug kalbėti apie emocijas ir jausmus. Pavyzdžiui, diskusijos apie šeiminių gyvenimą tampa svarbios ne

⁴ Christine Evans, “The ‘Soviet Way of Life’ as a Way of Feeling: Emotion and Influence on Soviet Central Television in the Brezhnev Era,” *Cahiers du monde russe* 56, nos. 2–3 (2015): 543–569.

⁵ Monika Verbalyte and Jogilė Ulinskaitė, “Emotions and Political Regimes,” in *Research Handbook on the Sociology of Emotion*, ed. (Cheltenham: Edward Elgar Publishing, 2024), 151–172.

vien tik ūkio ir pareigų kontekste, bet ir įvairių vidinių išgyvenimų. Į jausmus ir emocijas pradedama žiūrėti kaip į svarbų socialinio gyvenimo dėmenį. Galima nujausti, jog su nauju dideliu dėmesiu emocijų ir jausmų temoms kuriasi nauja psichologinė kultūra – jausmų ir emocijų auklėjimas, treniravimas, kontrolė, diegimas. Norint geriau suprasti to laikotarpio žmogų, o kartu ir ideologijos veikimą, prasminga tirti, kokios yra jausmų/emocijų auklėjimo kryptys, kaip jausmai ir emocijos suprantami.

Tyrimų apie emocijas vėlyvuoju sovietmečiu netrūksta⁶. Christine Evans tiria, kaip pasitelkiant televiziją buvo formuojama tam tikra „geros nuotaikos“ kultūra, modeliuojamos ir formuojamos emocijos, o su jomis ir tam tikra emocinė bendruomenė. Joshua First susikoncentruoja į Sovietines melodramas ir tai, kaip ir kokia emocinė informacija perduodama per grožinius kūrinius.⁷ Sovietinėms emocijoms skirtas ir atskiras „Slavic review“ numeris, kuriame publikuoti darbai apie emocinį šaltumą, baimę kariuomenės psichologijoje, pasišlykštėjimą, aistrą.⁸ Tačiau didžioji dauguma tyrimų susikoncentruoja į rusišką medžiagą. Dažnai ši medžiaga atstovauja net ne visą Rusiją, o jos centrą – nagrinėjamos centrinės institucijos, filmai, respondentai.

Tačiau negalima teigti, kad tokių tyrimų nėra išvis. Lietuvos atveju, kol kas dominuoja konkrečių emocijų tyrimai. Pavyzdžiui, Tomas Vaiseta tiria nuobodulį vėlyvuoju sovietmečiu ir jo santykį su sovietine ideologija. Autorius parodė, kaip vyraujantis nuobodulys signalizavo ir vedė prie ideologijos ištuštėjimo.⁹ Tas pats autorius kartu su bendraautoriumi Valdemaru Klumbiu knygoje „Mažasis o“ tyrė seksualumo kultūrą, tačiau daug dėmesio skiriama meilės emocijai bei geismo valdymui.¹⁰ Dalia Marcinkevičienė taip pat tiria romantinę meilę. Autorė analizuoja, kaip meilės supratimas buvo formuojamas stalininės ir chruščiovinės šeimos politikos, akcentuojamas seksualinės patirties ir emocijų atskyrimas.¹¹ Antropologė Neringa Klumbytė analizuoja juoką, politinį humorą. Knygoje „Autoritarinis juokas“ autorė analizuoja satyrinį žurnalą „Šluotą“ ir šio žurnalo daugiakryptiškumą santykyje su režimu – tiek režimo darbotvarkės atspindėjimą, tiek prieštaravimą. Klumbytė atskleidžia kaip per kasdienes praktikas, juoką buvo pasipriešinama privataus gyvenimo kontrolei ir pačiam režimui.¹² Taip pat tiriamos ir emocinės praktikos, ritualai,

⁶ Dmitri N. Shalin, “Soviet Civilization and Its Emotional Discontents,” *International Journal of Sociology and Social Policy* 16, No. 9/10 (1996): 21–52.; A. Oberländer, “To Be a Woman Is Hard Work: The Changing Landscape of Gendered Emotions in the Late Soviet Union,” *L’Homme: Europäische Zeitschrift für Feministische Geschichtswissenschaft* 32, no. 2 (2021): 79–96.

⁷ Joshua First, “Making Soviet Melodrama Contemporary: Conveying ‘Emotional Information’ in the Era of Stagnation,” *Studies in Russian and Soviet Cinema* 2, no. 1 (2008): 21–42.

⁸ Slavic Review: Interdisciplinary Quarterly of Russian, Eurasian, and East European Studies 68, No. 2 (2009).

⁹ Tomas Vaiseta, “Nuobodulio visuomenė: vėlyvojo sovietmečio Lietuva (1964–1984)” (daktaro disertacija, 2012), 405.

¹⁰ Valdemaras Klumbyš and Tomas Vaiseta, *Mažasis o: seksualumo kultūra sovietų Lietuvoje* (Vilnius: Baltos lankos, 2022).

¹¹ Dalia Marcinkevičienė, “Romantinė meilė kaip (sovietinė) socialinė politika,” *Colloquia*, No. 21 (2009).

¹² Neringa Klumbytė, *Autoritarinis juokas: politinis humoras ir sovietinė distopija Lietuvoje* (Vilnius: Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras, 2024).

pvz., dainų ir šokių šventės kaip priemonė sukurti ir įtvirtinti naują, hibridinį (nacionalinį ir sovietinį) identitetą.¹³

Tačiau bendrą emocijų spektrą sovietmečiu analizuojančių darbų yra dar mažiau. Artimiausias šiam darbui – Monikos Verbalytės ir Jogilės Ulinskaitės knygos skyrius „Emocijos ir politiniai režimai“ Emocijų sociologijos tyrimų vadovėlyje¹⁴. Remdamosi literatūros analize (tarp jų ir Lietuvos duomenis analizuojančių autorių darbais), autorės suformuoja emocijų režimų koncepciją ir per ją lygina skirtingus nedemokratinus (totalitarinius ir autorinius) bei demokratinus režimus. Tyrime išskiriamos totalitarinėje ir autoritarinėje Sovietų Sąjungoje vyravusios ir bandytos įdiegti arba ribotos emocijos, jų taisyklės ir veikimo būdai – baimė, gėda, pyktis, neapykanta, pavydas, nerimas, nesaugumas, pasididžiavimas, cinizmas, entuziazmas, viltis, apatija, laimė. Monikos Verbalytės ir Jogilės Ulinskaitės tyrimas padengia nemažai skirtingų režimų ir juos palygina, tačiau netiria konkrečių Lietuvos duomenų, todėl šio darbo pridėtinė vertė bus būtent pirminių, lietuviškų duomenų analizė. Taip pat bus bandoma ne tik išskirti emocijas, bet ir giliau panagrinėti jų specifiką, diegimo būdus.

Emocinė transformacija negali įvykti savaime, emociniame posūkyje didelį vaidmenį vaidina žiniasklaida, kuri naudojama kaip įrankis įdiegti tam tikrą emocinį ir vertybinį žodyną, suformuoti konkrečias pageidaujamas emocines konfigūracijas. Dėl šios priežasties bus tiriama būtent žiniasklaida kaip emocijų diegimo įrankis. Taigi šis tyrimas yra jau egzistuojančios literatūros, socialinės/politinės emocijų istorijos ir sociologijos vėlyvuoju sovietmečiu pratęsimas, tačiau bandant suformuoti bendrą Brežnevinio laikotarpio emocijų spektrą ir pildyti nepadengimo spragas lietuviška medžiaga.

Šio tyrimo tikslas – išsiaiškinti ir parodyti, kaip vyksta privačios erdvės reguliavimas ne įstatyminiu, ne administraciniu būdu, o per diskurso pokytį arba diskurso moderavimą. Matmuo, per kurį bus žiūrima į šį reguliavimą, – emocijos.

1. Emocijų teorijos

Ilgą laiką emocijos politikos mokslų disciplinoje nebuvo vertinamos rimtai ir Vakarų akademinėje literatūroje ilgą laiką buvo apleistos. Tai kyla iš pirminio įsitikinimo, jog emocijos yra iš principo privačios ir individualios. Politika kaip kolektyvinė disciplina, atrodo, neturi su tuo nieko bendro.¹⁵ Taip pat emocijų įtraukimui kliudė ir tai, jog vyravo žmogaus kaip racionalaus veikėjo

¹³ Nerija Putnaitė, “Being Soviet and Lithuanian: Song Festivals as Emotional Events to Induce a Hybrid Identity,” *Journal of Baltic Studies* 54, no. 2 (2023): 223–241.

¹⁴ Monika Verbalyte, Jogilė Ulinskaitė, “Emotions and Political Regimes,” in *Research Handbook on the Sociology of Emotion*, ed. (Cheltenham: Edward Elgar Publishing, 2024), 151–172.

¹⁵ Amanda Russell Beattie, Clara Eroukmanoff, and Naomi Head, “Introduction: Interrogating the ‘Everyday’ Politics of Emotions in International Relations,” *Journal of International Political Theory* 15, no. 2 (2019): 136–147.

samprata. Racionalaus pasirinkimo teorijos ir politinės psichologijos šalininkai teigė, jog emocijos yra tik nuokrypis nuo racionalių sprendimų ir priverčia individus daryti mąstymo klaidas.¹⁶ Tačiau politikos mokslų akademikų požiūris į emocijas ir žmogų ima keistis, suprantama, jog emocijos nėra tik asmeniniai potyriai ir gali veikti galios santykius, politinį elgesį, kultūrines normas. Dabar jau daug politikos mokslų atstovų sutinka su emocijų svarba politikoje ir laiko ją legitimium politikos mokslų subjektu.¹⁷ Reikšmingas kiekis disciplinos atstovų yra ištyrę emocijas įvairiais pjūviais: kaip emocijos veikia rinkėjus ir jų sprendimus¹⁸, kaip kuriamos emocinės normos saugumo bendruomenėse¹⁹, kaip emocijos panaudojamos palaikyti autoritariniams režimams²⁰, emocijos kaip pasipriešinimo ir politinių/socialinių judėjimų įrankis²¹. Į emocijas daugiau dėmesio pradėta kreipti net ir tarptautinių santykių literatūroje.²² Daugiausia emocijas nagrinėjančios literatūros koncentruojasi į vienos ar kelių emocijų panaudojimą.²³

Kalbant plačiau, apie emocijų literatūrą apskritai, nesutarimus tarp akademikų apibūdina pagrindinis klausimas – ar emocijos yra universalios, ar socialiniai konstruktai? Dėl šios priežasties konsensusą dėl emocijų apibrėžimo rasti sudėtinga. Padėtį komplikuoja ir tai, jog diskusijoje dalyvauja labai skirtingų disciplinų akademikai, kurie vadovaujasi savo disciplinos prielaidomis. Diskusijoje dalyvauja tiek socialinių/humanitarinių disciplinų mokslininkai – istorikai, antropologai, politologai, sociologai, filosofai, tiek gyvybės mokslų atstovai – psichologai, neuromokslininkai,

¹⁶ Jonathan Mercer, "Rationality and Psychology in International Politics," *International Organization* 59, no. 1 (2005): 77–106.

¹⁷ Tamanna M. Shah, "Emotions in Politics: A Review of Contemporary Perspectives and Trends," *International Political Science Abstracts* 74, no. 1 (2022): 1–14. George E. Marcus and Michael B. Mackuen, "Anxiety, Enthusiasm, and the Vote: The Emotional Underpinnings of Learning and Involvement During Presidential Campaigns," *The American Political Science Review* 87, no. 3 (1993): 672–685.

¹⁸ Milton Lodge and Charles Taber, "The Automaticity of Affect for Political Leaders, Groups, and Issues: An Experimental Test of the Hot Cognition Hypothesis," *Political Psychology* 26 (2005): 455–482.

¹⁹ Simon Koschut, "Appropriately Upset? A Methodological Framework for Tracing the Emotion Norms of the Transatlantic Security Community," *Politics and Governance* 6 (2018): 125.

²⁰ M. Stone, "Italian Fascism's Wartime Enemy and the Politics of Fear," in *Facing Fear: The History of an Emotion in Global Perspective*, ed. M. Laffan and N. M. Weiss (Princeton, NJ: Princeton University Press, 2012), 114–132; S. Fitzpatrick and A. Lüdtke, "Energising the Everyday," in *Beyond Totalitarianism: Stalinism and Nazism Compared*, ed. M. Geyer and S. Fitzpatrick (Cambridge: Cambridge University Press, 2008), 266–301.

²¹ Kate Schick, "Emotions and the Everyday: Ambivalence, Power and Resistance," *Journal of International Political Theory* 15, no. 2 (2019): 261–268; Wendy Pearlman, "Emotions and the Microfoundations of the Arab Uprisings," *Perspectives on Politics* 11, no. 2 (2013): 387–409.

²² Jonathan G. Heaney, "Emotion as Power: Capital and Strategy in the Field of Politics," *Journal of Political Power* 12, no. 2 (2019): 224–244; Chang Zhang and Zi Wang, "Despicable 'Other' and Innocent 'Us': Emotion Politics in the Time of the Pandemic," *Humanities and Social Sciences Communications* 10, no. 1 (2023): 1–11; Jennifer Wolak and Anand Edward Sokhey, "Enraged and Engaged? Emotions as Motives for Discussing Politics," *American Politics Research* 50, no. 2 (2022): 186–198; Simon Koschut, "Can the Bereaved Speak? Emotional Governance and the Contested Meanings of Grief after the Berlin Terror Attack," *Journal of International Political Theory* 15, no. 2 (2019): 148–166; Rebecca Adler-Nissen, Katrine Emilie Andersen, and Lene Hansen, "Images, Emotions, and International Politics: The Death of Alan Kurdi," *Review of International Studies* 46, no. 1 (2020): 75–95; Ali Bilgic and Athina Gkouti, "Who Is Entitled to Feel in the Age of Populism? Women's Resistance to Migrant Detention in Britain," *International Affairs* 97, no. 2 (2021): 483–502.

²³ Adler-Nissen et al. 2020; Pierce, Jonathan J. "Emotions and the policy process: enthusiasm, anger and fear." *Policy & Politics* 49, no. 4 (2021): 595–614; Iasonas Lamprianou and Antonis A. Ellinas, "Emotion, Sophistication and Political Behavior: Evidence from a Laboratory Experiment," *Political Psychology* 40, no. 4 (2019): 859–876.

biologai. Didžiąją dalį emocijas tiriančių autorių galime suskirstyti į universalizmo stovyklą ir socialinio konstruktyvizmo stovyklą. Šiame darbe svarbesnė bus pastaroji.

Universalistinės emocijų sampratos šalininkai²⁴ teigia, kad emocijos visų pirma yra kūniškas potyris ir taip pat yra universalios, nepriklausomos nuo kultūrinių aspektų. Šiai sampratai pritariantys akademikai mano, jog emocijos egzistuoja gamtoje ir praktiškai nėra veikiamos socialinių etikečių ir kultūros. Ilgai dominuojančią poziciją turėjusi Ekman'o veido mimikų teorija vėliau užleido vietą didesniai dėmesiui smegenims ir universalistų stovykloje dominuojančią poziciją užėmė neuromokslininkai.

Didelį dėmesį smegenims, o konkrečiau mąstymui, kognicijai skyrė ir „stovykla stovykloje“ – kognityvistiniai psichologai.²⁵ Nors jų gretose egzistavo ir švelnesnių universalistų, ir beveik tarpinių versijų tarp universalizmo ir konstruktyvizmo, tačiau pagrindinė tyrėjų bazė mąstė apie emocijas kaip universalias. Tiesa, šiems mokslininkams labiau rūpėjo ne emocijų prigimtis, o tai, kokią funkciją jos atlieka. Kognityvistai teigia, kad emocijos yra paremtos individualios situacijos vertinimais (appraisals) ir įsitikinimais paremtais moralinės vertės vertinimais (judgements). Tačiau XX a. 9-ajame dešimtmetyje kognityvistai pradėjo susilaukti kritikos dėl savo pagrindinės prielaidos – kognicijos ir emocijų atskyrimo. Kaip emocija gali daryti įtaką mąstymui, veiksams, jeigu pati nėra kognicija? Dėl šios priežasties kai kurie stovyklos atstovai atsisakė šios griežtos perskyros ir perėjo prie prielaidos, jog emocijos ir mąstymas yra neatskiriami²⁶, kai kurie psichologai net ėmė naudoti sąvoką „kognicija“ (angl. cognition)²⁷.

Kognityviniams psichologams taip pat rūpi klausimas, ar emocijos yra automatinės. Jie pasiūlo sampratą, jog emocijos veikia kaip giliai įtvirtinti/išmokti mąstymo įpročiai, kurie nebūtinai ir ne visada yra išmokti ar pakeisti sąmoningai, bet visada apspręsti dviejų sąlygų: 1) Valentiškumo ir 2) psichologinės kontrolės. Valentiškumas pasireiškia, kai emocija yra maloni arba nemaloni ir tai, kokio intensyvumo ji yra, kaip sunku ar lengva ją perrašyti. Emocijų lauke svarbios psichologinės kontrolės komplikacijos – pvz., ironiškas stebėjimas, kai norėdamas negalvoti apie tam tikrą dalyką,

²⁴ Paul Ekman and Wallace V. Friesen, “Constants across Cultures in the Face and Emotion,” *Journal of Personality and Social Psychology* 17, no. 2 (1971): 124–129; Carroll E. Izard, *The Psychology of Emotions* (New York: Springer Science & Business Media, 1991); William James, “The Emotions,” in *Essays in Radical Empiricism* (New York: Longmans, Green and Co., 1922).

²⁵ Robert B. Zajonc, *Feeling and Thinking: Preferences Need No Inferences*, *American Psychologist* 35, no. 2 (1980): 151–175; Arnold A. Lazarus, “Multimodal Therapy,” in *Handbook of Psychotherapy Integration* (1976): 105–121; Norbert Schwarz and Gerald L. Clore, “Mood, Misattribution, and Judgments of Well-Being: Informative and Directive Functions of Affective States,” *Journal of Personality and Social Psychology* 45, no. 3 (1983): 513–523; Gerald L. Clore and W. Gerrod Parrott, “Cognitive Feelings and Metacognitive Judgments,” *European Journal of Social Psychology* 24, no. 1 (1994): 101–115; Herbert Bless et al., “Mood and the Use of Scripts: Does a Happy Mood Really Lead to Mindlessness?,” *Journal of Personality and Social Psychology* 71, no. 4 (1996): 665–679; Keith Oatley, *Best Laid Schemes: The Psychology of the Emotions* (Cambridge: Cambridge University Press, 1992).

²⁶ Paul O'Rourke and Andrew Ortony, “Explaining Emotions,” in *Consciousness and Emotion in Cognitive Science* (London: Routledge, 1998), 229–269.

²⁷ Douglas Barnett and Hilary Horn Ratner, “The Organization and Integration of Cognition and Emotion in Development,” *Journal of Experimental Child Psychology* 67, no. 3 (1997): 303–316.

vis tiek turi apie tai galvoti, jog galėtum tai patikrinti. Todėl emocijų kontroliavimas nėra paprastas ar vienareikšmis.

Maždaug XX a. 9-ajame dešimtmetyje socialiniai ir humanitariniai mokslai pradėjo kisti. Mokslinį ginčą laimėjus postmodernizmui, vyksta posūkis link kalbos ir kultūros pirmumo. Pradedamas kvestionuoti objektyvumas, mokslas ir apšvietos idėjos apskritai.²⁸ Šis paradigmos pokytis palietė ir sociologiją. Ankstyvajame 9-ajame dešimtmetyje Arlie Hochschild susidomėjo emocijomis darbo vietoje. Ji teigė, kad darbuotojai turi ne tik teisingai demonstruoti emocijas darbo vietoje, bet ir iš tiesų jas jausti. Šis emocijų pajautimas vadinamas emociniu darbu, o primetami jausmai – jausmų taisyklėmis. Jos susijusios su įsitikinimais apie tai, kokio intensyvumo, trukmės, masto turi būti jausmai konkrečiose situacijose ir kokie turi būti šių jausmų objektai. Svarbiausia – šie jausmai turi būti autentiški. Jeigu šis pajautimas nesuveikia, tai sukuria emocinį disonansą, kuris gali vesti į susvetimėjimą su pačia savo savastimi.²⁹ Ši teorija buvo emocijų sociologijos pradžia – po jos publikacijos, sukurti nauji padaliniai nacionalinėse sociologų asociacijose (pvz., Amerikos sociologų asociacijoje įkurtas emocijų sociologijos padalinys)³⁰.

Posūkį link kalbos ir kultūros geriausiai įkūnija antropologai. Šiame kontekste suklesti socialinė konstruktyvistinė perspektyva. Ji teigia, jog emocijos ir tai kaip jos išreiškiamos, interpretuojamos ir patiriamos yra formuojamos ir apsprendžiamos kultūrų ir visuomenių, kuriose jos egzistuoja. Pirmoji šią perspektyvą emocijų tyrimams pritaikė Michelle Z. Rosaldo. Tirdama Ilongotų gentį, ji atrado, kad čia emocijos turėjo ypatingą rolę. Konkrečiau, siejant su tradicine medžiojimo praktika. Ilongotai manė, kad vyrai šia praktika užsiima, eina medžioti būtent dėl savo emocijų – sunkių jausmų. Medžiojimas, o konkrečiau dekapitacija buvo matoma kaip būdas atsikratyti širdį slegiančio pykčio.³¹ Rosaldo parodė, kad žmonių tapatybė, jų santykis su jų gentimi ar visuomenę yra konstruojamas, o ne natūralus.³²

Bene radikaliausia socialinio konstruktyvizmo atstovė – Catherine A. Lutz. Tirdama Ifalukų gentį, Lutz siekė dekonstruoti emocijas ir Vakarams savaime suprantamai atrodančias prielaidas, asociacijų tinklus apie emocijas. Šiai genčiai emocijos buvo intesubjektyvios, išorinės ir pagrindinė jų esmė buvo socialinio statuso, o ne vidinių būsenų demonstravimas. Ištyrusi Ifalukus, Lutz padarė išvadą, jog emocijos yra ne iki-kultūrinės, o išskirtinai kultūrinės.³³ Tokiu būdu Lutz suformavo ne tik Ifalukų etnopsichologinį, bet ir Europietišką-Amerikietišką modelį. Pastarajam Lutz suformavo

²⁸ Jan Plamper, *The History of Emotions: An Introduction* (Oxford: Oxford University Press, 2015), 98.

²⁹ Arlie Russell Hochschild, *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling* (Berkeley: University of California Press, 1983).

³⁰ Plamper, 123.

³¹ Michelle Zimbalist Rosaldo, *Knowledge and Passion* (Cambridge: Cambridge University Press, 1980).

³² Plamper, 101.

³³ Catherine A. Lutz, *Unnatural Emotions: Everyday Sentiments on a Micronesian Atoll and Their Challenge to Western Theory* (Chicago: University of Chicago Press, 1988).

kritiką. Vakarietišrame modelyje blogos emocijos (impulsyvios, vaikiškos, subjektyvios, chaotiškos) buvo išskirtinai susijusios su juodaodžiais, moterimis ir nepasiturinčiais žmonėmis. Geros emocijos suprantamos kaip gyvybingos, individualios ir autonomiškos.³⁴ Sveiką Infalukų genties emocinę sampratą Lutz aiškino per kapitalizmo nebuvimą, artimą genties kontaktą. Tačiau ši Vakarų emocinės sampratos kritika susiduria su problema, su kuria susiduria socialinis konstruktyvizmas bendrai.

Istorikas ir antropologas William M. Reddy teigia, kad socialinis konstruktyvizmas ir poststruktūralizmas apskritai bet kokią kritiką (taip pat ir Vakarams) ar normatyvinį vertinimą padaro nebeįmanomu. Jeigu dėl etnocentrizmo negalima kritikuoti tiriamų visuomenių dėl priespaudos, žmonių kančios, pvz., moterų išnaudojimo, reiškia negalima kritikuoti ir Vakarų, nes Vakarų emocinės normos taip pat lieka tik viena iš kultūrų, vienas iš socialinių konstruktyvų. Taip pat svarbu tampa tai, kad jeigu viskas ateina tik iš kultūros, tuomet neįmanomas ir išsilaisvinimas, pasipriešinimas šiai kultūrai.³⁵ Taip išnyksta politiškumas, joks politinis pasipriešinimas, konfliktas nėra prasmingas, nes jį įdiegti gali tik pats režimas. Vadovaujantis tokiomis prielaidomis, istorija tampa nesvarbi, nes, kad ir kokie pokyčiai vyktų, piliečiai lieka tiek laimingi arba nelaimingi, kiek jiems tai leidžia kultūra, režimas.³⁶

Norėdamas sugrąžinti politiškumą ir agentyvumą į emocijų literatūrą, Reddy pasiūlo vidurio kelią, socialinio konstruktyvizmo ir kognityvinių psichologų universalizmo sutaikymą. Reddy emocija yra žmogaus tikslams aktuali suaktyvuota kognityvinė minčių „medžiaga“, kuri turi būti sparčiai išversta, tačiau smegenyse nuolatos vyksta begalės vertimo užduočių, o aktyvios minčių medžiagos yra milžiniškas kiekis, todėl tam tikra medžiaga nepatenka į dėmesio lauką ir tampa emocija.

Tačiau emocija nėra Reddy pagrindinė sąvoka, socialinio konstruktyvizmo ir universalizmo sutaikymui jis panaudoja John Austin kalbos aktų teoriją.³⁷ Prie konstatyvių (obuolys yra raudonas) ir performatyvių kalbos aktų („Taip“ vestuvių ceremonijoje) jis prideda trečią kalbos aktą – emotyvus. Emotyvai tai kalbos aktų rūšis, besiskirianti nuo performatyvių ir konstatyvinių, kuri apibūdina (kaip konstatyviniai išsireiškimai) ir keičia (kaip performatyviniai išsireiškimai) pasaulį, nes emocinis išraiškos būdas turi tiriamąjį ir savęs keitimo poveikį emocijos mąstymo medžiagai. Tai, kad emotyvai keičia pasaulį reiškia, kad pats bandymas įvardyti emociją („aš esu laimingas“) tą emociją pakeičia. Savęs tiriamasis emotyvų poveikis reiškia, kad pasakęs „aš esu laimingas“ žmogus mintyse ima „tirti“, ar jis tikrai laimingas, ar šis teiginys yra teisingas, ar ne. Emotyvų savęs keitimo poveikis reiškia, kad patikrinus teiginį, emocija gali sustiprėti, susilpnėti. Emotyvai gali veikti kaip

³⁴ Lutz, 61-72.

³⁵ William M. Reddy, *The Navigation of Feeling: A Framework for the History of Emotions* (Cambridge: Cambridge University Press, 2001), 42.

³⁶ Reddy, 47.

³⁷ J. L. Austin, *How to Do Things with Words* (Oxford: Oxford University Press, 1962).

instrumentai kuriant, paslepiant, keičiant ir stiprinant emocijas, nors šie procesai ne visada bus įvykdyti sėkmingai.³⁸ Nors autorius pirmiausia pabrėžia pirmuoju asmeniu pasakytus emotyvus, jie turi ir daugiau rūšių. Antro ar trečio asmens emociniai teiginiai kaip emotyvai veikia ne žmogui, kuris juos teigia, o žmogui, kuriam skiriamas šis teiginys (kalbama apie jį arba jam). Toks teiginys skatina kognityvinę repeticiją ir yra suprantamas kaip emotyvas.³⁹ Taigi svarbus ir emocijos kognityvinis repetavimas, kas būtų aktualu matant kitų žmonių emotyvus arba skaitant juos laikraštyje, žiūrint filme ir panašiai.

Emotyvai gali būti naudojami kaip instrumentas, skirtas tikslams pasiekti per savimanipuliaciją, savęs keitimą. Emotyvas gali būti ir tiesiogiai su tikslu nesusijęs, pvz., norint parduoti automobilį, pardavėjas pirkėjui sako „Malonu susipažinti“. Tačiau šis instrumentas nėra stabilus – kai aktyvuotos mintys, susijusios su emocija, sugriauna esamą tikslų tvarką ir hierarchiją, instrumentinis požiūris į emociją tampa nebeįmanomas. Pavyzdžiui, jeigu darbuotojas užpuolamas viršininko pajaučia, kad norėtų keisti darbą, įprastą instrumentinį linksnumą išlaikyti bus sunkiau. Tokią savęs manipuliaciją, emocijų valdymą Reddy vadina jausmo navigacija.⁴⁰

Politiškumą ir normatyvinę kritiką Reddy bando grąžinti per emocinės laisvės sąvoką. Emocinė laisvė autoriui veikia kaip politinis idealas, pagal kurį tyrėjai gali vertinti emocinius režimus. Ši idėja leidžia paaiškinti istorinius pokyčius ir atlikti kultūrinių skirtumų politinę analizę. Reddy manymu, vienas iš svarbiausių emocijų požymių yra jų sąsaja su aukštos svarbos tikslais – emocijos indikuoja tikslų svarbą arba praneša, kad svarbus tikslas šiuo metu yra apleistas ir turėtų gauti prioritetą.⁴¹ Per prioritetų valdymą ir koordinavimą emocijos tampa politiškai svarbios, nes veda veiksmus net kai konkrečios situacijos, grėsmės ar taisyklės jau pamirštos. Emocijos dažniausiai praneša būtent apie tikslų konfliktą, kai tam tikras tikslas turėtų tapti prioritetu, o kitas neišvengiamai atmestas ir pašalintas iš dėmesio tam, jog žmogus toliau galėtų veikti be pasipriešinimo ir išlaikytų balansą. Taip emocijos perdėlioja aukšto prioriteto tikslus. Nors emocinio valdymo būdai paklūsta normatyviniams tikslams, dėl emotyvų save tiriančio ir save keičiančio elementų niekad nėra aišku, kokį poveikį jie išgaus.⁴² Tuomet emocinė laisvė yra šis laisvas jausmo navigavimas, laisvė keisti aukšto lygio tikslus pagal dviprasmiškas, gluminančias minčių aktyvacijas, kurios neįeina į dėmesio lauką.⁴³

Emociniam režimui neįgalinant šios laisvės, visuomenės nariai patiria emocinę kančią. Emocinė kančia vyksta, kuomet aukšto prioriteto tikslai ima konfliktuoti. Pavyzdžiui, bandant išgauti informaciją kankinimo būdu, kankinamajame susiduria ištikimybės moraliniams, politiniams

³⁸ Reddy, 105.

³⁹ *Ibid*, 107.

⁴⁰ *Ibid*, 109.

⁴¹ *Ibid*, 119.

⁴² *Ibid*, 122.

⁴³ *Ibid*, 123.

idealams ir sveikatos išsaugojimo tikslai. Šiems tikslams konfliktuojant kankinamasis patiria emocinę kančią.⁴⁴

Normatyvus emocijų valdymas ar, Reddy atveju, jausmo navigavimas yra fundamentali kiekvieno režimo dalis. Kiekvienas režimas turi kartu sukurti ir emocinį režimą – normatyvią emocijų tvarką. Režimo lyderiai turi būti įvaldę konkretų režimo emocinio valdymo stilių. Individai neįvaldę šio stiliaus yra marginalizuojami ar baudžiami. Net ir egzistuojant keliems skirtingiems stiliams, jie sudaro hierarchiją ir neprisitaikymas sukuria neaiškią asmens tapatybę, dažnai taip pat marginalizuojamą ir atmetamą. Emociniai režimai gali būti griežti ir laisvi.⁴⁵

Griežti režimai reikalauja piliečių reikšti normatyvias emocijas ir vengti nuo normos nukrypstančių. Emotyvų skaičius yra limituotas ir reiškiamas per ceremonijas, ritualus ir oficialias meno formas. Visuomenės nariai privalo naudoti šiuos emotyvus tinkamomis sąlygomis, tikintis normatyvių emocijų pastiprinimo ir įpročio suformavimo. Individai, atsisakantys naudoti šiuos emotyvus, susiduria su griežtų nuobaudų galimybe. Net pasitelkiantiems emotyvus ir bandantiems paslėpti nepavykusį emocijų pastiprinimą ir neegzistuojantį entuziazmą (jei paslėpimas yra nesėkmingas) gresia nuobaudos.⁴⁶ Smurtas, įkalinimas, nepriteklis, ištrėmimas, kankinimas gali būti tokios nuobodos. Tokių grėsmių galimybė sukelia tikslų konfliktus. Konfliktai susikuria ne tik kankinamuose individuose, bet ir likusiuose visuomenės nariuose, kurių reakcijos neatitinka režimo normatyvių emotyvų. Sukeltas tikslų konfliktas padidina diegiamų emotyvų tinkamą efektą. Kilus nenorminėms emocijoms, kyla tikslų konfliktas, nuobaudų tikimybė primena apie save ir normatyvių emotyvių taikymas ir paryškinimas tampa raminantis ir malonus.⁴⁷

Laisvi emociniai režimai naudoja griežtą emocinį valdymą tik išimtiniais atvejais – tam tikrose institucijose, gyvenimo etapuose. Už šių atvejų režimas mažai apriboja emocinę navigaciją. Toks režimas veikia tik kaip skėtinis režimas, jungiantis skirtingus emocinius stilius. Neskatindamas dirbtinio tikslų konflikto, toks režimas individus palieka pačius koordinuoti savo tikslus ir išlaikyti nuoseklią kryptį, tai gali ir sukelti sunkumų visuomenės nariams.⁴⁸

Normatyvinis, politinis vertinimas vieną iš režimų vertina geriau nei kitą. Pasak Reddy, griežti emociniai prieštarauja žmogaus prigimčiai ir jo galimybėms. Ribodami visas nuo normos nukrypstančias emocijas, griežti režimai užkerta kelią žmonių galimybei keisti tikslus, siekius, išgyventi krizes, abejones, asmenybės pokyčius. Nors tokie režimai pasinaudoja emotyvų instrumentalizmu ir per juos valdo emocijas, bet neatkreipia dėmesio į kitą emotyvų dalį – emocinių aktyvacijų gebėjimą individui primesti nenumatytus ir nenorimus pokyčius. Reddy teigia, kad kai

⁴⁴ *Ibid.*

⁴⁵ *Ibid.*, 125.

⁴⁶ *Ibid.*

⁴⁷ *Ibid.*

⁴⁸ *Ibid.*

režimas susiduria su sunkumais – krizėmis, epidemijomis, karu, trumpuoju laikotarpiu šis griežtų režimų trūkumas gal ir nedarys didelės įtakos, tačiau ilguoju laikotarpiu, dirbtinai sukeliamas tikslų konfliktas ir nepilnavertis žmogaus supratimas tampa svarbiausiu dalyku, ypač kai normatyvinius emotyvus reikia diegti naujoms populiacijoms (kolonizacijos, plėtros atveju). Tuomet emociškai kenčia visi visuomenės nariai.⁴⁹

Galiausiai, Reddy pristato paskutinę svarbią sąvoką – emociniai prieglobsčiai. Režimuose gali susikurti santykiai ar organizacijos, kuriose įprasti normatyviniai emotyvai atlaisvinami, perrašomi (gali net prieštarauti). Emociniuose prieglobsčiuose taip pat gali kurtis emociniai santykiai, kurie įprastame režimo lauke yra matomi kaip nukrypstantys nuo normos. Prieglobsčiai gali atsirasti slaptų organizacijų, privataus bendro supratimo, neformalaus socialumo, ritualų pavidalu. Jie gali tiek suteikti galimybę ir tapti pasipriešinimo, konflikto ir politinės transformacijos vieta, tiek leisti susitaikyti su dabartine tvarka ir padaryti ją lengviau išgyvenamą.⁵⁰

2. Metodologija

Kadangi tyrimo, kuriame būtų išskirtos Brežneviniu laikotarpiu būtent Lietuvoje dominavusios emocijos nepavyko rasti, daugiausiai bus pasitelkiamas universalistinis emocijų sąrašas ir papildomas Monikos Verbalytės ir Jogilės Ulinskaitės išskirtomis emocijomis, kurios neminimos naudojamame universalistinių emocijų sąrašė. Nors toks sąrašas turi riziką apriboti analizę ir likti tik prie universaliai apibrėžtų emocijų, tačiau šiame darbe sąrašas bus naudojamas tik kaip vienas iš pagrindų atrinkti straipsniams, suformuoti raktažodžius.

Raktažodiniai emocijų pavadinimai bus naudojami iš vieno dažniausiai cituojamų Robert Plutchik emocijų rato.⁵¹ Šis modelis pasirinktas, nes išskiria ne tik pirmines emocijas, bet ir jų intensyvumą, emocijų junginius, iš kurių išvedamos naujos. Plutchik emocijų ratas taip pat tinkamas raktažodžių formavimui, nes turi pakankamai platų emocijų spektrą, bet neišskiria per didelio kiekio kategorijų, kurių ieškoti kiekviename straipsnyje būtų neįmanoma. Emocijų raktažodžiai bus naudojami be galūnės, kad būtų galima rasti visų linksnių emocijas.

Tam, jog į analizę būtų įtraukti ir straipsniai, kuriuose minimos emocijos yra specifinės šio laikotarpio Lietuvai, ar tiesiog nepaminėtos Plutchik modelyje, į straipsnių atranką bus įtraukti raktažodžiai, susiję su jautimu, emocijomis apskritai ir su privačiais santykiais susiję žodžiai. Raktažodžiai: pyktis, pasibjaurėjimas, liūdesys, nuostaba, baimė, pasitikėjimas, džiaugsmas, nuojauta, įniršis, neapykanta, sielvartas, nustebimas, siaubas, susižavėjimas, ekstazė, budrumas, apmaudas,

⁴⁹ *Ibid*, 126.

⁵⁰ *Ibid*, 128.

⁵¹ Robert Plutchik, "A General Psychoevolutionary Theory of Emotion," in *Emotion: Theory, Research and Experience. Vol. 1: Theories of Emotion*, ed. Robert Plutchik and Henry Kellerman (New York: Academic Press, 1980), 3–33.

nuobodulys, susimąstymas, išsiblaškyimas, nuogąstavimas (susirūpinimas), susitaikymas, ramybė, susidomėjimas, panieka, gailestis, nepritarimas, pagarba, palankumas, meilė, optimizmas, agresyvumas, emocija, jausmas, afektas, jausti, pergyventi, išgyventi, šeima, sutuoktiniai, mylimasis, mama, tėvas, tėtis, tėvai, vaikai, draugai, dukra, sūnus, močiutė, senelis. Iš Monikos Verbalytės ir Jogilės Ulinskaitės tyrimo pridedama gėda, pavydas, nerimas, nesaugumas, pasididžiavimas/išdidumas, cinizmas, entuziazmas, viltis ir apatija.

Šio darbo medžiaga yra „Jaunimo gretų“ straipsniai, parašyti 1965-1982 metais. 1965 metai pasirinkti dėl Leonido Brežnevo atėjimo į valdžią ir literatūroje minimo „emocinio posūkio“ Sovietų Sąjungoje. 1982 metai pasirinkti dėl Leonido Brežnevo valdymo pabaigos. SSRS vadovaujant kitiems lyderiams, emocijų režimas galėjo kisti, o šiame darbe bus koncentruojamasi į būtent emocinio posūkio pradžią – Brežnevinį laikotarpį. Brežnevo laikotarpis pasirinktas dėl perėjimo nuo akivaizdžiai griežto, represijomis, baime ir viešu paklusimu paremto Stalinistinio režimo, prie privačiu gyvenimo valdymu, emocijų diegimu paremto autoritarinio režimo. Kadangi Chruščiovo valdymo metais šis perėjimas tik prasidėjo ir buvo labiau dinamiškas, pasirenkamas laikotarpis, kuomet režimas stabilizuojasi, emocinės normos, emotyvai nusistovi ir tampa labiau nuspėjami. Susikoncentruojama į straipsnius, kuriuose emocijos minimos tarpasmeninių santykių kontekste, tai reiškia, jog nagrinėjami šeimos, tėvų-vaikų, sutuoktinių, draugų, romantiniai santykiai, o darbo, partijos ir kiti formalūs santykiai šiame darbe nebus tiriami. Šis pasirinkimas atliepia tikslą ištirti būtent privačią erdvę ir jos kontrolę per emocijų diegimą. Taip pat netiriami straipsniai, kuriuose rašoma apie politiką realistiniu, tradiciniu suvokimu, tai yra – militarizmo, partijos, ekonomikos problemos ir klausimai. Tai taip pat susiję su tuo, jog tyrimo tikslas yra tirti kasdienės, privačias sferas. Taip pat šiame darbe nebus tiriami grožiniai ir humoristiniai straipsniai, kadangi šiai medžiagai tirti būtų reikalinga papildoma ir kitokia teorija bei speciali metodologija.

Šiame darbe diskurso analizė bus jungiama su William Reddy emotyvų teorija. Bus pasitelkiama Fairclough trijų dimensijų diskurso analizės samprata. Jis teigia, jog į diskursą reikia žiūrėti kaip į tekstą, diskursyvią praktiką ir socialinės praktikos dalį:

- Diskurso kaip teksto plotmėje bus aprašomi tiriami straipsniai. Pirmiausia, užfiksuojamas naudojamas žodynas, teksto struktūra, gramatika ir kiti teksto aspektai. Dėmesys kreipiamas į prasminius ryšius tarp žodžių, taip pat į žodžių junginius, kurie eina kartu. Norint atrasti junginius, bus išskiriami visi žodžiai, vartojami su nagrinėjamu daiktavardžiu, šiuo atveju emocija, vėliau jie bus sugrupuoti ir iš grupės bus išvedamas

grupavimo kriterijus. Taip pat svarbi ir teksto gramatika – pvz., išskiriama liepiamoji nuosaka.⁵²

- Diskurso kaip diskursyvios praktikos plotmėje tekstai bus siejami su platesniu kontekstu. Tokiu būdu atliekama interpretacija. Abstrakčios praktikos bus paverčiamos lengviau suvokiamomis, pristatant prielaidas ir konvencijas, kuriomis šios praktikos grindžiamos.⁵³

- Diskurso kaip socialinės struktūros plotmėje bus bandoma atskleisti socialinius diskursyvių praktikų efektus. Šiame etape bus pasitelkiama William Reddy emotyvų teorija. Bus bandoma atskleisti dominavimo, priespaudos santykius, kaip emotyvai susiję su režimo palaikymu. Išskirtinai bus ieškoma: išskyrimo į „mes“ ir „kiti“ (kam ir kokiuose kontekstuose tam tikros emocijos leidžiamos, kam ne).⁵⁴ Tai sutampa tiek su diskurso analizės tikslu, tiek su Reddy tikslu atsakyti į klausimą „kas kenčia?“.

Analizuojant tekstų formas, bus fokusuojamasi į „sveiko proto“ prielaidas apie pasaulį, atspindinčias tekstų žodyne ar gramatikoje; taisykles, reguliuojančios tekstų formą – kas, ką, kada ir koku būdu gali teigti, ir į kasdienišką, politines praktikas įprasminantį pasaulio supratimą.⁵⁵

Kalbėjimo funkcijas, kurias tyrinėja politikos mokslų atstovai, galima suskirstyti į tokias grupes: 1) ideologiniai kalbėjimo efektai – kaip kalbėjimas įtvirtina dominavimo ir nelygybės santykius visuomenėje, 2) valdymo ir disciplinavimo įgyvendinimas, 3) socialinis tikrovės konstravimas. Šiame darbe bus atsižvelgiama į visas tris funkcijas. Reddy tikslas, jog emocinius režimus būtų galima vertinti kritiškai ir normatyviškai yra papildomas kritiškos diskurso analizės tipu. Šis tipas ypač susitelkia į ideologinius diskurso efektus ir jų atskleidimą.⁵⁶

Reddy teoriją prijungti buvo pasirinkta dėl vėlyvuoju sovietmečiu egzistavusio dvigubo gyvenimo, gyvenimo „vne“. Tai reiškia, kad režimui nepavyko pilnai įdiegti savo emocinio režimo, tačiau piliečiai toliau jį palaikė tik forma. Taip pat egzistavo įvairios pasipriešinimo organizacijos, pagrindis, subkultūros. Jeigu viskas egzistuoja tik diskurse ar tik kultūroje, toks susidvejinimas ir pasipriešinimas apskritai nebūtų įmanomas.

Šiame darbe bus remiamasi Reddy prielaidomis apie emocijų, emotyvų, emocinių režimų veikimą bei bus naudojamos autoriaus sąvokos aiškinant dominuojančių diskursų veikimą bei darant išvadas. Kadangi tiriami ne dokumentai, dienoraščiai, o laikraščiai, emotyvų efektyvumo ar

⁵² Inga Vinogradnaitė, Diskurso analizė kaip politikos tyrimo metodas: metodinė priemonė politikos mokslų studentams (Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2006), 7-13.

⁵³ Vinogradnaitė, 43-46.

⁵⁴ *Ibid.*

⁵⁵ *Ibid.*, 16.

⁵⁶ *Ibid.*, 25.

neefektyvumo užfiksuoti yra neįmanoma, todėl šiame darbe fokusuojamasi į režimo dėmenį – kaip režimas diegia, kokius emotyvus pasiūlo. Remiantis Reddy emocinės laisvės konceptu pagal emotyvų gausą, (ne)įvairovę, režimo kontekstą (pvz., nuobaudų (ne)egzistavimą), marginalizavimo atvejus ir mechanizmus režimas bus patalpinamas griežto–laisvo režimo spektre. Pagal Reddy teoriją, pagrindinis klausimas, į kurį turi būti atsakyta – kas kenčia? Ar patiriama kančia yra tragedija (neišvengiama emocinio navigavimo pasėkme), ar neteisybė (pagalba kontroliuojančiam emociniam režimui)? Todėl ypatingas dėmesys bus grupėms, kurios dėl režimo sukeltų tikslų konfliktų patiria emocinę kančią.

Šiame darbe tirsiu tiek pirmojo asmens emotyvus, tiek antrojo ir trečiojo. Kadangi antrojo ir trečiojo asmens emotyvai skatina kognityvinę repeticiją (skaitantysis tarsi „pasimatuoja“ emotyvą), jie taip pat yra aktualūs. Trečiojo asmens emotyvai aktualūs, nes jaučiama grėsmių, nuobaudų galimybė per kitų, tekste aprašomų žmonių elgesį.

3. Aukštųjų žmoniškųjų emocijų ugdymo ir primityvių biologinių emocijų valdymo emocinis režimas.

Atlikus emocijų analizę „Jaunimo gretose“ 1965-1982 metais, buvo išskirtas aukštųjų žmoniškųjų emocijų ugdymo ir primityvių biologinių emocijų valdymo emocinis režimas. Jis veikia per tris diskursus – savikontrolės, medicinos ir mokslo bei pedagogikos. Taip pat pateikiamas meilės svarbos kaip aukščiausios žmoniškos emocijos diskursas. Per jį bus pademonstruojama, kaip šis režimas ir trys jį įgalintys diskursai veikia praktiškai ties konkrečia emocija.

Duomenyse reikšmingai atsikartoja žmoniškų ir biologinių emocijų atskyrimas. Po žmoniškumo skėčiu telpa socialumas, kultūra, dorovė, dvasia, moralė, asmenybė, psichologija, o po biologijos – primityvumas, instinktai, impulsai, kūniškumas ir fiziologiškas. Nors pripažįstamos abi žmogaus dalys, ši perskyra naudojama emocijas išdėliojant hierarchijoje. Žmoniškumas vertinamas kaip hierarchiškai aukštai esančių emocijų šaltinis, o biologija – žemųjų: „įvairios mūsų asmenybės išsivystymo pakopos pradedant aukščiausiais socialiniais procesais ir baigiant žemiausiais fiziologiniais instinktais. Susidaro vieningas kompleksas – dalių visuma.⁵⁷“

Emocijų prigimtis apskritai matoma kaip biologinė, įgyti žmogiškumą jos gali proto, sąmonės pagalba. Čia svarbi tampa proto, sąmonės ir biologinių emocijų skirtis. Nervinė, biologinė sistema atskiriama nuo sąmoningo protavimo kaip objektas, kurį reikia priversti paklusti savo valiai, tvardyti. Protas, sąmonė – įrankiai, leidžiantys suvaldyti biologines ir impulsyvias emocijas. Emocijos dažnai

⁵⁷ Napoleonas Indrašius, „Pasitikėjimas savimi“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1977.

vaizduojamos kaip trukdančios protui, aiškiam mąstymui, tai pasireiškia per „blaivaus“ vertinimo sąvoką.

Kartais šiam skirtumui paryškinti emociniai patyrimai skirstomi į jausmus ir emocijas: „Tarybinėje psichologijoje įsigalėjo emocijų skirstymas į du lygius: žemesnįjį (biologinį) ir aukštesnįjį (socialinį). Kartais, norint pabrėžti jų skirtumą, žemesnio lygio psichiniai reiškiniai vadinami emocijomis, aukštesnio lygio – jausmais.⁵⁸“ Tačiau tiek kituose straipsniuose, tiek tame pačiame tekste, vėliau emocijos ir jausmai naudojami kaip sinonimai arba išvis naudojama tik emocijų sąvoka, todėl vardan nuoseklumo analizėje bus išliekama prie emocijų sąvokos.

Naudojama „aikštingumo“ metafora, lyg nervų sistema būtų atskira veikėja, turėtų savo charakterį: „priversti vieną aikštingiausių ir svarbiausių organizmo sistemų paklusti sąmoningai valiai.⁵⁹“ Emocijos atskiriamos nuo žmogaus savasties, emociniai centrai vaizduojami lyg galintys įsakinėti žmogui, turėti savo agentyvumą, norus, interesus, beveik atskirą sąmonę ir net galintys kenkti žmogui, prisidengiant bendrais organizmo interesais.

Proto ir emocijų santykiuje svarbus ir lyties aspektas. Pagal vyraujančią sampratą, moteris vadovaujasi emocijomis, jausmais, intuicija, o vyrai logika, socialinėmis ir teisinėmis taisyklėmis, išvadomis. Dėl moters emocionalumo ji tampa atsakinga už bendrą šeimos emocinį klimatą: „Štai kodėl nuo moters priklausys, ar šeimoje vyraus džiaugsmas, gerumas, laimė, ar visi bus suirzę, kankins vienas kitą visokiomis pastabomis, nurodinėjimais.⁶⁰“ Taigi, vyrai labiau siejami su žmogiško proto, socialumo dalimi, besivadovaujantys logika ir visuomenės nuostatomis, o moterys siejamos su biologine puse – stipriomis emocijomis, jausmais. Nors biologija vaizduojama kaip kažkas, ką reikia įveikti, lyčių prigimtinių skirtumų pagrindimui vis dėlto pasitelkiami jos argumentai. Lyčių skirtumai matomi kaip prigimtiniai: „Vyrai ir moterys griežtai skiriasi lytinės biologijos ir psichologijos požiūriu <...> Jis glūdi pačioje žmogaus prigimtyje.⁶¹“ Kai kuriuose tekstuose pabrėžiamas įgimtas moterų silpnumas ir nuolankumas. Šių savybių slopinimas matomas kaip kliūtis laimingam šeimos gyvenimui: „Kartais gali išgirsti, kad nūnai moteriškumas... Išėjęs iš mados. Kaip gali pasidaryti nemadinga tai, kas pačios gamtos duota?“⁶². Prigimtis svarbi ne tik moterims, bet ir vyrams: „Jei vyras neparodys jėgos, o moteris – silpnumo, – tvirtos šeimos nebus.⁶³“ Taigi, biologiniai argumentai matomi kaip svarbūs, kuomet jais validuojamas moters emocionalumas, paklusnumas, kadangi tai nukrypsta nuo bendro kultūrą išaukštinančio diskurso, tai galime matyti kaip konkrečiai patriarchalinio mąstymo raišką ir moterų paklusimo vyrams pagrindimą.

⁵⁸ Liliana Gutauskienė, „Gardžiai pavalgyti ar klausytis muzikos?“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1979.

⁵⁹ V. Levis, „Sukurk save: Ar mokate rausti?“, Jaunimo gretos Nr. 5, 1974.

⁶⁰ Domas Jakštas, „Dviese: Lygybė“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1977.

⁶¹ Jurijus Riurikovas, „Terra incognita“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1979.

⁶² Domas Jakštas, „Dviese: Lygybė“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1977.

⁶³ Nikolajus Solovjovas, „Mintys apie šeimą“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1977.

Vėlesniu laikotarpiu, biologijos ir žmoniškumo perskyra šiek tiek kinta. Pirmieji biologijos ir žmoniškumo, emocijų ir proto vienybės svarbą pabrėžiantys straipsniai pasirodo dar 1969 m., bet didesnę svarbą įgauna apie 1976 metus. Pavyzdžiui, Jurijus Riurikovas teigia, kad žmogus yra biosocialinė būtybė ir svarbios abi jo dalys – psichologinė, dvasinė (žmogiškoji) ir instinktyvioji (biologinė). Pagal Riurikovą, didžioji dalis emocijų ir mūsų psichikos pagrindas yra pusiausvyros zonoje, dvasiškumo ir kūniškumo lydinyje, balanse. Nepaisant to, lyčių skirtumų aspektas išlieka – moteris ir toliau gretinama su biologišku, pvz., stipriu motinišku instinktu. Straipsnyje „Kas tau, meile?“ dvasiškumo (žmoniškumo) ir kūno (biologiškumo) atskyrimas pristatomas kaip religingos pasaulėžiūros atgyvena: „Visos religijos ir idealizmo rūšys, kalbant paprastai, žiūri į žmogų kaip į sudėtą iš dviejų dėmenų: sielos – aukštesniojo, dieviškojo dėmens ir kūno – žemesniojo, gyvuliško dėmens. Toks žmogaus prigimties supratimas – visų rūšių veidmainystės pagrindas. Tačiau žmogus – ne dviejų dalių matrioška, jo kūnas ne mažiau žmogiškas, negu siela. Visa žmogaus biologija tvirtai suldyta su psichologija, jo kūno pojūčiai – alkis, troškulys, lytinis potraukis – persunkti dvasiškumu ir todėl yra ne gyvuliški, o žmogiški.⁶⁴“ Darbo autorė šį požiūrį laiko vis dėlto nuolankiu, kadangi kūno kaip lygiai svarbios dalies aiškinimas vis tiek remiasi jo „dvasiškumu“ – nebandoma įrodyti, kad biologija yra gera ir vertinga apskritai, o tiesiog, kad kūnas ir jo poreikiai irgi yra dvasiški. Tai įrodo ir autoriaus siūlymas, sprendžiant šio krikščioniško mąstymo paliktą seksualinio neraštingumo problemą – autorius siūlo ugdyti seksualinę kultūrą. Taigi vis dar operuojama kultūros ir dvasingumo sąvokomis. Nepaisant šios vienybės, vis vien akcentuojama ir kur kas svarbesnė išlieka žmogiškoji, psichologinė dalis.

Emocijų ir proto skirties supratimas irgi keičiasi – apie 1975 m. pradedama nedrąsiai kalbėti ir apie mąstymo ir minčių ryšį: „Mąstymas ir jo produktas - žmogaus mintys - be jausmų atrodytų tarytum nuogi. Jausmai lyg paruošia mintis, suteikia joms varomosios jėgos.⁶⁵“ Teigiamos emocijos matomos kaip proto talkininkės – padeda intelektualinei veiklai, stiprina atmintį, dėmesį, valią. Napoleonas Indrašius teigia, kad „Asmenybėje vyrauja trys pagrindiniai reiškiniai: protas, valia ir jausmai. Jie visuomet veikia visi vieningai: nebūna, kad atskiru momentu veiktų vien tik valia arba vien tik jausmai <...> Kai mes mąstome, šiame procese dalyvauja ir valia, ir jausmai. Valia mąstymą remia, organizuoja, tęsia arba nutraukia. Jausmai duoda mąstymui kryptį, skatina apsispręsti.⁶⁶“ Emocijos net „paaukštinamos“ – jei anksčiau buvo matomos kaip priklausančios „žemesniajai“, animalinei žmogaus daliai, tai 1980 m. teigiama, kad „XX amžiuje paaiškėjo, kad emociniai žmogaus sugebėjimai priklauso labai išsivysčiusioms aukštesniosios nervinės veiklos funkcijoms ir susiję su galvos smegenų darbu.⁶⁷“

⁶⁴ Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

⁶⁵ Algimantas Protas, „Sukurk save: nusišypsok!“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1975.

⁶⁶ Napoleonas Indrašius, „Pasėk charakterį - piasi likimą“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1974.

⁶⁷ Liliana Gutauskienė, „Gardžiai pavalgyti ar klausytis muzikos?“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1979.

Pagrindinis pokytis vėlesniu laikotarpiu – skirtingai nei anksčiau, emocijos, nors ir biologinės, vaizduojamos kaip sąžiningai atliekančios savo darbą ir padedančios žmogui. Emocijos yra į sąmoningą dėmesį nepatenkantis signalas apie žmogaus tikslus: „Kaip sąžiningai savo pareigas atliekantis sekretorius emocijos signalizuoja apie kiekvieną žmogui būtiną fizinių ir dvasinių gyvenimo sąlygų pažeidimą, atkreipdamos jo dėmesį tiek į svarbius, tiek ir į šimtus ne tokių svarbių, tačiau anaipol neignoruotinų dalykų, kurių žmogus, sprendžiantis didžiąsias gyvenimo problemas, dažnai nepastebėtų.⁶⁸“ Šiai funkcijai pabrėžti naudojamos kelrodžio, švyturio metaforos. Šis pozityvesnis požiūris į emocijas grindžiamas jų naudingumu, taigi emocijos negali egzistuoti tiesiog, jos turi atlikti užduotį, duoti naudą žmogui. 1976 m. paskelbiamas straipsnis būtent tai indikuojančiu pavadinimu: „Ar naudingos emocijos?“⁶⁹. Verdiktas – emocijos naudingos, tačiau proto, moralės, žmoniškosios dalies kontrolės svarba išlieka ir ji yra emocijų gerumą ar blogumą apsprendžiantis faktorius: „Taigi žmogus turi jėgų, kurias gali pastatyti prieš savo emocines reakcijas. Sumaniai jas naudodamas, jis gali taip sumažinti nepageidautiną emocijų įtaką savo gyvenimui ir darbams, kad kalba apie jų žalą nebeteiks prasmės.⁷⁰“ Su šiuo pozityvesniu požiūriu į emocijas didėja ir joms skiriamas dėmesys, atsiranda atskiros emocijinės temos, psichologijai skirtos rubrikos, pvz., 1979 metais pradedamas „Tarpusavio santykių fakulteto“ skyrelis. Vis dažniau minima psichologija, psichoterapija, taigi emocijų ir psichologijos reikšmė didėja, ji labiau rūpi ir skaitytojams: „Tokių ir panašių klausimų redakcija vis dažniau randa žurnalo skaitytojų laiškuose. Tokius ir panašius klausimus skaitytojai pateikia per susitikimus su redakcijos atstovais.⁷¹“

Apie 1978 m. autoriai ima demonstruoti emocinę įvairovę, skirtingus emocinius tonus, pvz., altruistinės, komunikatyvios, pažinimo, išsigijimo emocijos. Nors sakoma, kad visi emocinio kryptingumo tipai yra daugmaž lygiaverčiai „Gal tik glorinis (linkęs į šlovę), hedonistinis (mėgstas patogų gyvenimą) ir kaupimo tipai dažniau būna susiję su socialiai neigiamu gyvenimo būdu.⁷²“ Taigi, negalima sakyti, kad egzistuoja pilnas ir laisvas emocijų įvairovės spektras. Maždaug tuo pačiu metu, režimas pašvelnėja ir ties biologijos/žmoniškumo skirtimi įvedama samprata, kad biologinės prigimties nereikia visiškai nurašyti, bet reikia ją suprasti, kadangi žmogus yra biosocialinė būtybė: „Jam nevalia besąlygiškai lenktis instinktams kaip gyvūnui, tačiau nevalia ir ignoruoti savo prigimtį.⁷³“ Taip biologija tampa pažinimo objektu, bet vis dar išlieka proto ir normų valdžioje.

Taigi, iš vienos pusės – ilgą laiką emocijos vaizduotos kaip biologinės, priklausančios gyvuliškai, biologinei bazei, atskiros nuo žmogaus „aš“ (protas, sąmonė, valia), o be to ir aiškingos

⁶⁸ Vytis Viliūnas, „Ar naudingos emocijos?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1976.

⁶⁹ *Ibid.*

⁷⁰ *Ibid.*

⁷¹ Jaunimo gretos, „TSF – Tarpusavio santykių fakultetas“, Nr. 5, 1979.

⁷² Liliana Gutauskienė, „Laimė sutikti žmogų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1979.

⁷³ Algirdas Marazas, „Nežinojime daugiau romantikos?“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1979.

bei savanaudiškos. Vėliau, emocijas integravus į proto ir emocijų vienį, svarbiausias išlieka emocijų hierarchizavimui naudojamas žmoniškumo ir biologiskumo atskyrimas – emocijos yra reikalingos, bet tik tos, kurios yra suvaldytos žmogiškuoju elementu – protu, valia, socialumu. Pirmoji strategija, kaip įtvirtinamas toks režimas – savikontrolė.

3.1 Savikontrolės diskursas

Tam, kokios emocijos turi būti slopinamos, o kokios vystomos, svarbus socialumo aspektas. Socialumu pasižyminčios emocijos matomos kaip iš esmės žmoniškos, užimančios aukštą poziciją hierarchijoje. Pats emocijų valdymas yra matomas kaip socialumo sąlyga – jeigu individai nori būti visuomeniškai – turi kontroliuoti savo emocijas. Emocijos ne tik matomos kaip priklausančios nuo visuomeninių pokyčių, bet ir pačios visuomenės likimas priklauso nuo teisingai įsisavinamų ir atliekamų emocijų.

Nesocialiomis matomos pykčio, įniršio, geismo, pavydo, pykčio, susierzinimo emocijos, o su socialumu siejamos meilės, laimės, optimizmo, pasitikėjimo emocijos. Tiesa, dėl kai kurių emocijų vietos diskusijos aršesnės nei dėl kitų. Pavyzdžiui, yra nesutinkančių su geismo nesocialumu, tai ypač ryšku vėlesniu laikotarpiu. Česlovas Grizickas, teigia, kad „Lytinė funkcija yra ne tik fiziologinė, bet ir socialinė, nes ji vyksta ne viename organizme, o reikalauja, kad dalyvautų dvi būtybės - moteris ir vyras.⁷⁴“ Nepaisant to, vis vien pageidaujama geismo kontrolė per visuomenės normas: „Lytinis žmogaus instinktas <...> visuose žmonių vystymosi etapuose jis buvo ir turi būti reguliuojamas moralinių-etinių visuomenės normų.⁷⁵“ Tuo tarpu kituose straipsniuose dominuoja nuomonė, kad nesuvaldytas geismas „suformuoja parazitą visuomenei⁷⁶“ ir yra iš esmės nesocialus.

Nesocialių emocijų reguliavimas siejamas civilizuotumu: „Civilizuotoje visuomenėje normalus žmonių gyvenimas neįmanomas nepristabdant, nereguliuojant seksualinio potraukio.⁷⁷“ Socialumo svarbą iliustruoja ir tai, kad taupyti vienas kito emocijas yra visų pareiga, tai net įvardijama kaip psichinė ekonomika ir siejama su visuomenės sveikata (apie kurią daugiau medicinos diskurso skyriuje).

Ties socialumo aspektu, galima pastebėti palyginimus su gyvūnais ir primityvumo/sudėtingumo perskyrą. Žmogus matomas kaip išvystęs, kai savo emocinius patyrimus ir nukreipia į naujus, visuomeniškai reikšmingus objektus.

Pati emocijų prigimtis matoma kaip „egocentiška“, naudos siekianti tik jas patiriančiam žmogui, todėl natūraliai nesociali, nevisuomeniška, būtent jų valdymas pagal moralės, dorovės ir

⁷⁴ Česlovas Grizickas, „Ar galima pagauti mėlynąją paukštę?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1976.

⁷⁵ *Ibid.*

⁷⁶ Romualdas Lengvinas, „Tu tikrai ne toks“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1977.

⁷⁷ Česlovas Grizickas, „Jaunuolių meilė - jų akyse?“, Jaunimo gretos Nr. 12, 1973.

socialinius principus padaro jas socialiomis: „Todėl labai svarbu laiku prisiminti, kad emocija, tegu ir visuomet teisi, tačiau teisi tikrai čia, tikrai dabar ir tikrai mano atžvilgiu. Spėjus pažvelgti į jos reikalavimus iš šalies, emocinėms reakcijoms būdingo netoliaregiškumo ir egocentrizmo galima išvengti.⁷⁸“

Savikontrolės diskurse svarbi kovos metafora. Šiai kovai, emocijų kontrolei pristatomos įvairios strategijos – autogeninė treniruotės, psichotechnikos, savitaiga. Viena iš autogeninės treniruotės praktikų – emocijų nutrynimasis. Manoma, kad emocijos sukelia įtampą, todėl reikia jas „nutrinti“, tokiu būdu atsipalaiduojama, pailsima. Per šias praktikas, žmogus tampa savo nuotaikos „šeimininku“. Taip patvirtinama žmogaus valios pranašumas prieš emocijas – žmogus tampa ne pasyviu emocijų išgyventoju, o jų šeimininku, valdytoju. Kita kovos praktika – „emocijų nuplovimas“: „Kovojant su tokia emocija, mažai padeda "ne", reikia tuoj pasitelkti kitą, priešingą emociją, kuri, kaip sako pedagogai, „nuplauna kitas“.⁷⁹“ Savikontrolės praktikos įvardijamos kaip ginklas, apsauga, šarvai kovoje.

Dėl stiprios sąsajos su biologija viena labiausiai pabrėžiamų emocijų savikontrolės kontekste – geismas. Būtinybė kontroliuoti geismą pagrindžiama stichijos metafora. Geismas dažnai lyginamas su audra, ugnimi, jūra – viskuo, kas kelia chaosą, turi didelę galią, bet daro žalą, yra neprognozuojami, sunkiai pažabojami ir trumpalaikiai. Per palyginimus su gamtinėmis stichijomis, pabrėžiamas ir jo fiziškumas bei instinktyvumas. Geismas neigiamai pristatomas ypač merginoms. Joms tai grėsmė, potenciali gėda, pažeminimas: „Lytiniai santykiai apsvaigus, žmonėms atneša tik gėdą ir nusivylimą. Ypač tai jaučia mergina“⁸⁰. Pagrindinė atsakomybė už šios emocijos suvaldymą tenka būtent merginoms. Mergina turi suvaldyti savo geismą, jeigu nori įgyti vyro pagarbą. Geismą ypatingai reikia kontroliuoti merginoms, nes jos suvokiamos kaip emocionalesnė, tikinčios meile ir tai matoma kaip galimybė vaikinams jomis manipuliuoti. Didesnė savikontrolė merginoms pažada ir meilę: „Gera žinoma, kad, merginai neskubant bučiuotis, jaunuolis greičiau ją įsimyli.“⁸¹

Tinkamas geismas gali būti praktikuojamas tik įsitraukus protui, kovojant su nevaldomu geismu ir jį nugalint. Čia taip pat naudojama kovos metafora, taip paryškinant suvokimą, jog pati iš savęs ši emocija nėra tinkama: „Lytiniai dviejų žmonių santykiai įvyksta po ilgos kovos tarp lytinės traukos ir proto.“⁸² Kadangi kova suvokiama kaip ilga, geismas irgi laikoma intensyvia ir sunkiai valdoma emocija. Tai parodoma, sulyginant geismą su žemės trauka: „Aišku, kad lytinę trauką, kaip ir žemės trauką, sunku nugalėti.“⁸³ Žemės traukos metafora gali nurodyti į geismo vietą emocijų hierarchijoje.

⁷⁸ Vytis Viliūnas, „Ar naudingos emocijos?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1976.

⁷⁹ Napoleonas Indrašius, „Pasėk charakterį - piasi likimą“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1974.

⁸⁰ E.Bergienė, „Kada mergaitė verkia?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1966.

⁸¹ Česlovas Grizickas, „Jaunuolių meilė - jų akyse?“, Jaunimo gretos Nr. 12, 1973.

⁸² E.Bergienė, „Kada mergaitė verkia?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1966.

⁸³ *Ibid.*

Galiausiai, nesuvaldytas geismas matomas kaip kliūtis laimės emocijai, netgi ir vėlesniame gyvenime. Taip pat vėl pabrėžiama merginos atsakomybė ir nesuvaldžius geismo pateisinamas šiurkštus vyro elgesys vedybiniame gyvenime – „Mergaitė, per anksti pradėjusi moters gyvenimą greitai susidėvi, nuvysta <...> Net ir ištekėjusi tokia moteris nejaučia laimės ir pasitenkinimo. Vyras ja nesidomi, – juk viskas seniai praėję. Jis dažnai ją niekina, žemina, tyčiojasi, nesupranta jaunystės klaidų.⁸⁴“

Ties geismo valdymu svarbus ir lyties aspektas. Vyro geismas suprantamas kaip stipresnis, todėl santuokos pradžioje jis turi savo geismą kontroliuoti, būti kantrus ir nesavanaudiškas. Moters geismas lėtas, gali atsirasti ir po metų, todėl vyras turi atsižvelgti į moters jausmus. Geismo lyties skirtumuose, įprastinis lyčių santykis su biologiskumu pasikoreguoja – jeigu bendrai moters vaizduojamos kaip labiau susijusios su biologija ir todėl emocionalesnės, tai geismo atveju, būtent vyriškas geismas yra biologinis, spontaniškas, o moters psichologinis, nukreiptas į konkretų partnerį, priklausantis nuo švelnumo, dėmesio, rūpestingumo, žmoniškosios šilumos. Vyriškas geismas pateikiamas kaip biologinė/seksualinė įtampa, aktyvumas, veržlumas, o moteriškas geismas kaip paslaptingas jausmas, natūralus pasyvumas, švelnumo ilgesys. Čia įtvirtinama patriarchalinė visuomenėse įprasta, aktyvaus vyro ir pasyvios moters samprata. Įtvirtinant sampratą, kad moters neturėtų jausti stipraus geismo, naudojami normalizuojantys paaiškinimai, jog mergina iki lytinio gyvenimo pradžios net nejaučia potraukio į lytinę meilę. 1978 m. pasirodo ir raginimų tokią prigimtį įveikti, nors pripažinimas, kad moters pasyvumas ateina iš prigimtinės, moteriškos psichikos: „Normalu, kad meilės santykiuose vyras būna aktyvesnis, nei moteris. Tai atitinka specifinius vyriškos psichikos, charakterio ypatumus. Bet tai nereiškia, kad moteris negali ir neprivalo būti aktyvi. <...> abu partneriai privalo būti aktyvūs, švelnūs ir dėmesingi vienas kitam.⁸⁵“

Nors vyrų geismas intensyvesnis už jo valdymą, atsakingos merginos, kadangi jos nustato artumo ribas: „Artumo ribas visada buvo leista nustatyti moteriai. Nuo merginų priklauso, koks klimatas susidarys, sakysime, jaunimo vakare <..> Mergina turi elgtis taip, kad būtų aišku: jos akivaizdoje neleistinos blevyzgos, netinka dviprasmiški anekdotai, bet kokios nešvankybės.⁸⁶“ Ypač griežta ir plati savikontrolė merginoms atsiskleidžia ties prievartavimo atvejais. Net tokioje situacijoje atsakomybė už kontrolę ir valdymą tenka joms: „Bėda, kad merginos neretai pačios lįste lenda į pavojų, savo neatsargiu ar pernelyg drąsiu elgesiu skatindamos vaikinų aistras. Neretai jos lengvabūdės.⁸⁷“ Pastebimas ir stiprus šios kontrolės ir atsakomybės įsisavinimas – net pačios prievartavimų aukos jaučia gėdą ir kaltę dėl savo „lengvabūdiškumo“ ir net gailisi savo prievartautojų: „Aš pati buvau kalta. Sutikau klases draugą su keturiais man nepažistamais vaikinais. Mano protą

⁸⁴ *Ibid.*

⁸⁵ Rita Patamsytė pagal Dobrinko Božinovos straipsnį, „Voltos Lankas“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1978.

⁸⁶ A. Meliksetianas, „Priklauso nuo merginų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1974.

⁸⁷ Česlovas Grizickas, „Ar esi toks, kad to norėti išdrįstum?“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1982.

užliejo lengvabūdiškumo banga – aš su penkiais vaikiniais nuėjau į klasės draugo butą.<...> Mano „skriaudėjai“ jau laisvėje, jie turi savo išrinktasias. Jie laimingi, bet ... Bet metai praleisti nelaisvėje, jiems paliko atsiminimą, skaudų atsiminimą visam gyvenimui.⁸⁸“

Geismo valdymo būtinumas pagrindžiamas bandant sukelti baimę ir nerimą (dažniausiai merginoms, moterims). Šis baimės kėlimas veikia per pamokančias istorijas. Dažniausiai tai istorijos apie neplanuoto nėštumo sugadintą gyvenimą, vyro palikimą iš karto po „pasidavimo“ geismui, garbės ir savivertės praradimą, netgi kaltės dėl lytinio gyvenimo pradžios sukeltas savižudybes: „Prisilakstė. Kaip dabar reikės gyventi? <...> O mergaitės gaila. Visas gyvenimas sudarkytas.⁸⁹“

Nors pavojus akcentuojamas merginoms, baimę bandoma sukelti ir bendrai. Nesuvaldytas geismas pateikiamas kaip emocinis trikdys, psichologinis sukrėtimas, dorovinis ir fizinis pavojus. Nesuvaldytas geismas, ankstyvas lytinis gyvenimas - demoralizuoja psichiką, pratindamas nevaldyti savo instinktų, sukelia dvasios tuštumą ir fizinį nuovargį. Teigiama, kad nesuvaldydami geismo, paaugliai save smukdo moraliai, suluošina savo asmenybę, įgyja priklausomybę nuo sekso.

Svarbu ir tai, kad geismo valdymas pateisinamas laisvės siekiu. Pabrėžiamas, kad Vakarai, susižavėję „laisvosios meilės“ idėja tapo tokie pat seksualinės laisvės vergai, kaip ankstesnės kartos, gyvenusios seksualinio puritonizmo idėjomis. Taip pat nesukontroliavus geismo, susiformuoja banalus požiūris į moterį bei šeimą, todėl tai gali būti matomas kaip moterų objektyvizavimo, opresavimo pagrindas.

Tiesa, santuokoje suvaldytas geismas nėra matomas kaip blogas. Jau 1966 m. geismo laikymas žemu, matomas kaip religijos palikimas, tačiau susilaikymas, ligos, kontrolė vis vien dominuoja. Tuo pačiu metu ir net tuose pačiuose tekstuose laikomasi dviejų požiūrių – 1) gėda dėl geismo yra melaginga, krikščioniškas palikimas, moralizmas, puritonizmas; 2) apsėdimas geismu, meilės biologizavimas ir atskyrimas nuo dvasinės meilės yra buržuazinis idealas.

Literatūroje egzistuoja ir kitoks (tačiau vis tiek iš biologinės dalies kylantis), neseksualinis geismas. Jis yra naudingas ir būtinas norint save ugdyti ir sukurti naujus, priimtinus įpročius. Taigi, iš dalies pripažįstama ir biologinės dalies svarba, bet tik kaip įrankis išsiugdyti kultūrinę: „Norui įsikūnyti būtinas geidimas. Paveldėtų geidimų yra nedaug, todėl norui reikia daug padirbėti, ugdant nesamą geidimą.⁹⁰“ Nepaisant šio pripažinimo, biologinė dalis vis vien matoma tik kaip kažkas, ką reikia modifikuoti, treniruoti pagal kultūrinį aspektą.

Svarbi emocija savikontrolės diskurse yra pyktis. Pykčio kontrolė matoma kaip būdas išvengti barnių. Kaip ir kitos emocijų hierarchijoje žemai esančios emocijos, pyktis lyginamas su įvairiomis stichijomis, ugnimi, audra – tai pabrėžia jo impulsyvumą, nenusipėjamumą ir galimą žalą. Pyktis

⁸⁸ I.V., „J.G. Diskusijų klubas „Prašau žodžio““, Jaunimo gretos Nr. 4, 1982.

⁸⁹ Romualdas Lengvinas, „Tu tikrai ne toks“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1977.

⁹⁰ Napoleonas Indrašius, „Pasėk charakterį - piasui likimą“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1974.

dažnai minimas savitaigos praktikose: „Atkreipkime dėmesį į savo piktumą. Vieną, kitą kartą supykus, išsivysto įprotis, kuris, pykčio priepuoliams kartojantis, vis stiprėja. <...> Reikia išsiugdyti „nuplovimų įprotį“, iš pradžių pasiremiant valia, o toliau leidžiant tvarkytis pačiam įpročiui.⁹¹“ Tai reiškia, jog pyktis yra nepageidaujama emocija šiame emocijų režime, kurio geriau nejausti, reikia jį pakeisti kita emocija. Savikontrolė šiame lauke svarbi ir dėl to, jog tam tikros emocijos prilyginamos blogiems įpročiams tarp jų ir geismas, o šiuo atveju pyktis. Tokių praktikų pagalba bandoma iš esmės perrašyti biologiją, sukurti naujus, režimui tinkančius emocinius įpročius. Kadangi į pyktį žiūrima kaip į įprotį, yra tikėtina, kad režimas siekia „nepripratinti“ jo naudoti, nes vėliau pyktis gali atsisukti prieš valdžią, mobilizuoti pasipriešinimui.

Savikontrolės diskurse taip pat svarbus pažangos aspektas. Savikontrolei turi būti pajungtos atgyvenusios ir nepažangios emocinės patirtys. Pažanga ir atgyvena, naudojant palyginimus su gyvūnais, taip pat persidengia su žmoniškumo vs. biologijos diskursu, kadangi kontrolei pajungtos turi būti biologinės emocijos: „Kita nepageidautina biologinė atgyvena - įniršio ir pykčio afektai. Gyvūnai neturi kito teisėjo tarpusavio konfliktams spręsti, todėl šie afektai, padedantys ryžtingai naudoti nagus ir iltis, dažnai gelbsti juos nuo pavojų ir netikėtumų. Žmogui sugebėjimas niršti nebeaktualus ir nebereikalingas.⁹²“

Pyktis matomas ir kaip silpnų žmonių bruožas, ginklas, kurį jie naudoja gynybai. Svarbiausia, pyktį suvaldyti šeimos gyvenime, čia polinkis į pykčius yra beveik neišvengiamas, bet galima pyktis teisingai, o tai reiškia – pyktis ramiai, duodant pirmumą racionalumui ir protui, o ne emocijai: „O galima ir kitaip: ramiai išsiaiškinti, apsvarstyti abiejų argumentus.⁹³“

Ties pykčiu, taip pat įvedamas lyties aspektas. Moterys linkusios pykti, erzintis dėl niekų, moterų pyktis suvokiamas kaip nevalidus, ateinantis iš jų lyties polinkio į emocionalumą. Todėl pykčio kontrolė moterims dar svarbesnė. Siūloma šį pyktį suvaldyti nusileidžiant, o ne išsprendžiant pykčio priežastį: „Tik mes, moterys, nebūkime per daug irzlios, nekibkime į plaukus dėl kiekvienos smulkmenos, sugebėkime nugalėti tą moterišką "ožį" ir kartais nusileisti. O nusileisti būtina!⁹⁴“

Nusileidimas, pykčio vengimas, pykčio užmiršimas svarbus ir bendrai. Šeimoje svarbiausia taikos palaikymas: „Geriausias vaistas nuo jų – nusileisti vienas kitam.⁹⁵“ Iš vienos pusės daug kalbant apie barnius, pyktį pabrėžiama, kad tai beveik neišvengiama, iš kitos pusės – pyktį reikia kontroliuoti. Tokiu būdu sutuoktiniams parodoma, kad dėl pykčių skirtis nereikia, yra normalu, kad jis kyla, bet nepaisant to, reikėtų jo vengti ir jį suvaldyti.

⁹¹ *Ibid.*

⁹² Vytis Viliūnas, „Ar naudingos emocijos?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1976.

⁹³ Domas Jakštas, „Barnis barniui nelygu“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1977.

⁹⁴ Živilė, „Dviese: Bloga žmona ir gerą vyrą pagadina“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1977.

⁹⁵ Domas Jakštas, „Barnis barniui nelygu“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1977.

Išimtis – pyktis dėl režimo normų neatitinkančių poelgių, emocijų, savybių. Geriausias santykių tipas tam padaryti – draugystė: „Rimuti, tau šiandien užteks, daugiau neduosiu! Na, ir jūs, vyrai, nekvailiokit - žmogų pražudysit! Įkaušęs Rimas, gal būt, užpyks, kad Jonas jį mažu vaiku laiko. Įkaitę vyrai, gal būt, bus nepatenkinti, kad linksmas spektaklis netikėta nutrūks, ir skersakiuos į Joną, o juk kaip tik Jonas pasirodė esąs tikras Rimo draugas.⁹⁶“ Pyktis, tokiu atveju gali būti net tikros draugystės įrodymas. Tačiau pykti ant normų neatitinkančių žmonių galima ir apskritai, ne tik draugystės kontekste: „Tačiau šie iš esmės „netarybiniai žmonės“ gyvena tarp mūsų, mes su jais bendraujame, kenčiame nuo jų, niekinam juos ir neapkenčiame iš širdies.⁹⁷“ Kartais pyktis, panieka net privaloma – pavyzdžiui, jeigu merginos neniekina, nepyksta ant išūlių, girtų vyrų, jos matomos kaip lengvabūdės ir atsakingos už bet kokias vėliau iš vyro neadekvataus elgesio ateinančias pasekmes: „O štai mergaitės savo kompanijose į nusigėrusį vaikiną žiūri be jokios paniekos, tarytum viskas taip ir turėtų būti, apie jo „žygdarbius“ kalba be pasibaisėjimo, net juokaudamos. Vaikinas vos stovi ant kojų, iš tolo dvokia alkoholiu, o mergaitės su juo šoka, kalbasi, klausosi jo kvailų šnekų.⁹⁸“

Išsivysčiusioje visuomenėje pyktis turėtų kelti gėdą: „Kai ji barasi, darosi gėda dėl tokio elgesio.⁹⁹“ Gėda apskritai pristatoma kaip tinkama emocija, skatinanti kovoti su netinkamomis, režimo įsitikinimų neatitinkančiomis, emocijomis: „Tada vieni jausmai - savęs neapkentimas, gėda, pradeda slopinti kitus – bloguosius¹⁰⁰“. Gėda matoma kaip vienas efektyviausių emocijų valdymo instrumentų šalia proto. Apimti emocijų, žmonėms skatinami įsivaizduoti žeminančią situaciją, pajauti gėdą dėl savo emocionalių poelgių. Ypač aktuali gėda yra merginoms. Gėda merginoms pateikiama kaip natūrali ir būtina. Ji siejama su savisaugos instinktu, kadangi apsaugo merginą nuo „fizinio ir moralinio nuostolio“.

Gėda gali suvaldyti ir pavydą: „Pats gėdos jausmas dažnai labai apriboja pavydą.¹⁰¹“ Kiti pavydo kontroliavimo būdai griežtesni: „Labai pravartu pačiam bausti save už pavydą.¹⁰²“ Šiuo pavyzdžiu galima pastebėti, jog emocinis režimas ne pats baudžia už netinkamas emocijas, o skatina žmones patiems save bausti. Taigi, nuobaudos egzistuoja, tačiau per savikontrolės diskursą jos veikia panašiai kaip Fukojiškos disciplinos nuobaudos.

Pavydas suprantamas kaip nesociali emocija, kadangi atsiranda iš antipatijos kitiems: „Antipatija kartais verčia pavyduolius kenkti aplinkiniams: apšnekėti juos, šmeižti, kiršinti, erzinti, žeminti. Versdami kitus kovoti su sunkumais, žemindami juos, jie jaučiasi saugesni, išauga savo pačių

⁹⁶ Vytautas Liutikas, „Tikras draugas...“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1976.

⁹⁷ Sergejus Michalkovas, „Ar moku juoktis?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1981.

⁹⁸ Viktoras Babraitis, „Uždelsto veikimo mina, arba akmuo į merginų daržą“, Jaunimo gretos Nr. 12, 1981.

⁹⁹ Rita V., „Riksmas - silpnųjų ginklas“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1976.

¹⁰⁰ P. Jakobsonas, „Ar galima valdyti jausmus?“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1966.

¹⁰¹ Aleksandras Alekseičikas, „Pavydas“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1976.

¹⁰² *Ibid.*

akyse.¹⁰³ „Save kontroliuojant, auklėjant, antipatiją reikia pakeisti simpatija ir taip atsiras kolektyviškumo, visuomeniškumo jausmas. Išskirtiniais atvejais, pavydas gali būti matomas kaip geras, stimuliuojantis veikti: „Anksčiau ar vėliau pabus žmonos moteriškas pavydas ir ji tikrai panorės apsirengti madingiau, gražiau.¹⁰⁴“ Per gėdos buvimą ar nebuvimą, pavydas išskiriamas į „baltą“ ir „juodą“. Nors ir „baltas“ pavydas suprantamas kaip keliantis nemalonių jausmų, jis nežaloja asmenybės, o ją stimuliuoja, todėl žmonės nesigėdydami gali pripažinti, kad jį jaučia.

Gėdinti galima ir reikia ne tik save, bet ir kitus visuomenės narius. Svarbus aspektas – negali gėdinti žmonių už dalykus, kurie nėra jo kaltė, pvz., senatvė, bet dėl to, kas yra žmogaus valioje – galima: „Kitaip tarus, apkaltinę žmogų tai, kad jis „neįkerta“ aukštosios matematikos, jį neužtarnautai įskaudinsime. Bet prikišti jam ištiziumą, tingėjimą ir apsileidimą turime moralinę teisę, jei žmogus to nusipelnęs. Juk darbštumas, rūpestingumas, pareigingumas, ryžtas, kantrybė – jo paties rankose.¹⁰⁵“

Veikiant gėdingumui, biologines emocijas kontroliuoti padeda ir pagarba sau. Su tuo susijęs ir orumas, išdidumas. Pagarba sau ypač tai aktuali geismo kontrolei ir ypač merginoms. Dažnai vartojama sąvoka „mergaitiškas orumas“. Savipagarba, kaip ir kitos aukštosios emocijos, priskiriama prie socialių: „Merginos savipagarba neatskiriama nuo žmoniškosios, pilietinės garbės. Socialistinėje santvarkoje kiekvienas žmogus turi objektyvias sąlygas išsaugoti asmenišką savipagarbą ir orumą, ir nuo jo paties priklauso, kaip sugebės atskleisti šias moralės savybes, kaip bus vertinamas aplinkinių.¹⁰⁶“

Merginos garbė suprantama kaip stipriai priklausanti nuo susilaikymo, savikontrolės: „merginos garbė – tai ir skaistybė, ir išdidumas, ir kuklumas, ir moteriškumas, ir savitvarda, ir santūrumas, ir būtinai gėdingumas.¹⁰⁷“ Kuklumas, gėdingumas turi būti ne tik jaučiamas, bet ir demonstruojamas išorėje: „Leonardas da Vinčis rašė: „Moterų ir merginų gestai neturi būti išskėsti ar pernelyg atviri, kadangi tai reiškia nesivaržymą arba visišką begėdiškumą, o suglaustos kojos rodo drovų gėdingumą.¹⁰⁸“ Kuklumas vaizduojamas kaip moteriška išmintis, turinti ilgą istoriją, perduotas karta iš kartos kaip sveikatos ir dvasios apsaugojimo priemonė. Svarbu paminėti, kad neskirstant lytimis, per didelis kuklumas matomas kaip žalingas, verčia neapkęsti gyvenimo: „Nereikalingas drovumas, nepasitikėjimas savimi, neryžtingumas, nepilnavertiškumo jausmas bendraujant su kitais ne tik sukelia neigiamus išgyvenimus, bet ir apskritai daro gyvenimą nepakenčiamą.¹⁰⁹“

Moterims savikontrolė ypač svarbi, nes pabrėžiama atsakomybė už savo garbę, net kai nepagarbiai elgiasi vyrai, atsakomybė tenka pačiai merginai: „Kai vyrai nepagarbiai elgiasi su

¹⁰³ *Ibid.*

¹⁰⁴ P/D 353, „Laiškai nepažįstamiems“ Jaunimo gretos Nr. 11, 1980.

¹⁰⁵ Vytautas Liutikas, „Protingai pasirinkęs, lengvai neišsižadėk“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1977.

¹⁰⁶ A. Meliksetianas, „Priklauso nuo merginų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1974.

¹⁰⁷ *Ibid.*

¹⁰⁸ L. Golovanovas, „Sukurk save: jausmų mimiką“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1974.

¹⁰⁹ Liliana Gutauskienė, „Laimė sutikti žmogų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1979

moterimi, tai beveik visada rodo, kad ji pirmoji užmiršo elgtis kaip pridera.¹¹⁰“ Taigi, merginos, pasitelkdamos savigarbą, turi vykdyti ypač griežtą emocijų valdymą – ne tik savo, bet ir vaikinų. Vyras privalo gerbti moterį daugiausiai tik dėl dviejų priežasčių – kaip motiną ir kadangi yra fiziškai stipresnis. Kuklumo įsisavinimas ir atlikimas moterims tampa gan komplikuoatas, nes ilgalaikėje santuokoje jis jau matomas kaip „netikras“ ir iš jo reikia išsilaisvinti: „Jauna žmona turi išsilaisvinti nuo visų baimių ir netikro kuklumo - ji turi būti tikra partnerė, o ne tykus ir pasyvus instrumentas.¹¹¹“ Per savigarbos pavyzdį taip pat galima pastebėti ir režimo perėjimą prie daugiau visuomenės normomis, o ne represijomis pagrįsto valdymo: „Savigarbos suvokimas - stipresnis dorovės akstinas, negu visokie įstatymų apie bausmes rinkiniai.¹¹²“

Kaip priešprieša nevaldomoms emocijoms pastatoma valia. Ji matoma kaip kylanti iš žmoniškosios dalies biologijos/žmoniškumo perskyroje ir yra organizuojama visuomeninių santykių. Nepaisant jos egzistavimo žmogaus nervų sistemoje (biologija), valios neturi gyvuliai, todėl ji matoma kaip žmogiška. Valios konceptas leidžia parodyti, koks galingas yra socialumas ir žmogaus pastangos, valios pagalba galima įgyti net naujus instinktus, refleksus.

Savikontrolės diskursas ypač išryškėja, kuomet 1974 m. pradedamas ilgai gyvavęs „Jaunimo gretų“ skyrelis apie savitaigą „Sukurk save“. Toks rubrikos pavadinimas sufleruoja, kad natūraliame būvyje žmogus nėra savimi, savastį reikia susikurti. Tai taip pat iliustruoja žmoniškumo, kultūros ir socialumo viršenybę prieš biologiją bei individo pastangų ir atsakomybės prisiėmimo svarbą.

Viena iš priežasčių, kodėl emocijas, jausminius išgyvenimus, reikėtų valdyti – emocijos supančioja, atima agentyvumą, apriboja laisvę, protą tam perteikti naudojami tokie būdvardžiai kaip „išsivaduoti“ iš emocijų, „kankinančios“ emocijos, „emocinės blokados“. Tokiame kontekste geriau suprantama tampa kovos metafora – žmogus yra pajėgus pasipriešinti, atlikti aktyvius veiksmus prieš jį „puolančias“ emocijas. Vėlesniame laikotarpyje šis požiūris papildomas ir oponuojančia samprata – emocijos mūsų nepuola, o kaip tik mus gina: „Teisingumo dėlei turime pripažinti, kad net tada, kai dėl emocijų padaromos klaidos, priekaištai joms tam tikra prasme yra nepelnyti, kadangi žmogus tikrai neturi stropesnio ir ištikimesnio savo interesų gynėjo.¹¹³“ Tarp šių sampratų vis dėlto išlieka bendras emocijų ir žmogaus savasties atskyrimas, emocijos vis dar matomos kaip atskirtas nuo „savojo aš“ veikėjas.

Jau minėto požiūrio į emocijas kismą vėlesniu laikotarpiu galima pastebėti per pykčio valdymo kismą. Jei pirmojoje laikotarpio dalyje jis būtinai slopinamas, pykti neleidžiama, tai pačioje laikotarpio pabaigoje, iškyla naratyvų, kurie skatina pyktį išjausti ir perspėja dėl jo užgniaužimo žalos.

¹¹⁰ A. Meliksetianas, „Priklauso nuo merginų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1974.

¹¹¹ Česlovas Grizickas, „Sėkminga santuoka“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1973.

¹¹² A. Meliksetianas, „Priklauso nuo merginų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1974.

¹¹³ Vytis Viliūnas, „Ar naudingos emocijos?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1976.

Teigiama, kad kenkia ne tiek pačios emocijos, o jų slopinimas. Tiesa, šie naratyvai vis dar nuolankūs savikontrolės diskursui, nes tame pačiame straipsnyje ir skatinama išsakyti emocijas, ir teigiama, kad „Žinoma, mūsų civilizuotame pasaulyje laikome nekukliu ir negražiu dalyku pabartam verkti arba supykus pradėti bartis. Gal ir negražu, tačiau, šiaip ar taip, žmonės turėtų būti atviresni, dažniau juoktis, o jeigu yra reikalas - tai ir išsiverkti, išsibarti arba širdingai išsikalbėti.“¹¹⁴ Vėliau patikslinama, kad kontrolę išlaikyti reikia tais atvejais, kai emocinis išgyvenimas yra neracionalus, nenaudingas, atgrasus, taigi proto ir normų kontrolė išlieka. Tiesa, pats autorius teigia, kad emocijų treniravimas nėra jų slopinimas, o apsauga, skydas nuo nepalankių situacijų. Bene vienintelis straipsnis, skatinantis natūralumą, pykčio išjautimą be papildomo perspėjimo dėl savikontrolės būtinybės, publikuotas 1982 m. jau pačioje laikotarpio pabaigoje: „Ginčykitės aistringai, kad ir iki susipykimo. Logika ir jausmais įrodinėkite savo tiesą, o jeigu negalite įrodyti – džiaukitės: jūs priėjote kažką naują. <...> Nebijokite pralaimėti ginčą. Jūs vis tiek jį laimėjote – suartėjote su mylimu žmogumi.“¹¹⁵ Tai gali rodyti į diskurso ar viso emocinio režimo kismo pradžią.

Egzistuoja ir tam tikrų išimčių, emocijų, kurių praktiškai nereikia kontroliuoti, pavyzdžiui, laimė. Ji suprantama, kaip aukščiausias gyvenimo tikslas. Laimė yra sudėtinga ir daugiasluoksniška, todėl jos nesuteiks lengvabūdiški pasilinksminimai, o gyvenimo prasmės turėjimas, šeima, meilė, darbas. Laimė tobulina kūną ir dvasią ir neateina savaime – ją reikia išsikovoti. Laimės iškovojoimas pateikiamas kaip sudėtingas, vingiuotas, ypač sunku rasti kelią į laimę vienam pačiam. Čia svarbu pabrėžti, jog gerų emocijų siekime ypač pabrėžiamos sąmoningos pastangos, darbas, naudojama „savo laimės kalvio“ metafora. Nors potencialą geroms emocijoms turi kiekvienas, jas reikia sąmoningai susikurti savo rankomis, o ne laukti ir būti pasyviu, taigi ir čia svarbi žmogaus kontrolė. Svarbi tampa žmogaus atsakomybė ir agentyvumas; „Turi prisiimti atsakomybę už savo laimę – mane stebina kai kurie šio amžiaus merginų poelgiai: jų visiškas neatsakingumas už ateitį, savąją laimę“¹¹⁶. Atsakomybės priskyrimas svarbus, nes tuomet nelaimingi žmonės yra nelaimingi tik dėl pastangų trūkumo, o ne dėl sisteminių, aplinkybinių priežasčių. Žmogaus pastangų galia yra supriešinama su krikščionišku tikėjimu dievo valia ir likimu: „žmogaus elgesį diktuojanti dievo nereguliuojama laisva valia, na, o nuo jos vingių ir priklausęs žmogaus likimas, kurio įspėti esą negalima.“¹¹⁷ Svarbus akcentas, kad džiaugsmą, laimę reikia nusipelnyti, reiškia geriausios emocijos matomos kaip atlygis už sunkų darbą, pastangas, tinkamą elgesį, o ne kaip žmonių teisė – kažkas, ko nusipelnė visi, kas būdinga žmonėms natūraliai.

Laimė yra pageidaujama emocija, nes yra žmogiška, gyvuliai tokios emocijos patirti negali. Kaip ir kitos tinkamos emocijos, laimė suprantama kaip susijusi su dvasia ir dorove, o jos pirmumas

¹¹⁴ Vytautas Meška, „Jausmų ekologija“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1982.

¹¹⁵ Levas Kovarskis, „navigaciniai“ patarimai (arba dar sykį apie meilę), Jaunimo gretos Nr. 4, 1982.

¹¹⁶ Danguolė Krivelytė, „Rašo mūsų skaitytojai“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1976.

¹¹⁷ Vytautas Liutikas. „Kortos ir... Laiminga žvaigždė“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1976.

bei siekis matomas kaip socializmo pasiekimas: „šeima iš ekonominės visuomenės ląstelės, kokia ji buvo ir tebėra klasinėje visuomenėje, laipsniškai virsta kokybiškai nauja visuomenės kuopele, sutvirtinta doroviniais pagrindais ir tenkinančia iš esmės dvasinius bei dorovinius žmonių poreikius (pvz., laimės siekimas ir kt.).¹¹⁸ Nors pati laimė išeina iš kontrolės ribų, ji yra susijusi su savikontrolė, kaip jos rezultatas: „Asmenybei pakilus iki siekimų lygmens ir pajutus geidžiamų santykių ar veiklos rezultatų tobulumą, pergyvenamas nepakartojamas laimės jausmas.¹¹⁹“ ir kaip mechanizmas naujiems įpročiams sutvirtinti: „O laimės pojūtis yra tolesnis malonumų instinkto išvystymo etapas.¹²⁰“

Priešinga laimei emocija – kančia irgi matoma kaip žmogiška ir dvasinė, kurianti žmogų, tačiau čia ji yra išimtis iš taisyklės – jos siekti nereikia, tačiau nereikia ir stipriai kontroliuoti, galima ją patirti ir dauguma žmonių tikriausiai patirs ją savo gyvenime: „yra centrų <...> kurie pasireiškia tik žmoguje <...> Pastarieji mums padeda jaustis laimingais arba verčia kentėti dvasines kančias, kurių nepatiria gyvuliai.¹²¹“ Natūralu ir normalu ir žmogiška patirti ir kitas neigiamas emocijas: „Tik pagalvokime, kas būtų, jei nebūtų malonumų, skausmų, kančių?¹²²“

Emocijų jautimas, jautrumas yra reikalingas, nereikia visiškai vengti kamuojančių minčių, tapti nejautriam kitų emocijoms, sielvartui, tuomet tik „šliaužiamo gyvenimo paviršiumi“. Kančia gali būti ir pagirtina, ir vengtina, priklauso nuo jos turinio – pavyzdžiui, kentėjimas siekiant savo tikslo matomas kaip garbingas. Teigiama, kad kankintis dėl savo tikslo yra ištikimybės, stipraus, didžio žmogaus įrodymas. O santuokoje kančios reikia vengti, nesitaikstyti su ja. Naudojama nuodų metafora: „O kokia dalis sutuoktinių gyvena pirmoje santuokoje ant skyrybų ribos? Kenčia, bet dėl įvairių sumetimų gyvena, nuodydami save ir aplinką.¹²³“ Susidūrimas su neigiamomis emocijomis pateikiamas ir kaip drąsos bei charakterio stiprybės ženklas: „Charakterio jėga kaip tik ta, kad jis drąsiai sutinka visus nemalonumus, nesišalindamas jų.¹²⁴“ Tačiau nereikia, kad su neigiamomis emocijomis nereikia kovoti ir jų kontroliuoti. Kai kurios iš jų, pavyzdžiui, sielvartas yra per sunkios, nepakeliamos, todėl reikia stengtis jas įveikti. Tai padaryti padeda gerų emocijų skleidimas, dalinimasis su kitais: „Kai visuomenėje skleidi geras emocijas ir pačiam darosi geriau <...> Ir savo kasdienines smulkias nesėkmes daug lengviau nugalėsi. Ir dėl menkniekių nebūsi irzlus.¹²⁵“ Taip pat nuo tokių emocijų gintis galima naudojant humorą, susitvardymą: „Dažnai nerūpestingas humoras vietoj širdgėlos, susitvardymas vietoj nusivylimo aiškiai „gelbsti“ žmogų. Ir ne tik jį, bet ir tuos, kurie

¹¹⁸ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

¹¹⁹ Leonas Jovaiša, „Kaip pažinti save?“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1976.

¹²⁰ Napoleonas Indrašius, „Darbštumo reikia mokytis“, Jaunimo gretos Nr. 1, 1976.

¹²¹ Napoleonas Indrašius, „Pavyduliavimas šeimoje“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1973.

¹²² Napoleonas Indrašius, „Laimingas žmogus“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1971.

¹²³ Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

¹²⁴ Algimantas Protas, „Sukurk save: Ar mokate psichologiškai gintis“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1974.

¹²⁵ Jadvyga Zavišienė, „Simpatingo žmogaus paslaptis“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1975.

su juo. Tokiu būdu ginamasi nuo nepakeliamo sielvarto kaip tik todėl, kad jis nepakeliamas.¹²⁶ Tinkamas įrankis įveikti skausmui yra jau minėta savikontrolės diskurse svarbi gėda. Gėda dėl neigiamų emocijų galima sukelti galvojant ir lyginantis su tais, kuriems už tave yra blogiau: „Kai man sunku, stengiuosi galvoti <...> apie tuos, kuriems daug kartų sunkiau, negu man. Taip ir randu nusiramimą, ir pasidaro gėda, kad dar išdrįsau verkšlenti.“¹²⁷

Su autogenikos, savitaigos išpopuliarėjimu, svarbi tampa ir savianalizė, savistaba – žmonės turėtų nuolatos stebėti savo emocijas, jas atpažinti ir analizuoti. Reikia pastebėti, kruopščiai išanalizuoti, fiksuoti ir lyginti savo emocijas, kad būtų galima jas ištaisyti, valdyti: „Sugebėkime stebėti savo nuotaikas. Kai užėina slogutis, bloga nuotaika, pabandykime ją charakterizuoti. Atsisėskime vieni tyliai kambaryje, užsimerkime ir duokime atsipalaiduoti savo protui. Po to sutelkime dėmesį į savo jausmus. Paklauskime save: ką aš jaučiu? <...> Stenkimės tai sugrupuoti į reiškinius: piktas, įžeistas, nerimaujantis. Po to išnagrinėkime, kas vyksta mūsų viduje. Ar anksčiau buvo tokios nuotaikos? Dėl kokių priežasčių? Ką reikia daryti, kad savijauta pagerėtų? Ką reiktų pakeisti? <...> Pamėginkime užrašyti visus per dieną patirtus savo pergyvenimus ir jų trukmę.“¹²⁸ Padažnėja ir įvairių save įvertinti leidžiančių psichologinių testų, pvz., „Kas jūs? Introvertas ar ekstravertas?“¹²⁹. Analizuoti reikia ne tik savo, bet ir kitų emocijas, lyginti jas su savo išgyvenimais: „Tokie pokalbiai leidžia geriau pažinti savo pavydą, palyginti jį su kitų pavydu, tuo pačiu – geriau jį kontroliuoti.“¹³⁰ Tokiu būdu dar stipriau įtvirtinamos emocinio režimo normos.

Nors daugiausiai akcentuojama vidinė kontrolė, egzistuoja ir išoriniai „kontrolieriai“: mokytojai, šeimos nariai, pažįstami ir nepažįstami visuomenės nariai, o vieni iš svarbiausių – draugai. Kaip pagrindinis tikros draugystės bruožas pabrėžiamas vienas kito tobulinimas, nebijojimas draugui paprieštarauti, pakritikuoti: „Draugystė nereiškia paklusti, visad sutarti, reiškia norėti kitam tikro gėrio, net jei ir draugui tuo metu tai nepatiks.“¹³¹

Biologiško kūno kontroliavimas žmogiškuoju protu gerai atsiskleidžia vienoje iš siūlomų savikontrolės praktikų, autogeninės treniruotės žingsniuose – kūnas turi būti šiltas (ramybė, atsipalaidavimas, palyginimas su gyvuliais), o galva vėsi (ne emocionalumas, susivaldymas, racionalumas): „Periferinių kraujo indų išsiplėtimas padeda organizmui pereiti į ramybės būseną ir atgaivinti jėgas. Matyt, todėl visi gyvuliai stengiasi ilsėtis šiltoje vietoje ir nepraleidžia progos, kur tik galima, pasišildyti. <...> Į galvą plūstančio karščio jutimas, taip pažįstamas kai kuriems žmonėms, linkusiems į staigias emocines reakcijas, yra ne kas kita, kaip emocinių centrų sustiprinto

¹²⁶ Algimantas Protas, „Sukurk save: Ar mokate psichologiškai gintis“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1974.

¹²⁷ Marytė, „Į „Jaunimo gretas““, Jaunimo gretos Nr. 5, 1975.

¹²⁸ Česlovas Grizickas, „Trenkti durimis ar ne?“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1978.

¹²⁹ Jaunimo gretos. „Kas jūs? Introvertas ar ekstravertas?“, Nr. 10, 1979.

¹³⁰ Aleksandras Alekseičikas, „Pavydas“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1976.

¹³¹ Vytautas Liutikas, „Tikras draugas...“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1976.

„spectiekimo“ signalas. Be abejo, vėsūmo pojūtis galvoje nesuderinamas su audringomis emocijomis. <...> iš esmės – kūne leidžiame veikti emocijomis, atpalaiduojame jas, o galvoje jas sulaikome, sutraukime, tai padaryti sunkiau.¹³²“ Taigi emocijų kontrolė yra kūno kontrolė.

Pabrėžiama, kad emocijas sukontroliuoti vien sakant sau norimą būseną yra sudėtinga, pajungti reikia viso kūno kontrolę: „Štai studentas prieš egzaminą mintyse vis kartoja: „Aš esu ramus <...> Bet jokio palengvėjimo <...> O štai kitas, jau sėkmingesnis emocijų reguliavimo pavyzdys: <...> Viršininkas pyksta, jį erzina nepagrįstas pavaldinio teisinimasis. <...> Apsimesdamas, kad klausosi priešais sėdinčiojo, pradeda atpalaiduoti kojų raumenis, liemenį, rankas. Sąmoningai ima lėčiau ir giliau kvėpuoti. Pamažu pajunta ateinančią ramybę. Pyktis atslūgsta, ir viršininkas aiškiai, ramiai išdėsto savo darbuotojo klaidas. Pokalbis pasibaigia abipusiu supratimu ir teisingu padėties išsiaiškinimu.¹³³“ Kalbant konkrečiai apie įvairias psichotechnikas, autogenikos pratimai aprašomi labai detalai – žingsnis po žingsnio, smulkiai aprašomos kūno pozicijos, jų tvarka, trukmė, vieta, paros laikas, tvarkaraštis: „Pratimų trukmė - 10-15 min. <...> Juos atliksime 2-3 kartus per dieną – rytą, pabudę ir dar gulėdami lovoje, vakare, prieš eidami miegoti, ir dienos viduryje. Nepatartina AT užsiimti tuoj po valgio. Pratimus reikia atlikti atsigulus arba sėdint. Atsigulti reikia patogiai ant nugaros, rankas ištiesti išilgai kūno, prie šonų, delnais į apačią; kojos nežymiai praskėstos. Reikia stengtis, kad drabužiai būtų laisvi, neveržtų. Sėdima, jei kėdė su žema atkalte, „vežėjo“ poza – truputį sulenkus nugarą, galva nuleista ant krūtinės, rankos laisvai guli ant šlaunų.¹³⁴“ Pratimus mokytis reikėtų palaipsniui, vienas po kito: „AT <...> susideda iš 6 pratimų, kurie atliekami iš eilės: išmokus pirmąjį - antras, paskui trečias ir t.t., kol atliekami visi kartu. Kito pratimo imsime tik tada, kai gerai išmoksime ankstesnįjį.¹³⁵“ Pabrėžiama, kad pratimus reikia dažnai kartoti, sistemingai treniruotis. Siūloma registruoti treniruotes ir jų rezultatus ant popieriaus: „Geresnei savikontrolei ir rezultatų įvertinimui galime naudoti atskirą sąsiuvinį-dienoraštį.¹³⁶“

Valdyti savo emocijas reikia ir dėl egoizmo suvaldymo. Per šį procesą emocijos taip pat tampa žmoniškomis. Dažnai individo emocijos hierarchiškai yra žemiau nei kitų jam svarbių žmonių ir ypač svarbus pasiaukojimas, tai ryšku tėvų-vaikų santykiuose. Nors iki 1970 m. tėvų emocijos dar matomos kaip daugeliu atveju aukštesnės – pvz., vaikai tėvams negali demonstruoti savo pykčio, susierzinimo, vėliau medžiagoje ima dominuoti vaikų emocijų iškilimas virš tėvų emocijų. Pavyzdžiui, motina bijo savo alkoholiko vyro, tačiau nepaisant savo baimės, nesiskiria su vyru dėl to, jog nenori suteikti vaikui skausmo. Ypač gerai tokią hierarchiją iliustruoja viename interviu teisėjams užduotas klausimas: „ar žmogus turi teisę į savo asmeninę laimę (jei, pavyzdžiui, įsimylėjo)?“ ir

¹³² V. Levis, „Sukurk save: Ar mokate rausti?“, Jaunimo gretos Nr. 5, 1974.

¹³³ Stasė Meškauskienė, „Psichologinė savireguliacija“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1979.

¹³⁴ Stasė Meškauskienė, „Psichologinė savireguliacija“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1979.

¹³⁵ *Ibid.*

¹³⁶ *Ibid.*

daugumos teisėjų atsakymas: „Taip, bet, jei turi vaikų – jokiū būdu ne.¹³⁷“ Ypač vaikų emocijų svarba iškeliamą skyrybų atveju, tuomet siūloma sutuoktiniams net užslopinus savo emocijas likti kartu, nes kitu atveju būtų žalojama vaikų psichika. Vėliau, 1979 m. pristatomas požiūris, jog kito emocijų iškėlimas virš savųjų nėra savaime geras. Nors tėvai (ypač motinos) dažnai linkę vaikų emocijas laikyti aukščiau, tačiau idealiu atveju reikėtų siekti balanso, emocijų lygybės hierarchijoje. Šios pozicijos teisingumas taip pat grindžiamas žmoniškumo aspektu: „Taigi geriausias morales, humanizmo pagrindas, patikimiausias žmogaus veiklos variklis yra būtent pusiausvyra, savų ir svetimų interesų lydinys. Toks lydinys, kai žmogus į kito jausmus žiūri taip, kaip į savuosius, dėl kito vargų sielojasi kaip dėl savųjų. Vertindamas kitus taip, kaip save patį, o jų jausmus – kaip savuosius, neišaukštinsi nei savęs labiau už kitus, nei kito labiau už save.¹³⁸“ Šis lygybės naratyvas pereina ir į diskusiją dėl skyrybų, maždaug nuo 1980 m. tėvų kančios, absoliutaus pasiaukojimo būtinybės atsisakoma ir pareinama prie sampratos, jog nors tai, kas įvyko, liūdna, bet geriau, negu gyventi kartu nesutariant ir kankintis. Per didelis vaikų emocijų išaukštinamas net matomas kaip prastas auklėjimas: „Tačiau jeigu mažylis ir toliau augs tokioje absoliučioje pataikavimo ir nuolaidų šilumoje, jo vaikiškas jausmas formuosis vienpusiškas, jame vis daugiau vietos užims vartotojiškos emocijos, o dėmesys, rūpinimasis kitais, gėrio nešimas kitiems menkės, sunyks.¹³⁹“

3.2 Pedagogikos diskursas

Straipsniuose plačiai naudojamas su pedagogika susijęs žodynelis – mokėti mylėti, sugebėti mylėti, išmokyti mylėti, saviuokla, emocijų, jausmų ugdymas. Pedagogikos diskursas stipriai siejasi su savikontrolės, pedagogika matoma kaip vienas iš pagrindinių įrankių savikontrolėi ir jausmų valdymui įgyti ir tobulinti. Emocijas per mažai valdantis žmogus matomas kaip auklėjimo, švietimo brokas: „Juk tai, nežiūrint žinių bagažo – šeimos ir aukštosios mokyklos išleistas brokas! Blogai atestuoja žmogų ir netaisyklinga, barbarizmo prikaišiota kalba, reksmingas tonas, atviras visų savo teigiamų ir neigiamų emocijų demonstravimas.¹⁴⁰“ Pedagoginiame diskurse taip pat dominuoja su įsakymu, liepimu susiję žodžiai, preskriptyvus žodynas: „Bet ar galima išmokyti mylėti, išmokyti pažinti meilę? Galima ir reikia.¹⁴¹“ Kiti dažnai naudojami žodžiai: turėti, privalėti, būtina.

Pageidaujamos, žmoniškos emocijos nėra matomos kaip natūralios ir būdingos kiekvienam žmogui, tam reikia pastangų, įgūdžių, talento, ugdymo ir formavimo. Emocijos matomos kaip ugdomos, išmokstamos, vystomos. Iš to, kad emocijų ir jausmų galima išmokyti, galima daryti išvadą, jog jų kažkas turi mokyti. Emocijų, aukštosios jausmų kultūros mokymas turi būti vykdomas

¹³⁷ Liliana Miškinienė, „...O rogučių vežioti nenori“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1978.

¹³⁸ Jurijus Riurikovas, „Atviras laiškas Alisai“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1981.

¹³⁹ Jurijus Riurikovas, „Pusvalandis pamąstymo apie meilę“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1980.

¹⁴⁰ Jadvyga Zavišienė, „Simpatingo žmogaus paslaptis“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1975.

¹⁴¹ Nikolajus Solovjovas, „Neabejingas abejingam“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1975.

mokykloje, universitete, šeimoje. Emocijų pedagogikai siūlomas net naujų institucijų įsteigimas: „Šia prasme daugeliui žmonių gali padėti visuomeninė "suderinamumo" tarnyba, be kurios mes tikriausiai neapsieisime.¹⁴²“ Taip pat svarbi ir medių įtaka: „Čia daug galėtų padėti spauda, televizija bei radijas. Rašytojai, žurnalistai galėtų dažniau analizuoti šeimynines problemas, pabrėždami darną ir santarvę šeimoje.¹⁴³“ Didelis ir šeimos indėlis, tėvų emocijos. Užaugusių vaikų emocijos, bendravimo būdas ir pasisiekimas gyvenime matomas kaip tėvų emocijų ir auklėjimo rezultatas: „Tuo tarpu vaikas, nepatyręs tėvų troboj dvasinės šilumos ir nesijautęs juose kaip užuovėjoje, tampa atšiaurus, ir sunkiau tikėtis, kad ateityje jis galės sukurti jaukumą kitam asmeniui, savo būsimai šeimai, būti jautrus, švelnus, tolerantiškas ir humaniškas.¹⁴⁴“ Tėvų auklėjimas ypač svarbus, nes nuo jų auklėjimo priklauso tai, kokia įtaka bus padaryta visuomenei: „Kiek gėrio pasėsime jų širdyse, tiek džiaugsmo jie atneš jums ir žmonijai.¹⁴⁵“

Medžiagoje teigiama, kad socialistinėje visuomenėje buvo gan greitai pereita nuo santuokos iš reikalo, ekonominių sumetimų prie santuokos iš meilės. Todėl pastebimas neatitikimas tarp gan pažengusio šio perėjimo ir individų nepasiruošimo pokyčiams: „pats natūraliausias žmogaus santykis – įgyja kokybiškai naują pagrindą – dorovinį, atsikrato ekonominių veiksnių, tampa tikrai žmogišku santykiu. Tačiau objektyvi dorovinių santuokos saitų įsigalėjimo tendencija nereiškia, kad ji automatiškai veikia atskirus individus. <...> didžioji visuomenės narių dauguma yra savyje nepasirengusi, doroviškai neišsivysčiusi, kad galėtų priimti naujus santuokos saitus.¹⁴⁶“ Dėl šios priežasties emocijų, o ypač emocijų, susijusių su meile, auklėjimas tampa itin svarbus.

Straipsniuose suformuojama emocijų kaip įrankio, samprata – pačios iš savęs emocijos nėra nei žalingos, nei naudingos, todėl auklėjimas, jausmų ugdymas tampa ypač svarbus su mintimi, jog, kokias emocijas išugdysi, tokios jos ir bus: „Jausmas – tikrai priemonė, kuriai padedant žmogų auklėjančios sąlygos nukreipia jo interesus ir energiją viena ar kita linkme. Todėl klausimas apie jausmų naudą ir žalą tai pirmiausia klausimas, ar teisingai buvo auklėjamas žmogus ir kokios klaidos buvo padarytos, ugdant jo jausmus.¹⁴⁷“

Kaip ir kituose diskursuose, biologinė, paveldimoji dalis nėra neigiama, bet vis tiek akcentuojama ir kaip siekiamybė demonstruojama žmogaus galimybė formuoti ir keisti šią biologinę dalį: „Didelę reikšmę turi ir paveldėti savumai, ir aplinka, ir auklėjimas. Didžiųjų išradėjų, žymių mokslininkų biografijos rodo, kad jie daug dirbo saviuklos srityje, kad patys ugdė savo protą, valią ir jausmus.¹⁴⁸“

¹⁴² Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

¹⁴³ Algirdas Marazas, „Mano vyras, mano žmona...“ Jaunimo gretos Nr. 5, 1980.

¹⁴⁴ Vytautas Meška, „Jausmų ekologija“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1982.

¹⁴⁵ Antanina Grabauskienė, „Jaunos šeimos laimė: Ar visada?“, Jaunimo gretos Nr. 5, 1973.

¹⁴⁶ Vytautas Dumbliauskas, „Šeimos protas, šeimos siela“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1982.

¹⁴⁷ Vytis Viliūnas, „Ar naudingos emocijos?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1976.

¹⁴⁸ Napoleonas Indrašius, „Pasėk charakterį – piauši likimą“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1974.

Kaip ugantis jausmus dažnai minimas menas: „Jausmus ugdo literatūra, meno saviveikla, radijas, televizija, kinas, teatras, muzika.¹⁴⁹“ Menas ne tik ugdo, bet matomas kaip bendrai susijęs su emocijomis. Žmogaus sąmonėje jausmai atitinka meną visuomeninėje sąmonėje, viename iš tekstų pateikiama tokia schema:

„Mokslas - Dorovė - Menas

Protas - Valia - Jausmai¹⁵⁰“

Su tuo susijusi dažnai minima estetika, grožis, ypač kalbant apie aukštuosius jausmus: „Draugystėje meilė formuojasi ne tik kaip dorovinis, bet ir kaip estetinis jausmas bei santykis.¹⁵¹“ Estetika suprantama kaip atskyrimas nuo žemųjų, instinktyvių emocijų: „Iš tikrųjų, jeigu meilę suvoksime vien tik kaip lytinį instinktą, aistrą ar potrauki, tai, žinoma, ji bus ne tik stichiška, bet ir mažai perspektyvi, net skurdi, nes atsieta nuo visų žmogaus dvasios gelmių, nuo jo dorovinės kultūros ir estetinių jausmų.¹⁵²“ Žemųjų malonumų, geismo vaikymasis šį grožį gali atimti (ypač aktualu moterims): „Tik savo elgesiu nuslysta kažkur į šalį ir tartum susmulkėja, supilkėja. Ir kažin ar ne dėl to praranda tikrąją mergaitės grožį.¹⁵³“

Svarbus dėmuo, kurio reikia mokytis – orumas/išdidumas (orumas šiame darbe siejamas su pasididžiavimu, todėl laikomas emocija). Žmogaus išdidumas matomas kaip išsivystymo ženklas. Orumas svarbus, nes norint išmokyti mylėti, visų pirma reikia mokytis ir vystyti orumą. Orumas artimai susijęs su pagarba sau ir kitiems, kurią taip pat reikia išmokyti. Mokytis reikia būtent tinkamo išdidumo, nes jis gali būti tiek geras, tiek blogas: „O jeigu į redakciją ateina laiškų, kuriuose abejojama išdidumu, tai tik todėl, kad šalia gero, reikalingo išdidumo tarpsta pigus, o kartais ir piktas išdidumas.¹⁵⁴“ Išdidumas gan komplikuota emocija, nes turi kartu būti ir išdidus, ir paprastas, ir aiškiai „nuskaityti“ situaciją, norint teisingai pritaikyti emociją: „paprastumas išdidžių žmonių bruožas.¹⁵⁵“ Riba yra plona ir sunkiai naviguojama, todėl su šia emocija susiję tikslai gali sukelti emocinę kančią ir neaiškumą: „Argi mažai tokių "paprastuolių", kurie nepasidrovės užėti į kiekvieną gryčią, kur rengiamos vaisės? <...> Tai ne paprastumas, o prastumas. Žmogus nė akimirką neturi pamiršti savo žmogiškojo orumo.¹⁵⁶“

Svarbi emocijų pedagogikos sritis – šeimyniniai santykiai. Kadangi „Nuo santuokos tvirtumo priklauso ne tik abiejų sutuoktinių kasdieninė savijauta, bet ir darbingumas, o svarbiausia – vaikų ateitis.¹⁵⁷“, santuoka traktuojama kaip svarbi socialinė pareiga ir uždavinys, todėl skatinama nuolat

¹⁴⁹ *Ibid.*

¹⁵⁰ *Ibid.*

¹⁵¹ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

¹⁵² *Ibid.*

¹⁵³ B.Bartusevičiūtė, „Mergaitės...Berniukai...“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1965.

¹⁵⁴ Jonas Masiukevičius, „Prometėjo išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1976.

¹⁵⁵ *Ibid.*

¹⁵⁶ *Ibid.*

¹⁵⁷ Jonas Nekrašius, „Linkiu karūnuotų vestuvių“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1982.

per visus informacijos kanalus mokyti sutuoktinius deramai bendrauti, atlikti šeimoje specifinius vyro ir žmonos vaidmenis. Pedagogika šioje srityje yra būtina, nes šeimos santykiai pateikiami kaip sudėtingi, kompleksiški. Pedagogikos turinys turėtų būti susijęs su lyčių psichologija, žmonos-motinos, vyro-tėvo vaidmenimis, savęs ir kito pažinimu, nuotaikų ir emocijų valdymu. Ypač dažnai kalbama apie lyčiai specifiskų vaidmenų ugdymą: vaikus reikia mokytis pagarbos, mergaites skaistumo, paprastumo, minčių švarumo. Toks paruošimas svarbus, nes „Taip, jei mergina nebus parengta motinos vaidmeniui, vaikai jai taps našta, ji mažai tejaus jiems šilumos.“¹⁵⁸ Pedagogikos spragos neleidžia patirti visų gražių tėvystės jausmų, džiaugsmo: „Daugumos jaunų tėvų pedagoginis neraštingumas: mūsųose jaunimas beveik neruošiamas vedybiniam gyvenimui, žema pedagoginio švietimo kultūra. Neišmokę ir nepamėgę auklėti vaikų, tėvai taip ir nepatiria aibės tėviškų džiaugsmų, apsunkina save, prigesina tėvišką laimę.“¹⁵⁹ Taigi auklėjimas suprantamas kaip sąlyga teisingų emocijų pajautimui.

Dėl šio srities svarbos kalbama ir apie emocijų pedagogikos institucionalizavimą. Kalbama apie jau veikiančio šeimos instituto svarbos didinimą, specialaus ruošimosi šeimyniniam gyvenimui kurso įvedimą, šeimos planavimo draugijos sukūrimą, „kuri rūpintųsi šeimos gyvenimo žinių propaganda, rengtų tam reikalui specialistus, organizuotų mokslinius simpoziumus.“¹⁶⁰ Šių institucijų pagalba siekiama išvengti ištuokų, psichoterapijos ir pedagogikos pagalba sutvirtinti šeimas.

Didelių diskusijų medžiagoje sukelia klausimas, ar į pedagogiką turi būti įtrauktas ir geismo klausimas, lytinis auklėjimas. 1969 m. šis klausimas dar kontroversiškas, nors kai kurie jau pasisako už tokio auklėjimo įtraukimą vardan diskurso kontroliavimo: „Man atrodo, kad spaudoje kalbėti lytinio auklėjimo klausimais reikia. Juk jaunuliai daug ką mato kino filmuose, spektakliuose, perskaito knygose. Jei spauda visiškai tylės, bus dar blogiau.“¹⁶¹ Vėlesniu laikotarpiu vis labiau pritariama tokiam ugdymui, tačiau jis turėtų būti paremtas doroviniu auklėjimu, o ne biologiskumo svarbos akcentavimu: „Žinoma, gerinant jaunimo dorovinį auklėjimą ir saviauklą, deramas dėmesys turi būti skiriamas ir lytiniam auklėjimui. <...> Seksualinis auklėjimas be dorovinio pagrindo ne tik neduos teigiamų rezultatų, bet, priešingai, bus net žalingas.“¹⁶² Vėliau šis susirūpinimas dėl lytinio neišprusimo vis didėja. Siekiama išvengti psichologinių traumų: „Atėjo laikas neapsiriboti higienos kursu aštuntoje klasėje <...> bet pradėti pokalbių ciklus devintoje, dešimtoje ir vienuoliktoje klasėse. Juk sociologų duomenys rodo, kad nemaža dalis jaunų žmonių lytinį gyvenimą pradeda jau 17-18 metų. Vadinasi, tuo metu daugiausia traumuojamos ne tik merginos, bet ir vaikinai (turiu omenyje

¹⁵⁸ Algirdas Marazas, „Mano vyras, mano žmona...“ Jaunimo gretos Nr. 5, 1980.

¹⁵⁹ Jurijus Riurikovas, „Pasaulin atėjo žmogus...“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1976.

¹⁶⁰ Česlovas Grizickas, „Dviese...ar visada?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1978.

¹⁶¹ Bronė Bartusevičiūtė, „Su užuolaida ar be jos?“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1969.

¹⁶² Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

psichologines traumas).¹⁶³ Lytinis auklėjimas vėliau suprantamas ir kaip atsakymas į vis didėjančią skyrybų skaičių, meilės nepatvarumą: „Jei jauni žmonės žinotų, jog santuokos esmę sudaro ne tik giminės pratęsimas, bet ir visapusiškas abipusių dvasinių ir fizinių poreikių tenkinimas, būtų informuoti apie pavojus, tykančius jų vedybiniam gyvenime ir būdus jiems išvengti, pasijustų žymiai laimingesni.“¹⁶⁴ 1979 m. seksualinės problemos net įvardijamos kaip viena opiausių socialinių problemų, kadangi yra susijusios su sveikata, gimstamumu, taigi visuomenės gyvenimu, o seksualinio neraštingumo likvidavimas – svarbus socialinis uždavinys. Dėl to kalbėti apie seksualumą, užsiimti jo pedagogika tampa aktualu net dėl tokių materialių priežasčių kaip demografija.

Pedagogikai, įsisavinimui padeda geros emocijos: „Pedagogika veikia geriau, kai jaunuoliai būna geros nuotaikos - Vaikus ir jaunuolius, kurių bendra nuotaika gera (o tai, žinoma, labai priklauso nuo šeimos ir mokyklos mikroklimato), lengviau auklėti, juos greičiau galima „išvesti į kelią“, o jų polinkius, veiklą nukreipti jiems patiems ir visuomenei naudinga linkme.“¹⁶⁵ Dėl šios priežasties emocinis režimas yra suinteresuotas palaikyti pozityvias emocijas.

Su didesniu dėmesiu emocijoms, akcentuojama ir didesnė emocijų pedagogikos svarba, net teigiama, kad be emocijų žmonės nebėra žmoniški. Kaip to išeitis pateikiamas emocijų, jausmų ugdymas, pedagogika mokyklose: „Pastaraisiais metais mūsų vidurinės ir aukštosios mokyklos išleidžia daug išsilavinusių jaunuolių. Ir tai labai gerai. Bėda kita. Stengdamiesi besimokantiems duoti kuo daugiausia informacijos, kai kurie dėstytojai pamiršta jausmų ugdymą. Taip atsiranda vadinamieji „XX amžiaus racionalistai“ –išsimokslinę, beširdžiai robotai.“¹⁶⁶

Nepaisant diskurso posūkio ties pozityvesniu požiūriu į emocijas ir biologinę žmogaus dalį, pagrindiniu pedagogikos objektu visą diskurso laikotarpį išlieka žmoniškosios, socialios emocijos: „Yra turbūt toks psichologinis dėsnis: kuo labiau lavinami baziniai, pusiau biologiniai sielos klodai, tuo labiau jie ir veši – kartais net kitų sąskaita; kuo mažiau lavinami kiti, sudėtingesni sielos klodai, tuo silpniau jie vystosi ir tuo skurdesni tampa žmonių jausmai.“¹⁶⁷

Galiausiai, emocijų pedagogika matoma kaip sąlyga laimei, sveikatai: „Taigi emocijų ugdymas, jų higiena, treniravimas gali padėti žmogui būti laimingam ir sveikam bei prailginti jo gyvenimą.“¹⁶⁸ Čia pedagogika susisieja su kitu – medicinos ir mokslo – diskursu.

3.3 Medicinos ir mokslo diskursas

Norint tam tikras emocijas pabrėžti kaip nepageidaujamas ar pageidaujamas naudojamas medicinos ir mokslo žodynas: imunitetas, nervinė sistema, liga, neurozė, psichopatija, nerviniai

¹⁶³ Algirdas Marazas, „Nežinojime daugiau romantikos?“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1979.

¹⁶⁴ *Ibid.*

¹⁶⁵ Algimantas Protas, „Sukurk save: nusišypsok!“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1975.

¹⁶⁶ Vladimiras Lisovskis, „Miloso Venera, Gėtė ir jausmų ugdymas“ Jaunimo gretos, Nr. 1, 1975.

¹⁶⁷ Jurius Riurikovas, „Pusvalandis pamąstymo apie meilę“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1980.

¹⁶⁸ Vytautas Meška, „Jausmų ekologija“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1982.

mechanizmai, priepuolis, psichohigiena. Argumentuojant pasitelkiami moksliniai straipsniai, nemaža dalis straipsnių autorių, cituojamų žmonių yra gydytojai.

Medicinos diskurso veikimą gerai iliustruoja geismo pavyzdys. Norint išlaikyti geismą emocijų hierarchijos apačioje, pasitelkiama patologizacija, paverčiant jį biologine problema, liga: „Ypač sunku toms, kurių lytinių liaukų veikla padidėjusi. Su šia liga reikia kovoti kaip su kiekvienu kraštutiniu reiškiniu. Tokiu atveju reikia kreiptis į ginekologą ir jis būtinai padės, išgelbės nuo klaidingų poelgių.¹⁶⁹“ Geismas taip pat pateikiamas kaip sekinantis organizmą ir sendinantis anksčiau laiko, demoralizuojantis psichiką, sukeliantis nuovargį ar net psichinius-neurotinius sutrikimus: „dauguma „naujos moralės apologetų“ yra pas psichiatrus besigydantys asmenys.¹⁷⁰“ Kaip sprendimas nesuvaldyto geismo sukeltiems negalavimams siūlomos gydytojų konsultacijos: „Medikai turėtų geriau jiems išaiškinti, kaip jie nualina savo bręstantį organizmą, kokių pasekmių, kokių savo ligų atneša nesaikingumas, kad jis, tas menkas, aistrai pasiduodantis žmogelis, yra nepilnavertis.¹⁷¹“ Naudojantis medicinos žodynu bandoma sukelti ir baimę dėl nesuvaldyto geismo: „Ankstyvi lytiniai santykiai žalingi moters organizmui. Juos lydi neišvengiami uždegiminiai susirgimai, endokrininiai sutrikimai, o labai dažnai ir nevaisingumas, kuris paskui neretai tampa šeimos nelaime.¹⁷²“

Šiuo aspektu Riurikovas vėl pateikia konkuruojantį požiūrį. Taip pat remdamasis medicina, neurozėmis jis teigia, kad ne nesuvaldytas, o neišpildytas, užspauštas ir neišmanomas geismas sukelia ligas, psichologinius vargus, konfliktus, ypač moterims. Per šį ligų pavojų jis iškelia seksualinio neraštingumo kaip socialinės problemos klausimą. Tačiau kitų autorių nuomone, moterų sveikata pakrinka ne dėl lytinio nepasitenkinimo, o dėl dorovinių ydų taip vėl atstatydamas balansą žmoniškumo/biologijos perskyroje: „Ir ne dėl seksualinio nepasitenkinimo, kaip teigia J. Riurikovas, o dažniau dėl vyro girtavimo, bukumo, grubumo, žiaurumo ir kitokių dorovinių ydų payra moters psichinė sveikata, atsiranda hipertenzija, neurozės ir kitos ligos.¹⁷³“ Vėliau, 1979 m. Riurikovas dar plačiau argumentuoja lytinės meilės naudą sveikatai ir teigia, kad „Gydytojai teigia, kad toks (A.G. –lytinės) "meilės ilgumas" naudingas sveikatai, nervams, visai žmogaus savijautai: jis atitolina senatvę, ligas ir, išsaugodamas žvalumą, teikia žmonėms naujos nervinės ir fizinės energijos.¹⁷⁴“

Medikalizuotą požiūrį demonstruoja ir dažnai naudojama „psichohigienos“ sąvoka: „Respublikos medikams kelia nerimą neteisingas dalies jaunimo nusiteikimas psichohigienos

¹⁶⁹ E.Bergienė, „Kada mergaitė verkią?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1966.

¹⁷⁰ Česlovas Grizickas, „Jaunuolių meilė - jų akyse?“, Jaunimo gretos Nr. 12, 1973.

¹⁷¹ Romualdas Lengvinas, „Tu tikrai ne toks“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1977.

¹⁷² A. Meliksetianas, „Priklausio nuo merginų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1974.

¹⁷³ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

¹⁷⁴ Jurijus Riurikovas, „Terra incognita“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1979.

klausimais.¹⁷⁵“Ypač dažnai naudojama geismo klausimais. Tai gali būti susiję ir su geismo kaip kažko purvino, nešvaraus ir pasibjaurėtino pateikimu.

Kaip patologiškas pateikiamas ir pavydas, visų pirmas – pavydas meilėje. Tokie patologijų turintys žmonės, suprantami kaip nesugebantis mylėti būtent dėl medicininių, biologinių priežasčių – silpnos nervų sistemos, o kadangi meilė paremta sudėtingais, aukštais jausmais, tokia nervų sistema meilės jausti nesugeba: „Pavyduliauja dažniausiai neurotikai, psichopatai. Neurotikų ir psichopatų meilės jausmas vystosi silpnai, nes jų nervų sistema defektinga. O meilės jausmas juk maitinasi aukštaisiais jausmais.¹⁷⁶“ Kaip liguisto pavyduliavimo priežastis taip pat minimas silpnas nervinis imunitetas. Pavydo rezultatas – asmenybės žalojimas, suluošinimas. Kaip sveikatos ir emocijų ryši įrodantį naudojama psichosomatikos sąvoka, ji „daugelį vidaus organų ligų (opalių, infarktą ir t. t.) aiškina „neiškrautomis“ emocijomis.¹⁷⁷“ Kaip ypač kenkiantis sveikatai įvardijamas centrinės nervų sistemos diferencinės funkcijos patempimas: „kai, pavyzdžiui, dėl tam tikrų priežasčių negalime elgtis taip, kaip reikalauja mūsų pačių motyvai, kai turime išsirinkti vieną iš dviejų vienodai trokštamų dalykų arba – dar blogiau – vieną iš dviejų vienodai negeidžiamų.¹⁷⁸“

Saviaukla, emocijų kontrole neužiimantys žmonės suvokiami kaip kenkiantys aplinkinių sveikatai ir todėl prieštaraujantys pagrindiniam tarybinės medicinos principui – profilaktikai. Kaip minėta anksčiau, tai ateina iš to, jog rūpintis visų geromis emocijomis yra visuomeninis darbas ir atsakomybė. Emocijos sukelia nepageidaujamų organizmo reakcijų ne tik pačiam žmogui, bet ir tiems, su kuriais žmogus bendrauja. Tai gali kenkti jų sveikatai, sukelti kenksmingus reiškinius: „Gyvenimas šiandien reikalauja iš žmogaus labiau valdyti ir kontroliuoti savo emocijas, nes jos neretai sukelia nepageidaujamų organizmo reakcijų. <...> Per greit supykstantis, nesusivaldantis, grubus ir stačiokiškas žmogus kenkia ne tik savo, bet ir bendraujančių su juo sveikatai: ne tik savo, bet ir kitų organizmuose sukelia <...> kenksmingus reiškinius.¹⁷⁹“ Taigi savo ir kitų sveikatai kenkia pyktis, agresija, susierzinimas. Tuo tarpu susivaldymas, savikontrolė matomi kaip vaistai: „Sugebėjimas susivaldyti ir yra mūsų širdies bei kraujagyslių vaistai.¹⁸⁰“

Pabrėžiama atsakomybė prieš kitus „neužkrėsti“ jų blogų emocijų nuodais, todėl emocijų kontrolė tampa dar svarbesnė: „O juk dažnai vieno bloga nuotaika sudrumsčia kitų ramybę – žmogus gyvena ne vienas, o nuolat bendrauja su kitais. Ne tik vadovas, bet ir eilinis darbuotojas gali nuodyti viso kolektyvo atmosferą.¹⁸¹“ Užkrečiamumo naratyvą patvirtina ir pykčio kaip viruso įvardijimas: „Barniai - kaip virusas, apninkantis santuokinę ryšį, silpninantis jį ir darantis mažiau atsparų naujam

¹⁷⁵ Česlovas Grizickas, „Jaunuolių meilė - jų akyse?“, Jaunimo gretos Nr. 12, 1973.

¹⁷⁶ Napoleonas Indrašius, „Pavyduliavimas šeimoje“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1973.

¹⁷⁷ Rita Patamsytė, „Streso nebuvimas tolygus mirčiai“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1982.

¹⁷⁸ Vytautas Meška, „Jausmų ekologija“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1982.

¹⁷⁹ Algimantas Protas, „Sukurk save: emocijų labirinte“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1974.

¹⁸⁰ Jadvyga Zavišienė, „Simpatingo žmogaus paslaptis“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1975.

¹⁸¹ Algimantas Protas, „Sukurk save: nusišypsok!“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1975.

antpuoliui.¹⁸² Neigiamų, nepageidaujamų emocijų perdavimą pabrėžia ir infekcijos metafora: „Ypač svarbu ieškoti tų priežasčių, tų infekcijos židinių, kurie neurotizuoja žmogų ir plisdami lyg nematomos bangos, užkrečia vis naujus ir naujus individus ar net jų grupes.“¹⁸³

Pageidaujamos emocijos, kaip ir susivaldymas, pateikiamos kaip vaistas nuo ligų, sveikatingumo dalis. Pavyzdžiui, linksnumas, džiaugsmas, juokas taip pat matomi kaip prisidedantys prie geresnės sveikatos: „Juokas – džiaugsmo išraiška, arba, kaip sako gydytojai, teigiamų emocijų, kurios, kaip žinia, stiprina sveikatą ir ilgina gyvenimą, išsiliejinimas.“¹⁸⁴ Ši emocijų kaip sveikatos gynėjų samprata prisideda prie pozityviau emocijas vertinančios tendencijos: „Seniai žinoma, kad ligoms atsparesnis stiprios dvasios, negu stipraus kūno žmogus. Bet ligi šiolei atrodo nuostabu, kad "gynėjai" čia ne kas kita, kaip mintys, jausmai, vaizdiniai. Tai "kariauna“, kurios galios nereikėtų menkinti. Mūsų vidinis pasaulis ne toks jau iliuzinis, nerealus, kaip kartais manoma.“¹⁸⁵ Emocijų kaip veikiančių fizinę sveikatą samprata, sufleruoja jų materialumą, kuris atsispindi ir kituose aspektuose. Vienas iš jų – emocijų materialumas kūno reakcijose, fiziologijoje, per kurias naudojant pedagogiką ir savikontrolę treniruojamos emocijos.

Taip pat atsakymas į daugelio neigiamų emocijų kontroliavimą – fizinis judėjimas, sportas: „Beveik visi dirbantieji protinį darbą <...> per mažai juda <...> atsiranda polinkis į apatiją, vangumą bei neigiamas emocijas. Protinio darbo derinimas su fiziniu <...> padeda atstatyti šią sutrikusią pusiausvyrą <...> sukelia daugiau teigiamų emocijų. Tada mažėja irzlumas, nervingumas, žmonės tampa žvalesni.“¹⁸⁶

Naudojantis medicinos argumentais, išskiriamas ir lyties aspektas – moterų emocijos su fiziologiniais procesais susijusios stipriau: „Be to, moters nervų sistema ne tik jautresnė, bet ir glaudžiau susijusi su organizmo fiziologija. Tam tikrais gyvenimo periodais, tarkim, kai ji laukia kūdikio, kai pereina iš vidutinio į pagyvenusio žmogaus amžių ir dar kai kuriais momentais ji tampa itin jautri, linkusi įsižeisti, pulti į ašaras.“¹⁸⁷ Remiantis mokslu, ankstesniuose aspektuose (pvz., savikontrolės) daromos perskyros tarp skirtingų populiacijų, pavyzdžiui, moterų ir vyrų. Teigiama, kad moterys moka geriau valdyti jausmus, nors ir yra emocionalesnės, pvz., yra kantresnės ir geriau pakelia fizinį skausmą: „Be kita ko, profesorius ištyrė, kad moterys labiau moka valdyti savo jausmus, daug kantresnės, lengviau pakelia fizinį skausmą.“¹⁸⁸ Taip įprasminama norma tikėtis iš moterų kantrybės, susivaldymo, skausmo, kentėjimo, kančios pakėlimo. Mokslinėmis, biologinėmis

¹⁸² Česlovas Grizickas, „Sutuoktinių ginčai ir konfliktai“, Jaunimo gretos Nr. 1, 1978.

¹⁸³ Liliana Miškinienė, „Psichoterapija – kasdien?“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1979.

¹⁸⁴ V. Nikolajevs, „Juokitės į sveikatą“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1977.

¹⁸⁵ Algimantas Protas, „Sukurk save: Ar mokate psichologiškai gintis“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1974.

¹⁸⁶ Algimantas Protas, „Sukurk save: emocijų labirinte“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1974.

¹⁸⁷ Domas Jakštas, „Dviese: Lygybė“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1977.

¹⁸⁸ *Ibid.*

sąvokomis remiamasi ir pagrindžiant ir jau minėtus lyčių skirtumus ties geismu. Pasyvios moters ir aktyvaus vyro samprata grindžiama jų fizinės brandos procesais ir hormonų veikla: „Normalaus brendimo metu moteriški hormonai stabdo, lėtina merginos aktyvumą. Tik deformuota aplinka, savotiška „mada“ gali išvesti mergina iš pusiausvyros, suaktyvinti jos lytinius jausmus.¹⁸⁹“

Kaip minėta anksčiau, nors jautrumas, gilus kitų emocijų pajautimas matomas kaip gera savybė, tačiau perdėtas jautrumas patologizuojamas: „Medicininėje literatūroje yra net specialus terminas tokiai būklei žymėti – neuropatija. Šie žmonės yra lyg savotiški nervų ryšulėliai. Jau vaikystėje jie jautriai reaguoja į visus išorinius dirgiklius ir todėl greičiau netenka nervinės pusiausvyros. Jie dažniau susergera neurozėmis bei kitomis ligomis.¹⁹⁰“

Emocijų pedagogika turėtų remtis mokslu. Pavydžiui, anksčiau minėtos suderinamumo tarnybos atveju: „Ji, matyt, bus mokslo (psichologijos, etikos, sociologijos, seksologijos) ir santuokinės kasdienybės lydinys, atliks švietėjo vaidmenį ten, kur dažnai viešpatauja ne kultūringumas.¹⁹¹“ Mokslas matomas kaip kultūros atstovas ir formuotojas.

Medicinos ir mokslo diskursas dažnai naudojamas kalbant apie sutuoktinių, šeimos santykius. Teigiama, kad psichologiniai sutuoktinių tarpusavio santykiai lemia šeimos sveikatą, darbingumą. Normų neatitinkančios ar sunkumus patiriančios šeimos vaizduojamos kaip sergančios, patiriančios „santuokinę neurozę“. Neigiamos emocijos tarp sutuoktinių kaip vedančios prie nervinių ir vidaus organų negalavimų. Skyrybos matomos kaip sergančios šeimos pasekmė ir lyginama su „chirurgine operacija, kuri palieka ilgai neužgyjančią žaizdą.¹⁹²“ Norint išvengti šių „sergančių“ šeimų, siūlomas mokslinės bazės sukūrimas, skirtas tirti žmonių suderinamumą santuokoje. Teigiama, kad šiuo metu meilės suderinamumas veikia stichiškai ir atsitiktinai, nes ši sritis neturi savo mokslinės teorijos ir nėra nagrinėjama nei psichologų, nei seksologų ar sociologų.

Jau minėta tėvų-vaikų emocijų hierarchija taip pat grindžiama medicininiais ir moksliniais argumentais. Naudojami pavyzdžiai, kuomet dėl skyrybų, nesutariančių tėvų vaikams išsivysto įvairūs sutrikimai, ligos, jie tampa nepilnaverčiais: „Leningrado Bechterevo psichoneurologinio instituto duomenimis, 90 procentų vaikų neurozių išsivystė dėl nenormalios šeimos.¹⁹³“ Vaiko akivaizdoje ypač reiktų susilaikyti nuo pykčio, barnių. Augimas tokioje aplinkoje gali paveikti net jo vietą visuomenėje: „Jei vaikas girdi riksmą nuo pat mažų dienų, jis arba prie jo pripranta ir nereaguoja į kitokią toną, arba jo reakcijos darosi neadekvačios. Taip auga neurotizuotas vaikas, kuriam jau sunku adaptuotis ir vaikų kolektyve, ir šeimoje.¹⁹⁴“ Tam, jog tokių situacijų būtų galima išvengti,

¹⁸⁹ Česlovas Grizickas, „Ar esi toks, kad to norėti išdrįstum?“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1982.

¹⁹⁰ Algimantas Protas, „Tie silpni nervai..“, Jaunimo gretos Nr. 1, 1974.

¹⁹¹ Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

¹⁹² Česlovas Grizickas, „Dviese...ar visada?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1978.

¹⁹³ *Ibid.*

¹⁹⁴ Liliana Miškinienė, „Psichoterapija – kasdien?“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1979.

rekomenduojama kurti šeimą tik turint sveiką nervų sistemą. Suformuojama tarsi medicininė kvalifikacija šeimos kūrimui. Tačiau vėlesniu laikotarpiu ir kartūniniais atvejais, skyrybos matomos kaip neišvengiamos, nes nevykusi santuoka taip pat ima neigiamai veikti jų sveikatą: „Jos nusiskundimai ir klinika (galvos skausmai, pykinimas) vertė mus, nervų ligų specialistus, galvoti apie sunkiausias galvos smegenų ligas, net smegenų auglį. <...> Praėjus keletui metų sutikau tą paciente ne ligoninėje, o Palangoje, tik su kitu vyru. Jokių nusiskundimų, savijauta puikiausia.¹⁹⁵“

Vėlesniu laikotarpiu medicinos diskurse, kaip ir bendrame emociniame režime, taip pat pasireiškia kismas. 1982 m. publikuotame straipsnyje teigiama, kad neigiamas emocijas nebūtinai reikia užgniaužti, tai ne tik neįmanoma, bet ir nenaudinga: „Argi emocinis stresas vien tik kenkia ir ar būtina visokiais įmanomais būdais jo vengti? Visų pirma, tai yra nerealu. Siekdamas tikslo, žmogus turi įveikti kliūtis, o tai savaime susiję su emocine įtampa. Bet svarbu ne tai, kad stresas yra neišvengiamas. Daug svarbiau, kad jis dar būtinas <...> Stresas, kaip tvirtina H. Seljė, būtinas todėl, kad jis mobilizuoja adaptacines organizmo galias – „streso nebuvimas tolygus mirčiai.¹⁹⁶“ Neigiamų emocijų sukeltas stresas čia yra matomas kaip veiklumo, aktyvumo, išeities iš situacijos ieškojimo įrodymas ir tai yra geriau nei „pasidavimas“ situacijai, kuris gali iššaukti depresiją, apatiją, nerimą. Naudingu matomas ir liūdesio išjautimas, išsiverkimas: „Verkiant kraujuje sumažėja ir adrenalino, ir noradrenalino. Todėl galima būtų manyti, kad retkarčiais išsiverkti visai pravartu.¹⁹⁷“

Emocijų svarbos augimui vėlesniu laikotarpiu įtakos turėjo ir mokslo diskursas. Emocijos jau rėminamos ne kaip gyvulinės kilmės, o esančios tarp vegetatyvinės (siejamo su išgyvenimu) smegenų dalies ir smegenų žievės (siejamos su aukštesniosiomis psichikos funkcijomis). Tokiu būdu jos įgyja aukštesnį statusą: „Kaip sako mokslininkai, emocijų formavimosi procese fiziologinis vaizdas nepaprastai sudėtingas, emocijos gimsta ne širdyje ir nėra žemesniųjų nervų sistemos skyrių produktas. Jos – aukštosios psichinės veiklos rezultatas.¹⁹⁸“ Mokslo argumentais grindžiamas ir emocijų socialumas, visuomeniškumas: „Tačiau žmogaus jausmų "visuomeniškumą" įrodo ir gausūs psichologiniai bei sociologiniai tyrimai. Pvz., tos pačios lyties ir amžiaus, vienos profesijos ir klases, genties ar tautybės, nacijos žmonių jausminiai santykiai su tais pačiais gyvenimo reiškiniiais yra panašūs.¹⁹⁹“

3.4 Meilės svarbos diskursas

Nors šiame darbe emocinių žodžių pasikartojimo dažnis tiriamas nebuvo, dėl akivaizdaus dominavimo galima teigti, kad meilės temos užėmė reikšmingai daugiau vietos nei kitos emocijos.

¹⁹⁵ Česlovas Grizickas, „Dviese...ar visada?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1978.

¹⁹⁶ Rita Patamsytė, „Streso nebuvimas tolygus mirčiai“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1982.

¹⁹⁷ Vytautas Meška, „Jausmų ekologija“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1982.

¹⁹⁸ Liliana Gutauskienė, „Gardžiai pavalgyti ar klausytis muzikos?“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1979.

¹⁹⁹ *Ibid.*

Patys straipsnių autoriai dažnai straipsnius pradeda su pripažinimu, jog apie meilę kalbama daug ir jau daug kas pasakyta – „šūsnyje laiškų, kuriuos redakcija gauna kasdien, visuomet rasi eilučių apie meilę.²⁰⁰“ Parodyti meilės svarbą naudojamos įvairios metaforos: aukščio, dydžio, nepažinumo, švaros, šviesos, turto. Emociniame režime meilė suprantama kaip viena žmogiškiausių, jei ne žmogiškiausia emocija.

Tikros meilės svarba ankstyvuoju laikotarpiu išskiriama per skirtį nuo geismo ir atkartoja biologijos ir žmoniškumo atskyrimo logiką. Čia žmogiškumą dažniausiai atstovauja dvasios metafora. Šio diskurso logikoje šeima laiminga gali būti, tik kai juos sieja būtent dvasinė meilė ir dvasinis bendrumas. Laikotarpio pradžioje ypač pabrėžiama, kad geismas, lytinis potraukis nėra meilė, bet jau nuo 1969 m. – geismo vieta pripažįstama, bet tik kaip viena iš (ir tikrai ne svarbiausia) meilės sudedamųjų dalių. Dvasinė meilė ir dvasia apskritai dažnai apibūdinama kaip gili, priešinga geismo paviršutiniškumui. Jeigu dvasingumas meilėje prioritetinę poziciją praranda ar yra visai nuo jos atsiejama, tuomet meilė yra biologizuojama, todėl tampa skurdi ir neperspektyvi.

Pabrėžiant meilės svarbą ir tyrumą, reikšmingai atsikartoja švaros metafora. Pavyzdžiui: „Noriu matyti mūsų mergaites tikrai gražias, skaisčias, švarias.²⁰¹“. Meilė ne tik pati yra švari, ji gali švari padaryti žmogų: „Tikra meilė iš paskutinio niekšo sugeba vėl padaryti žmogų, ištraukti jį iš purvo.²⁰²“. Šis žmogaus „švarinimas“ susijęs su bendru vaizdavimu, jog meilė žmogų tobulina, daro geresniu ir verčia geresniu daryti ir savo partnerį. Meilė siejama ne tik su švara, bet ir su grožiu, estetika. Ji įvardijama kaip estetinis jausmas.

Kaip tyros ir patvarios meilės pagrindas matoma draugystė, be kurios tikra meilė ne tik negali atsirasti, bet ir ilgai išgyventi. Naudojamos pagrindo, pamatų metaforos. Dažnai draugystė pabrėžiama kaip laisva nuo ir pirmesnė už geismą, dvasinės ir žmoniškos prigimties: „Pirmoji meilės aistra dažniausiai išblėsta po vienerių dvejų šeimyninio gyvenimo metų. <...> Todėl išgelbėti meilę galima tik sulydžius ją su draugyste, kuomet meilė tampa bičiulyste.²⁰³“ Draugystė taip pat matoma kaip vienintelis būdas pažinti vienas kitą meilėje, patikrinti savo dvasinį suderinamumą: „Vadinasi, tik per draugystę, per bičiulystę partneriai vienas kitą gali pažinti. Šiame pažinimo procese ir atsiranda partnerių dvasinė harmonija – išauga bei subręsta abipusė pagarba, prisirišimas ir meilė.²⁰⁴“

Kad meilė yra ypač svarbi, galima pastebėti ir per dažnai naudojamą kovos metaforą, nukreiptą ne prieš, o už meilę: „Meilė – pergalė prieš blogį.²⁰⁵“, „Kartu kovoti prieš meilei trukdančias

²⁰⁰ Jaunimo gretos, „Viskas apie meilę“, Nr. 12, 1965.

²⁰¹ M. Zubrienė, „Jos turėtų rausti“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1965.

²⁰² Vyt. Petkevičius, „Jūsų žodis, Viktorai“, Jaunimo gretos Nr. 1, 1966.

²⁰³ Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

²⁰⁴ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²⁰⁵ B. Ambrozaitienė, „Pakalbėkime atvirai: Jeigu myli, jaunuolis tampa vyru“, Jaunimo gretos Nr. 5, 1966.

jėgas.²⁰⁶ Kovos metafora signalizuoja ne tik meilės svarbą, bet ir pastangų reikiamybę, meilė nėra savaime suprantama, tam, jog galėtum ją jausti, reikia įdėti daug pastangų ir kovoti.

Kita, meilės svarbą paremianti samprata – tikra meilė yra sudėtinga, kompleksiška. Meilė dažnai eina kartu su žodžių „sudėtinga“ ir pristatoma kaip sudėtingas socialinis jausmas. Jos sudėtingumas dažnai pasireiškia ir per jos subtilumą, įgūdžių reikalingumą, sunkų apibūdinimą žodžiais. Meilės sudėtingumas naudojamas ir kaip pagrindimas jos svarbumui ir pirmumui prieš seksualinio aspekto pirmumą: „O juk negalima pirmon vieton iškelti partnerių seksualinę darną <...> Priešingai, pirma turi būti sprendžiama kaip tik ne seksualinė, o dvasinė darna, nes pastaroji yra žymiai sudėtingesnė ir sunkesnė.“²⁰⁷

Priešingai meilės sudėtingumui, biologinė meilė yra primityvi. Dažniausiai tekstai primityvios meilės net nevadina meile, o lytiniu potraukiu, geismu, aistra, kūniškais impulsais. Meilės sudėtingumas ir žmogiškumas reiškiasi ir per palyginimus su gyvuliais ar mažiau išsivysčiusiomis kultūromis. Teigiama, kad gyvuliai ir neišsivysčiusios bendruomenės neturi sugebėjimo mylėti, nes tai yra aukštasis socialinis jausmas. Primityvumas perteikiamas tiek tiesiogiai naudojant primityvumo, paprastumo sąvoką, tiek naudojant skurdo, tuštumo metaforas. Nesugebėjimas mylėti prilyginamas ir bendrai dvasios ir proto skurdumui: „Mane liūdina jų skurdumas, jausmų primityvumas <...> maždaug penkiasdešimties žodžių žodynas, kurio užtenka pasikalbėti su draugu ir "pasiaiškinti" meilėje.“²⁰⁸ 1979 metais įvyksta tam tikras šio primityvumo pokytis – kaip primityvūs matomi tiesiog žmonės, kurie geismą mato tik kaip biologinį ir gėdingą, nors pats geismas gali būti ir geras, ir dvasiškas (kai jungiamas su meile): „lytinis gyvenimas, žiūrint į jį tauresnėmis akimis, yra estetiškas ir etiškas, gražus ir geras. Tikrai purvas ir niekšybė, kylantieji iš šiurkščių egoistinių geidulių, kvailumo ir tamsumo, susijusių su mistiniu prietaringumu ir nenormali smegenų veikla, yra gėdingi ir įžeidžiantys.“²⁰⁹

Sugebėjimas mylėti tikra meile yra laikomas bendru žmogaus žmoniškumo, pilietiškumo kriterijumi. „Žmogus, kuris myli savo tėvynę, savo liaudį, darbą, netaps ištvirkėliu, jo žvilgsnis neįžiūrės moters asmenyje vien tik patelės. Ir visiškai tiksliai atrodo priešinga išvada: tas, kurio pažiūros į moterį yra primityvios ir begėdiškai ciniškos, nevertas pasitikėjimo kaip pilietis; jo pažiūra į bendruosius reikalus taip pat bus ciniška, juo negalima pasitikėti iki galo.“²¹⁰ Net pripažinus biologinio elemento vietą meilėje, dvasinė meilė išlieka kur kas svarbesnė dėl savo žmoniškumo ir gebėjimo sužmoginti net gaivališką geismą: „meilė, kaip ir žmogus, sukomponuota iš biologinio ir socialinio prado <...> Tos vertybės (A.G. – dvasinės) transformavo, sužmogino gaivališką biologinį

²⁰⁶ *Ibid.*

²⁰⁷ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²⁰⁸ M. Survila, „Kur jūsų Don Kichotai, Dulcinėjos?“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1966.

²⁰⁹ Česlovas Grizickas, „Ar galima pagauti mėlynąją paukštę?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1976.

²¹⁰ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

pradą.²¹¹ Meilė netgi suprantama kaip sąlyga žmogiškumui: „Meilė – bene aukščiausia žmoniškumo pakopa: kilniausias žmonių artumo, savitarpio supratimo, pagalbos pasireiškimas. Tik įsimylėjęs turi teisę vadintis tikru žmogumi.“²¹² Tokia išvada daroma iš to, jog įsimylėjęs žmogus matomas kaip kilnesnis, švelnesnis, doresnis, linkęs aukotis.

Meilė sužmogina geismą, taigi kuomet jie eina kartu, jis nėra matomas kaip iš esmės neigiamas dalykas. Norint geismą naudoti teisingai, būtina meilė. Ši nuostata taip pat rodo meilės svarbą ir dominavimą – geismas turi būti pateisintas meile: „jeigu tarp partnerių nėra tikrosios, abipusės meilės, tai ir lytiniai santykiai tarp jų negali būti pateisinti.“²¹³ Be to, be tikros meilės, dvasinės harmonijos lytiniai santykiai net ir fiziologiniu požiūriu nebus pilnaverčiai, kadangi: „vyro grubumas, nejautrumas, netaktiškumas sąlygoja moters frigidiskumą (lytinį šaltumą).“²¹⁴

Ties šiuo aspektu svarbi ir lyties skirtis. Vyrai matomi kaip labiau linkę į geismą, o moterys į meilę. Meilė turi galią prieš geismą, nes vaikinui įsimylėjus, geismas tarsi „išgaruoja“, „ištirpsta“. Pabrėžiama, kad ši tendencija „laisvos meilės“ kultūroje virsta moterų išnaudojimu: „Be to, į šį klausimą skirtingai žiūri vaikinai ir merginos: dauguma Švedijos merginų su lytiniais santykiais sutinka tik tada, kai žmonės jungia meilę, o dauguma vaikinų meilę atmeta (jie teigia, kad trumpus ryšius turėti yra tradicinė vyriška tendencija). Vadinasi, moteris šioje srityje ir toliau eksploatuojama.“²¹⁵

Meilės svarba susijusi ir su jos socialumu, visuomeniškumu ir kultūra, todėl meilė tampa ne tik žmogaus kultūros, bet visuomenės kultūros „termometru“. Nors pripažįstamas ir biologinis dėmuo, kultūrinis elementas pabrėžiamas kaip esminis: „Negalima meilę suvokti ir kaip kažkokį neistorinį, nuo visuomeninių santykių atsietą, nuo žmogaus dvasinės kultūros izoliuotą gamtinį reiškinių, nes, kaip teisingai pastebėjo Leninas, meilėje pasireiškia ne tik tai, ką žmogui davė gamta, bet ir tai, ką įnešė kultūra.“²¹⁶ Svarbi ne tik romantinė meilė, bet ir platoniška bendražmogiška meilė visuomenės nariams, šeimai, draugams ir be tokios meilės, negali būti, kaip teigiama duomenyse, „meiliškosios“ meilės. Romantinė meilė gali ateiti, tik jei žmogus moka mylėti platoniškai, socialiai: „„Meiliškos“ meilės jėgos gali būti surastos tik nelytinės žmonių simpatijos patirtyje, visuomenėje – Jaunuolis niekuomet nemylės savo sužadėtinės ir žmonos, jei jis nebus mylėjęs savo tėvų, draugų, bičiulių.“²¹⁷ Meilė suvokiama kaip viena iš visuomeninių santykių dalių, kurie sudaro žmogaus gyvenimo prasmę: „Iš tikrųjų, kaip gali būti abejingas darbu, Tėvynės interesams, mūsų visuomenės istoriniam likimui, švelnumui ir meilei, šeimai ir vaikams - visam visuomeninių santykių kompleksui,

²¹¹ Romualdas Lengvinas, „Tu tikrai ne toks“, Jaunimo gretos Nr. 4, 1977.

²¹² Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

²¹³ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²¹⁴ *Ibid.*

²¹⁵ Česlovas Grizickas, „Ar galima pagauti mėlynąją paukštę?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1976.

²¹⁶ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²¹⁷ *Ibid.*

be kurio nėra ir paties žmogaus, jo asmenybės, viso jo gyvenimo tikslo bei prasmės.²¹⁸ Taip meilė pavaizduojama kaip kažkas kur kas didesnio ir svarbesnio nei tik individuali emocija ir privatus santykiai.

Meilė parodoma ir kaip pažanga, išsivystymo, modernumo ženklas, o geismas kaip atsilikimo, senovės žmonių bruožas: „Marksistiniu požiūriu, meilė visų pirma suprantama ne vien kaip lytinis potraukis, o kaip sudėtingas socialinis fenomenas, pirmiausia kaip subtilus dorovinis ir estetiškas jausmas. Engelsas teigė, kad „mūsų lytinė meilė iš esmės skiriasi nuo paprasto lytinio potraukio, nuo senovės žmonių eros.“²¹⁹

Taip pat kaip socializmo laimėjimas įreminama santuoka iš meilės. Per iš meilės sudarytas sąjungas taip pat pabrėžiamas pažangumas lyginant su buržuazinėmis visuomenėmis: „Iš tikrųjų, santuokos idealas – tai santuoka iš meilės, nes tik tokia santuoka giliai dorovinga, humaniška ir pažangi. Santuoka, sudaroma pagal šabloną ar išskaičiavimą, yra praeities reliktas. Tokia santuoka labiau būdinga buržuazinei visuomenei.“²²⁰ Pabrėžiamas režimo prioritetas jausmams, skirtingai nei kapitalistinėse visuomenėse, kur santuokų pagrindu tampa nuosavybė. Pabrėžiama, kad meilė socialistinėje visuomenėje yra svarbiausia: „Santuoka iš meilės ir meilė santuokoje buvo, yra ir bus socialistinėje visuomenėje svarbiausias, lemiamas moralinio šeimos santykių pagrindo komponentas.“²²¹ Meilės svarba ir santuokos iš meilės susijusi ne tik su pažanga bendrai, bet ir būtent naujo žmogaus formavimu: „Ši tendencija atspindi mūsų visuomenės socialinės ir dvasinės pažangos procesą, ji susijusi su naujo žmogaus formavimu, dvasiniu jo turtėjimu bei doroviniu tobulėjimu.“²²² Šių laimėjimų suformuotoje naujoje šeimoje išauga emocijų svarba: „Mūsų šeima iš pagrindų pasikeitusi. Joje augo ir suvešėjo nauja funkcija – pareiga patenkinti didelius emocinius ir dvasinius sutuoktinių poreikius.“²²³

Meilė ne tik yra visuomeniška, sociali, bet ir priklauso nuo visuomenės, kultūros pokyčių. Tokie pokyčiai gali keisti emocijas, tarp jų ir meilę. Riurikovas naudoja šešėlio ir augalų metaforą: „Meilė – tai sąlygų, kuriomis gyvena žmogus, „šešėlis“. Kaip daigo gyvybė priklauso nuo dirvožemio, kuriame jis auga, taip ir meilės gyvenimas priklauso nuo jos „dirvos“, jos „žemės“.“²²⁴ Kaip vienas iš svarbiausių visuomenės pokyčių, pakeliančių meilės kultūrą, matomas perėjimas nuo patriarchato prie biarchato. Šis procesas matomas pakeitęs moters emocijas, jos meilę: „Nauja moteris labai pasikeitusi, pakito jos užsiėmimas, interesai, jausmai, idealai. Ir jos meilė nebe tokia, kaip

²¹⁸ Nikolajus Solovjovas, „Neabejingas abejingam“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1975.

²¹⁹ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²²⁰ *Ibid.*

²²¹ Nikolajus Solovjovas, „Kokia šeima laimingesnė?“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1977.

²²² Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²²³ Jurijus Riurikovas, „Pakeliui į laimės šalį“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1979.

²²⁴ Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

patriarchato laikų moters.²²⁵“ Nepaisant moters išlaisvinimo darbo sferoje, šeimos santykiuose, vyrai dar dažnai moters nemato kaip lygiavertės ir tai matoma kaip išaugusio skrybų skaičiaus priežastis. Todėl meilę bandoma gelbėti, ieškoti priemonių, kaip šeimas išlaikyti kartu.

Meilės likimas yra toks svarbus režimui, nes tiesiogiai lemia materialius visuomenės išlikimo veiksnius – demografiją, darbingumą. Nepavykusi, trumpalaikė, nepatvari meilė režimui reiškia: „dešimtys milijonų negimusių vaikų, dešimtys milijonų nebūsimųjų darbininkų. Tai ir asmeniškų nesėkmių susikaupimas, kuris blogina visą visuomenės atmosferą, sukelia joje daugybę skausmingų opų – menkina žmonių gamybinės galimybes, slopina jų visuomeninę energiją.²²⁶“ Todėl meilė, jos neradimas ar praradimas suvokiama kaip socialinė demografinė bėda. Šeimos santykiai matomi kaip darantys tiesioginę įtaką ateities piliečiams, taigi pačiam režimui. Teigiama, kad valstybės stiprumas priklauso nuo šeimos stiprumo, todėl ypač svarbu šeimoje išlaikyti tinkamas emocijas: „Daug kalbam, kad valstybės galia priklauso nuo to, kokia bus atskira tarybinė šeima. Jei vaikas išmoks gerbti tėvus, mylėti gimtus namus, tai jis užaugs doru žmogumi, mylės Tėvynę, gerbs įstatymus.²²⁷“ Šeimyniniai ir psichologiniai santykiai išskiriami kaip viena svarbiausių visuomenės santykių dalių: „Pirmon vieton iškyla ekonominiai, arba darbo, šeimyniniai-buitiniai, moraliniai-psichologiniai, politiniai, teisės, estetikos ir kiti santykiai.²²⁸“ Pabrėžiama jų įsisavinimo svarba, tai būtina, kad piliečiai galėtų drauge kurti ir tobulinti visuomenę – tiek materialių daiktų, tiek minčių, jausmų ir santykių kūrimu.

Sunkumai, skausmas meilėje suprantami kaip neišvengiami. Jų egzistavimas suprantamas kaip normalus ir net naudingas: „Metų metais gyvenant kartu, susikirtimai neišvengiami, o kai kuriais atvejais net naudingi.²²⁹“ Iš vienos pusės, reikia žinoti ir jausti sutuoktinio sunkumus: „tikrai mylėti kitą žmogų tai žinoti, kokie jo sunkumai ir sielvartai, ir stengtis juos palengvinti.²³⁰“ Iš kitos, sunkumai, kančia bus patiriami ir kartu kovojant dėl meilės: „Suderinamumas - tai dažniausiai mūsų kančių vaisius, mūsų valios ir jausmų, sąmonės ir poelgių kūdikis.²³¹“ Sunkumus perlipti leidžia nuoširdus jausmas, meilė: „Reikės peržengti tuos ir dar aibę visokiausių kitų slenksčių, ir peržengs juos tie, kuriuos jungia tikras, nuoširdus jausmas.²³²“

Kitas meilės svarbą pabrėžiantis apibūdinimas – jos didybė. Meilė yra didinga, todėl turėtų užimti aukštą vietą žmogaus tikslų, prioritetų sąrašė. Straipsniuose naudojamos įvairios aukščio, dydžio ir masto metaforos kaip „Mylėdamas žmogus tarytum kyla į erdves, aukštyn.²³³“, „žmogui

²²⁵ *Ibid.*

²²⁶ *Ibid.*

²²⁷ Liucė Škuodytė, „Amžiaus liga“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1977.

²²⁸ Nikolajus Solovjovas, „Neabejingas abejingam“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1975.

²²⁹ Česlovas Grizickas, „Sutuoktinių ginčai ir konfliktai“, Jaunimo gretos Nr. 1, 1978.

²³⁰ Česlovas Grizickas, „Jaunuolių meilė - jų akyse?“, Jaunimo gretos Nr. 12, 1973.

²³¹ Jurijus Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

²³² Domas Jakštas, „Barnis barniui nelygu“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1977.

²³³ B. Ambrozaitienė, „Pakalbėkime atvirai: Jeigu myli, jaunuolis tampa vyru“, Jaunimo gretos Nr. 5, 1966.

reikia meilės, didelio ir galingo jausmo.²³⁴ Šios didelio aukščio, dydžio, masto metaforos parodo, jog meilė išeina iš įprasto reiškinių ribų, ji tarytum atsiplėšia nuo žemės, pakyla virš kasdienybės. Meilė išsiskiria iš įprasto dydžio ir aukščio, todėl yra ypatinga ir vertinga. Šis pakilimas virš žemės taip pat gali būti siejamas ir meilės „šventumu“ ir vieta emocijų hierarchijoje.

Medicinos diskursas meilę įrėmina kaip naudingą sveikatai – vaistas nuo ligų, sveikatingumo dalis: „Jau žiloje senovėje pastebėta, kad meilė stiprina imunitetą prieš įvairias, net infekcines ligas: įsimylėjusieji būna atsparesni, ne taip greitai suserga.“²³⁵ Meilės trūkstant taip pat susiduriama su įvairių biologinių procesų sutrikimu: „Kai nėra meilės, sumenkėja net motinos pieningumas.“²³⁶ Meilė taip pat matoma kaip vaistas nuo seksualinių sutrikimų: „Medicinos moksle pastebėta, kad impotencija ir frigidiškumas geriausiai gydomi ugdant meilės jausmą.“²³⁷

Nepaisant meilės žmoniškumo, dėl jos didelės svarbos ir sąsajų su geismu jai taip pat galioja valdymo sąlygos. Už tai, kad meilė netaptų nevaldoma, atsakingas yra protas ir tvirti moraliniai principai. Protinga meilė svarbi ir suaugusiųjų gyvenime, jei kuriant santuoką vadovaujamasi tik emocijomis be brandos, atsakomybės ir proto, santuoka gali baigtis skyrybomis: „Protauti reikia net mylint.“²³⁸ „Emocijų gerumą ar blogumą apsprendžia būtent proto kontrolės dėmuo – nesukontroliavus, net gera emocija kaip meilė, laimė gali vesti ir į pražūtį: „Tuos, kurie neįstengia savęs kontroliuoti, meilė dažnai veda į pražūtį, užuot suteikusi tyrą laimę.“²³⁹ Per didelis meilės sureikšminimas, jos vaikymasis, sumažina jos galybę, taurumą ir švarumą. Meilė matoma kaip gera, tik jei ji yra suvaldyta, ypač šis susivaldymas pabrėžiamas, kai kalbama apie paauglius. Viena iš straipsnių šiam minčiai perteikti, naudojama ugnies metafora – meilė turi būti kaip kibirkštis arba rusenanti žarija, tačiau, „jei ši meilės kibirkštis įsidedė ir nėra kiek neslopinama jos liepsnos prasiveržia iš jaunuolio širdies, stichinė meilės jėga gali visiškai sudrumsti moksleivio gyvenimą.“²⁴⁰ Taigi meilė gali būti ir bloga, ir gera, bet jos tinkamumą apsprendžia būtent jos žmoniškumas: „Gero žmogaus ji žmoniškesnė, egoisto – siaura, nors gali pasirodyti karštesnė. Meilė turi, man atrodo, du skirtingus matavimus: „kiekybinį“ ir „kokybinį“ - tai jos gylis, žmoniškumas. <...> Tačiau šiame lydinėje pirmumas atitenka žmoniškumui.“²⁴¹

Meilės atveju svarbus ir pedagogikos diskursas. Svarbi pedagoginio auklėjimo funkcija – meilės amžiaus pratęsimas. Reikšminga dalis autorių susirūpinę didėjančiu ištukų skaičiumi, todėl tai tampa svarbiu klausimu: „Norint išaukštinti meilę ir pratęsti jos amžių, reikia rūpintis visų žmonių

²³⁴ E.Bergienė, „Kada mergaitė verkia?“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1966.

²³⁵ Napoleonas Indrašius, „Pavyduliavimas šeimoje“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1973.

²³⁶ *Ibid.*

²³⁷ *Ibid.*

²³⁸ Česlovas Grizickas, „Sėkminga santuoka“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1973.

²³⁹ Dana Gasparavičiūtė, „Rašo mūsų skaitytojai“, Jaunimo gretos Nr. 7, 1976.

²⁴⁰ B. Ambrozaitienė, „Pakalbėkime atvirai: Jeigu myli, jaunuolis tampa vyru“, Jaunimo gretos Nr. 5, 1966.

²⁴¹ Jurijus Riurikovas, „Atviras laiškas Alisai“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1981.

ir ypač jaunimo auklėjimu ir saviuokla, jo dvasinio turtingumo, dorovinės kultūros, moralinio tyrumo ir kitų aukščiausių vertybių ugdymu ir formavimu.²⁴² Dėl meilės sudėtingumo svarbios tampa tam tikros kvalifikacijos meilei, mylėti reikia sugebėjimų, net talento: „Meilė - tai jausmų talentas, ir kaip ne visi žmonės yra talentingi, taip ne visi sugeba mylėti.“²⁴³ Viena iš kvalifikacijų – branda. Tekstuose dažnai minimos per ankstyvos, nesubrendusių žmonių sudaromos santuokos, kurios dažniausiai būna nelaimingos, būtent dėl jaunų, nesubrendusių žmonių negebėjimo suprasti ir išlaikyti sudėtingos meilės. Meilės gebėjimui išsivysčiusi turi būti visa asmenybė, o tai pasiekti galima per pastangas, jausmų auklėjimą.

Kita reikalinga kvalifikacija – sutuoktinių išsiauklėjimas. Išsiauklėjimas, kaip ir branda, nulemia šeimos patvarumą, jeigu šio išsiauklėjimo nėra, jau pirmaisiais santuokos metais tai ima trukdyti sutuoktinių laimei, o galiausiai baigiasi skyrybomis. Dėl šios priežasties reikia parengti jaunimą vedybiniam gyvenimui. Į šį parengimą įeina ir dorovinė kultūra: „Daugelis rietenų ir konfliktų, vedančių į ištūką, yra pasekmė ne gilių pakitimų jausmuose, bet nesantūrumo, per didelio irzlumo, nesugebėjimo elgtis naujomis sąlygomis. Kadangi neišsiauklėjimas trukdo santuokoje, baigiasi skyrybomis, visų pirma reikia doroviškai auklėti jaunimą, skiepyti dorovinius jausmus.“²⁴⁴

Kaip kliūtis sugebėjimui mylėti pabrėžiami ir ankstyvi lytiniai santykiai, nesuvaldytas geismas ir instinktai: „Taip prarandama viena pačių gražiausių savybių - sugebėjimas mylėti, taip skurdinami ir iššvaistomi jausmai, smukdoma asmenybė.“²⁴⁵ Įspėjama, jog nesuvaldžius geismo, tikėtina, laukia skaudi vienvė: „Lengvabūdiški susitikimai ir dar lengvabūdiškesni išsiskirimai, daugybė trumpalaikių ryšių – ir nesugebėjimas pamilti, daugybė pažinčių – ir kamuojanti, sekinanti vidinė vienvė.“²⁴⁶ Šis nesugebėjimas išsivysto iš nesuvaldyto geismo sukulto cinizmo ties kitos lyties atstovais bei egoizmu.

Daugiausiai su pykčiu susijęs diskurso kismas, pereinantis nuo visiško emocijų užgniaužimo prie suvaldyto išreiškimo, pasireiškia ir meilės sferoje. Nuo 1980 m. diskursas linksta prie emocijų išsakymo sutuoktiniui. Nors pyktis šeimoje vis vien turi būti sureguliuotas, jis neturi būti užgniaužtas, o valdomas būtent per komunikavimą – emocijomis pasidalinama, nes kitu atveju jos „išsiverš“ kitu, mažiau racionalių ir žmonišku būdu: „Jei neišsiskysime tam, kas įskaudino, jausmai vis tiek prasiverš kitur. Kartais supykusi žmona ar vyras trenkia durimis, užuot pasakę savo žmonai (vyrui), jog jiedu vienas kitą įskaudino.“²⁴⁷ Nepaisant šios naujovės, momente emocijas vis tiek reikia valdyti, komunikuojama turi būti tik po fakto, „atšalus“ ir įsijungus protui.

²⁴² Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²⁴³ Jurius Riurikovas, „Sukurk save: Kas tau, meile?“, Jaunimo gretos Nr. 10, 1974.

²⁴⁴ Vincentas Žemaitis, „Meilės išteisinimas“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1975.

²⁴⁵ A. Meliksetianas, „Priklausau nuo merginų“, Jaunimo gretos Nr. 8, 1974.

²⁴⁶ *Ibid.*

²⁴⁷ Česlovas Grizickas, „Trenkti durimis ar ne?“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1978.

Svarbu paminėti ir emocijų hierarchiją tarp įsimylėjėlių. Ankstyvuju laikotarpiu įsimylėjęs žmogus, daugiausiai vaizduojamas kaip pasiaukojantis, pirmiausia pagalvojantis apie kitą, o ne apie save, rūpestingas ²⁴⁸. Tai suprantama kaip priešprieša egoizmui. Taigi, mylimojo emocijos hierarchijoje aukščiau – pirma reikia pagalvoti apie jį, o tik vėliau apie savo emocijas. Nuo 1979 metų labiau prigyja emocijų lygybę skatinantis požiūris: „Aš“ ir „ne aš“ harmonija pasiekama ne save aukštinant ar žeminant, o išlaikant savų ir svetimų interesų pusiausvyrą: „Tai ypač matyti meilėje. Meilės laimė – turbūt pati neegoistiškiausia ir pati nealtruistiškiausia iš visų laimės rūšių; meilėje tik duodamas kitam, gauni ją pats, ir tik gaudamas ją pats, duodi kitam.“²⁴⁹ Tiesa, šis balanso požiūris nėra absoliutus, net ir vėlyvuju laikotarpiu, pasitaiko savo emocijų nužeminimo vardan šeimos skatinimo. Pavyzdžiui, neištikimybės atveju, moteriai siūloma slopinti savo emocijas, būti švelniai, kad vyras norėtų grįžti namo: „Šitokioje situacijoje svarbu, kad jis galėtų grįžti namo, nesitikėdamas naujo skandalo. Taktiškas moters elgesys, jos pastangos suprasti, atleisti – pabrėžiu: atleisti! – kartais vaidina lemiamą vaidmenį.“²⁵⁰ Pati meilė matoma kaip vaistas, gydytojas, pagalba sveikatai.

Meilės svarbos diskurse taip pat remiamasi ir mediciniais, moksliniais argumentais. Nelaiminga meilė, jos nykimas matomas kaip veikiantis sveikatą, kartais net kaip liga: „Nelaiminga meilė (arba gėstanti meilė) veikia žmones kaip tikra liga. Kančia, liūdesys, slegianti savijauta – tai ne paprastas, bekūnis rūkas, kuris apima sielą. Tai savotiškas organizmo apnuodijimas, tikras fizinis skausmas.“²⁵¹ Meilės, partnerio neturėjimas taip pat svarbus, teigiama, kad viengungiai gyvena trumpiau. Medicinos diskurse meilė net matoma kaip gyva būtybė, kuri gali sirgti, mirti, gyventi. Teigiama, kad pati meilė gali turėti ligų ir ją gydyti reikia psichologinių vaistų: „Tarp jų yra savo psichologijos pliusų ir minusų žinojimas, barnių ir ginčų kultūra, moters išlaisvinimas nuo pernelyg gausių pareigų ir didelio krūvio, kūrybiškas šeimyninio gyvenimo įvairinimas, dvasinis dėmesys vienas kitam bei dvasinis artumas, mokėjimas tramdyti savo jausmų protrūkius ir daugelis kitų. Psichologiniai vaistai – nepaprasti. Jie geriausiai gali nutolinti meilės senatvę, sumažinti jos mirtingumą.“²⁵²

Emocijas, jausmus, o šiuo atveju meilę ir tarpusavio suderinamumą žmogus kuria, reiškia deda sąmoningas pastangas, nepasiduoda biologiškai emocijų inercijai. Naudojama net „meilės darbo“ sąvoka. Ši žmoniškų pastangų svarba pristatoma kaip priešingybė dievo valios pasidavimui: „Inertiškas, abejingas kito likimui žmogus taip pat svajoja apie meilę, bet jis nieko nedaro ar mažai

²⁴⁸ Išskyrus Aleksandras Alekseičik, „Mįslingiausias jausmas“, Jaunimo gretos Nr. 2, 1969.

²⁴⁹ Jurijus Riurikovas, „Atviras laiškas Alisai“, Jaunimo gretos Nr. 9, 1981.

²⁵⁰ Miroslavas Plzakas, „Neskubėkite skirtis“, Jaunimo gretos, Nr. 12, 1892.

²⁵¹ Jurijus Riurikovas, „Pusvalandis pamąstymo apie meilę“, Jaunimo gretos Nr. 3, 1980.

²⁵² Jurijus Riurikovas, „Pakeliui į laimės šalį“, Jaunimo gretos Nr. 6, 1979.

dar, kad meilės galimybę paverstų realybe. Jis geriausiu atveju laukia meilės kaip „dievo dovanos". BET NE DIEVAI, O PATYS ŽMONĖS KURIA IR SAVO GYVENIMĄ, IR SAVO MEILĘ.²⁵³“

4. Brežnevo valdymo laikotarpio emocinis režimas – tarp griežto ir laisvo

Kaip minėta teorijoje, dėl emotyvų save tiriančio ir save keičiančio elementų niekada nėra aišku, kokią galutinę poveikį jie išgaus, todėl emocijos turi būti naviguojamos. Laisvas neaiškių ir dviprasmiškų emocijų pajautimas ir galimybė pagal jas veikti, keisti aukšto lygio tikslus emociniame režime yra smarkiai apribotas. Šią laisvę smarkiai apriboja racionalumo, socialumo, žmoniškumo išaukštinimas prieš biologiją ir prigimtį. Ypač svarbi nuolatinė savęs kontrolė, saviaukla, savitaiga, emocijų disciplina, pedagogika, todėl emocijos nepaliekamos laisvai saviėigai, žmogaus ieškojimams.

Brežnevizmo laikotarpiu Lietuvoje egzistavęs emocinis režimas šiame darbe suprantamas kaip esantis arčiau griežto emocinio režimo. Griežtas emocinis režimas visų pirma pasižymi nuobaudų galimybe. Pasibaigus Stalinizmo laikotarpiui, atviros, tiesioginės ir fizinės nuobaudos nebebuvo plačiai naudojamos. Todėl Brežnevizmo laikotarpiu, sukeliant tikslų konfliktus ir paklusimą normoms, naudojami kiti mechanizmai. Baimės dėl nuobaudų išnykimas režimo emotyvų efektyvumui galėjo turėti silpninantį efektą, kadangi prarandamas teorijoje minėtas normatyvių emotyvų integravimo raminantis ir malonus efektas.

Tačiau Brežnevo eros emocinis režimas atitinka griežtą emocinį režimą pagal gan limituotą emotyvų skaičių. Emocijas galima jausti daugiausiai tik vienu būdu – kontroliuojant protu. Nors egzistuoja ir laisvesnių pasisakymų, skirtingų emocinių stilių, jie sudaro hierarchiją ir mažiau pageidaujamos emocijos ir jų tipai matomi kaip nekultūringų, nežmoniškų, nesocialių žmonių bruožai. Tokie žmonės visuomenėje marginalizuojami. Pavyzdžiui, straipsnyje, kuriame buvo pateikta 10 emocinių kryptingumų, buvo bandoma parodyti emocinę įvairovę, bet galiausiai vis vien išskiriami kryptingumai, kurie matomi kaip ne socialūs – glorinis (linkęs į šlovę), hedonistinis (mėgstas patogų gyvenimą) ir kaupimo (mėgstantis daiktus) tipai.

Taip pat vyrauja ir griežtos emocijų valdymo strategijos. Nepaisant fizinių ir tiesiogiai režimo vykdomų bausmių svarbos sumažėjimo, įsivyroja kitokio pobūdžio nuobaudos. Jeigu Stalinistiniu laikotarpiu vyravo vertikalė baimė, tai Brežnevizmo laikotarpiu svarbesnė tampa horizontalė baimė. Dėl buvusių represijų, išdavysčių, stebėjimo, „blato“ praktikų įsivyroja cinizmas ir nepasitikėjimas kitais. Todėl horizontalė baimė gali veikti kaip normalizuojanti praktika. Vietoj fizinių nuobaudų, šiame emociniame režime pasitelkiama gėda. Gėdinti gali tiek oficialios institucijos, pvz., Jogilė Ulinskaitė ir Monika Verbalytė mini darbovietėse ir partijoje vykusias viešas gėdijimo praktikas, tiek

²⁵³ Nikolajus Solovjovas, „Neabejingas abejingam“, Jaunimo gretos Nr. 11, 1975.

kiti visuomenės nariai, aplinkiniai ir artimieji, bet dar svarbiausias gėdos šaltinis buvo pats individas. Individas pats stebi savo emocijas ir, pajautęs netinkamas emocijas jaučia gėdą. Gėda gali būti jaučiama tiek dėl emocijų hierarchijoje žemai esančių biologinių emocijų, tiek dėl žmoniškų, bet toje situacijoje matomų kaip neadekvačių. Pirmuoju atveju, pvz., gėdijamasi dėl pavydo, pykčio, geismo, antruoju pvz., dėl liūdesio, kuris matomas kaip neadekvatus, nes yra žmonių, kuriems daug sunkiau.

Individas ne tik save gėdina, bet ir nuolatos stebi bei koreguoja savo elgesį per įvairias praktikas. Žmogus yra raginamas stebėti, kruopščiai išanalizuoti, fiksuoti ir lyginti savo emocijas. Michel Foucault knygoje „Disciplinuoti ir bausti: kalėjimo gimimas“ pademonstruoja perėjimą nuo ikimodernos suvereno galios, pagrįstos atviru smurtu, prie modernios disciplinarinės visuomenės, pagrįstos disciplina ir savistaba. Tiriamoje medžiagoje minimas praktikas – savianalizė, autogeninės praktikas – galima sieti su tokia disciplinarine galia, modernumu (nors dėl Sovietų Sąjungos modernumo ginčijamasi). Nuo visiško užgniaužimo objekto, Brežnevizmo laikotarpiu emocijos tampa stebėjimo, pažinimo ir treniravimo objektu. Skatinant savianalizę, nebereikia išorinio stebėtojo, todėl emocijos kontroliuojamos dar efektyviau ir nuolatos. Nagrinėtuose straipsniuose buvo rasta ir raginimų lyginti savo emocijas su kitų emocijomis, tai irgi atitinka Foucault disciplinos normalizavimo mechanizmą.

Ypač ryškiai disciplinarinius mechanizmus pastebėti galima savikontrolės diskurse. Remiantis autogenikos psichotechnika, emocijų kontrolė pateikiama kaip kūno kontrolė – pateikiami nuoseklūs treniravimo žingsniai, smulkiai aprašoma kiekviena poza, jų eilės tvarka, trukmė, lokacija. Patariama, kokių laiku ir kokiomis sąlygomis atlikti šias treniruotes bei kitą pratimą mokytis tik pilnai įvaldžius ankstesnįjį. Taip pat progresą reikia registruoti, jį analizuoti. Tai atitinka Foucault išskirtas disciplinarines technikas – kūno išskaidymą, tvarkaraščio sudarymą, nuoseklų ėjimą prie sudėtingesnio pratimo, dokumentaciją²⁵⁴. Taigi, biologinės primityvios emocijos yra kontroliuojamos per modernias disciplinarines technikas, o ne tiesioginę jėgą. Represijų panaikinimas nereiškia, kad individas tampa laisvesnis ar mažiau kontroliuojamas, toks emocijų diegimas gali būti net efektyvesnis.

Griežta kontrolė ir nuobaudų (gėdos) tikimybė sukelia tikslų konfliktus individe. Brežnevo eros emocinis režimas dažniausiai kaip konfliktuojančius įrėmina biologinius ir socialius/žmogiškuosius, savo emocijų patenkinimo ir kitų emocijų patenkinimo, biologinių emocijų pajautimo ir sveikatos palaikymo tikslus. Pirmuoju atveju, biologinės emocijos turi būti užgniaužiamos arba išreiškiamos jau sukontroliavus protui, individas turi kovoti su savo biologija, prigimtimi. Pavyzdžiui, patiriant nepagarbų elgesį iš sutuoktinio, žmogus instinktyviai norėtų pykti, tačiau emocinis režimas pyktį laiko žmoniškumu nepasižyminčia emocija. Individas turi rinktis, jam svarbiau jo biologinis tikslas

²⁵⁴ Michel Foucault, *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*, trans. Alan Sheridan (New York: Vintage Books, 1995).

– išreikšti pyktį ar žmoniškumo tikslas – pykti užgniaužti ar suvaldyti. Antruoju atveju, emociniame režime dažnai pabrėžiamas kitų (ypač vaikų) emocijų pirmumas prieš individo emocijas. Individas patiria emocinę kančią, nes turi rinktis savo emociją ar kito emociją, pvz., mano laimė ar vaiko laimė. Emocinio režimas griežtumas čia pasireiškia ne pačiu tikslų konflikto faktų (nes tokie konfliktai gali veikti ir natūraliai, be režimo įsikišimo), bet per dirbtinę, specialiai sukeltą jo prigimtį (biologinės emocijos nebūtinai kenkia sveikatai, neprivaloma rinktis vieno arba kito, režimas tai tokiu būdu įrėmina dirbtinai). Reddy teigia, kad per tokį dirbtinį tikslų konfliktą griežti emociniai prieštarauja žmogaus prigimčiai ir jo galimybėms. Ribodami visas nuo normos nukrypstančias emocijas, griežti režimai užkerta kelią žmonių galimybei keisti tikslus, siekius, išgyventi krizes, abejones, asmenybės pokyčius.

Specifinis vėlyvojo sovietmečio bruožas – dominuoti ima žmogaus susvetimėjimas su savimi, tarsi susidvejinimas, kai viešumoje formaliai atliekamos režimo pageidaujamos praktikos, o privačiai dominuoja gyvenimas pagal savo taisykles ir „išmonę“. Taigi, jei Reddy emotyvų teorijoje vienas tikslas galiausiai nugalė kitą ir veiksmas atliekamas pagal nugalėjusį, o pralaimėjęs supresuojamas, pamišamas, tai Yurchak teigia, kad vėlyvuosiu sovietmečiu elgiamasi pagal abu tikslus²⁵⁵. Jei vien laikinas mintinis tikslų konfliktas kelia kančią, tai nuolatinis šių tikslų konfliktas palaikomas ne tik mintyse, bet ir nuolatinėse praktikose, tikėtina, turėtų kelti dar didesnę kančią, o ilguoju laikotarpiu – susvetimėjimą, atsitraukimą, apatiją.

Griežtos režimo savybės, be pagrindinės tokius režimus palaikančios savybės – griežtų represijų – turi potencialą režimą paversti gan silpnu ir ne efektyviu ilguoju laikotarpiu. Reddy teigia, kad griežti emociniai režimai geriausiai veikia, kai režimas susiduria su sunkumais – krizėmis, karu, o ilguoju laikotarpiu, dirbtinai sukelti tikslų konfliktai ir žmogaus prigimties nesupratimas gali padaryti režimą neveiksnų. Šis nesupratimas susijęs su viena pagrindinių režimo silpnųjų vietų, kai didelį dėmesį sutelkdamas į emocijų pedagogiką, režimas neatkreipia dėmesio į kitą emotyvų dalį – emocinių aktyvacijų gebėjimą individui primesti nenumatytus ir nenorimus pokyčius.

Griežtai suformavus tinkamas emocijas tinkamiems veikėjams, emocinis režimas sukuria emocinę kančią visuomenės nariams, kurie per gyvenimą ar vienu metu užima kelias „roles“. Pavyzdžiui, jau minėtas „moteriškas“ drovumas, kuklumas yra reikalaujamas iš merginų, nes jų rolė yra „moteris“, o moteriai kuklumas svarbus kaip apsaugos priemonė, bet jeigu mergina save supras kaip tiesiog „žmogų“, tuomet perdėtas drovumas, kuklumas jau nepageidaujamas, nes trukdo bendravimui su žmonėmis ir apskritai sukelia neigiamus išgyvenimus. Toks pageidaujama emotyvų neatitikimas tarp skirtingų rolių irgi potencialiai kelia emocinę kančią.

²⁵⁵ Alexei Yurchak, *Everything Was Forever, Until It Was No More: The Last Soviet Generation* (Princeton, NJ: Princeton University Press, 2006).

Laikotarpio viduryje taip pat buvo galima aptikti naujų požiūrių pateikiančių, bet režimo ribose išliekančių nuomonių. Nepaisant kontroversiškų požiūrių, tokie tik šiek tiek naratyvus perdėliojantys, bet iš diskurso ir režimo ribų neišeinantys naratyvai gali net padidinti emocinę kančią. Pavyzdžiui, beveik visą analizuotą laikotarpį kaip ypač svarbi emocija merginoms buvo pabrėžiamas drovumas/kuklumas, tai sutapo su medicinos ir mokslo diskurse pateikiama moterų prigimtimi – intensyvaus geismo nejautimu, pasyvumu, susikoncentravimu į dvasinę meilę, o ne fizinę jos išraišką. Tačiau diskursui kryptant link pozityvesnio geismo (vis dar suvaldyto meile) vertinimo, merginoms iškeliamas reikalavimas būti pilnaverte partnere, atsikratyti drovumo, aktyviai jausti ir išreikšti geismą. Tokiu būdu sukuriamą emocinę kančią tarp savo biologinės prigimties supratimo ir dabar jau pageidaujamo aktyvaus vaidmens lytiniuose santykiuose.

Panašią įtampą galima matyti ir naratyvo ties emocijų užgniaužimu/pajautimu pasikoregavime. Vėlesniu laikotarpiu, net ir tuose pačiuose straipsniuose gali būti skatinama emocijų neslopinti, nekaupiti, jas išreikšti, nes toks slopinimas žalingas sveikatai ir jas kontroliuoti, valdyti, neparodyti aplinkiniams. Susiduria sveikatos ir socialumo, mandagumo tikslai ir išgyvenama emocinė kančia. Taigi, daugiau skirtingų emotyvų nebūtinai reiškia mažiau emocinės kančios.

Tačiau pačioje laikotarpio pabaigoje jau galima pastebėti ir šiek tiek už emocinio režimo ribų išeinančių naratyvų. Jie turi potencialą mažinti emocinę kančią, nes „sulaužo“ dirbtines tikslų konfliktų taisykles. 1982 m. pasirodo straipsnis, kuriame skatinamas aistringas pyktis, ginčijimasis remiantis emocijomis, taip suartinant individą su mylimuoju – taigi veikimas tampa ir emocionalus bei biologiškas, ir žmoniškas. Ties tėvų-vaikų ir mylimųjų emocijų hierarchijomis irgi publikuojami straipsniai, skatinantys pasiekti lygybę tarp šių skirtingų tikslų, nežeminti savo ar kitų emocijų, taip panaikinant tikslų konfliktą. Galiausiai Brežnevo eros pabaigoje publikuojamas ir straipsnis apie emocinio streso, neigiamų emocijų naudą sveikatai. Taigi, pačiais paskutiniais laikotarpio metais pastebima galimybė diskurso pokyčiui.

Griežto emocinio režimo fone svarbūs tampa emociniai prieglobsčiai, kuriuose įprastos emocinės normos yra atlaisvinamos, individai gali atsitraukti nuo dėl tikslų konfliktų patiriamos emocinės kančios. Kaip emocinį prieglobstį Reddy apibrėžia tiek įvairias slaptas organizacijas, tiek privatų bendrą supratimą, neformalų socialumą. Panašų reiškinį buvo galima aptikti ir vėlyvuoju sovietmečiu. Yurchak rašo apie buvimą „vne“ – buvimą vienu metu ir ideologijos viduje, ir išorėje. Tai gali reikšti būti konkrečiame kontekste, bet jo nepastebėti, atliekant tam tikrą praktiką būti savo mintyse, būti sistemos dalimi, bet nesilaikyti tam tikrų jos parametrų. Brežnevo laikotarpiu egzistavo įvairių gyvenimo būdų, praktikų, susibūrimų, kurių valstybė nekontroliavo (nors ir neintencionaliai įgalino). Lietuvoje taip pat egzistavo tokios buvimą „vne“ praktikos – pavyzdžiui, hipių judėjimas, bigbytas. Hipių judėjimas buvo nepatenkintas nustatytomis normomis, jas kvestionuojantis, bet vis dėlto sąmoningai nesipriešinantis režimui, svarbiausia buvo laisvės ieškojimas asmeniniame

gyvenime: „Nepaisant karo, atmintis apie ribas vis dar buvo stipri. Kasdienybėje tos ribos buvo peržengiamos, bet vis dar egzistavo, todėl „sidabrinis virpantis kodėl?“ liko aktualus: kodėl ribos? Kam jos? Ir hipsterių karta džiūgaudama peržengė tas ribas ir užsimetusi savo teritorinius kelionmaišius leidosi į keliones džiaugtis pasauliu, kuris buvo „voratinklis ir vėjas“²⁵⁶“. Kartais emociniu prieglobsčiu, pailsėjimu nuo emocinės kontrolės galėdavo tapti net psichiatrinės ligoninės: „Tai buvo durnynas – prisiimtas savo noru, gaunant dažnai grupę psichinio invalidumo, tau visam gyvenimui uždedamas antros grupės invalido šizofreniko antspaudas. Tu esi apsaugojęs nuo (sovietinės) sistemos ir sistema yra apsaugojusi nuo tavęs; sistema gali su tavim labai lengvai susidoroti, bet tu apsaugai save.“²⁵⁷ Taigi Brežnevo laikotarpiu emociniai prieglobščiai buvo daugiau naudojami asmeninės laisvės praktikavimui, poilsiui nuo emocinės kančios, kaip būdas lengviau išgyventi esamą režimą, o ne kaip pasipriešinimo, politinės transformacijos vieta.

Didžiausią svarbos akcentą dedant žmoniškumui, kultūrai, racionalumui, socialumui, su biologija, intuicija ir emocijomis gretinamos moterys yra marginalizuojamos, pavedamos vyriškumo kontrolei bei bene stipriausiai raginamos vykdyti griežtą savikontrolę. Moteris tampa atsakinga ne tik už savo, bet ir už vyro ir visos šeimos emocijas. Tokiu būdu gali susidaryti dviejų ar net daugiau tikslų konfliktas ir patiriama emocinė kančia. Taip pat reikšminga straipsnių dalis skatina moterų baimę, nerimą, susijusį su geismo valdymu, kas irgi gali sukelti įtampą tarp noro suartėti su partneriu, partnerio reikalavimų lytiniais santykiams ir baimės dėl nėštumo, sugadinto gyvenimo, gėdos. Gėdos svarba taip pat ypač akcentuojama moterims, ji pateikiama kaip natūrali ir prigimtinė. Didesnė kontrolė moterims pabrėžiama ir ties pykčiu, jos vaizduojamos tiek kaip linkusios labiau pyktį, tiek pabrėžiamas moters nusileidimo būtinumas. Taip pat emocinę kančią kelia jau minėtos įtampos tarp drovumo, išdidumo ir buvimo aktyvia seksualine partnere. Biologiniai argumentai naudojami išskirtinai pagrįsti lyčių skirtumus, nors kitur jie nėra matomi kaip esminiai. Nors tai daugiau patriarchalinės, o ne specifiškai Brežnevinio laikotarpio sistemos bruožai, galima pastebėti, kaip režimo deklaruojamos (moterų emancipacijos) vertybės neatitinka realios situacijos.

Išvados

Taigi, išanalizavus „Jaunimo gretų“ straipsnius 1965-1982 m. buvo išskirtas Aukštųjų žmoniškųjų emocijų ugdymo ir primityvių biologinių emocijų valdymo emocinis režimas ir jį produkuojantys savikontrolės, pedagogikos, medicinos ir mokslo bei meilės svarbos diskursai.

Žmoniškumo svarbai pabrėžti buvo naudojami palyginimai su gyvuliais, primityviomis bendruomenėmis, taip išaukštinant socialistinės visuomenės pažangą ir žmoniškumą. Pagrindžiant

²⁵⁶ Ainė Ramonaitė, Jūratė Kavaliauskaitė, and Valdemaras Klumbys, eds., *Kažkas tokio labai tikro: nepaklusnios sovietmečio visuomenės istorijos* (Vilnius: Aukso žuvys, 2015), 268.

²⁵⁷ *Ibid.*, 289.

biologinių emocijų valdymo svarbą naudojamos aukštingumo, stichijų metaforos. Vėliau išryškėjus pozityvesniam požiūriui ties emocijomis, pasitelkiamos kelrodžio, švyturio metaforos. Hierarchizuojant emocijas skirtingos metaforos naudojamos norint pabrėžti emocijų (ne)pageidaujamumą. Pageidaujamoms emocijoms naudojamos aukščio, dydžio, švaros, šviesos, turto metaforos, o nepageidaujamoms atvirkštinės – žemumo, mažumo, purvo, tamsos, skurdumo. Kovos metafora naudojama abiejų tipų emocijoms, nepageidaujamų atveju – kovojama prieš, o pageidaujamų už emocijas. Medicinos diskurse naudojamas medikalizuotas žodynas: nuodų, infekcijų, virusų metaforos, blogos emocijos įreminamos kaip neurozių, psichopatijos, patologijų šaltinių, o geros kaip vaistai, gydytojai. Pedagogikos diskurse dominuoja preskriptyvi gramatika – turėti, privalėti, būtina ir su išmokymu susiję terminai – sugebėti, mokėti, ugdyti, auklėjimas.

Šaltinių autorių profesijos ir kvalifikacijos atkartoja diskursus – daugiausia publikuojami gydytojų, pedagogų straipsniai. Vėliau, padidėjus emocijų svarbai, galima aptikti ir daug psichologų, psichoterapeutų straipsnių. Apie emocijas daug diskutuojama ir skaitytojų laiškuose, dažnai jie pasižymi net griežtesniu kontrolės, pedagogikos, dorovės akcentavimu. Pavyzdžiui, jei straipsnių autoriai į geismą, siejamą su meile, žiūri jau pozityviau, tai tarp skaitytojų dar ilgai dominuoja gėda ir kuklumu paremti naratyvai. Tiesa, kartais pasirodo ir labai laisvų ir nuo normos nukrypstančių skaitytojų pasisakymų, pavyzdžiui, ginant „laisvąją meilę“, bet į vieną tokį laišką, išpublikuojama didžiulis kiekis atsakymų, kurį tokį požiūrį pasmerkia.

Medžiaga išsiskyrė dideliu dėmesiu meilei. Meilė emociniam režimui reikalinga kaip jo pažangos, modernumo įrodymas. Taip pat tai gali būti būdas spręsti kylančias demografinės problemas, didėjančių skyrybų skaičių ir mažėjančių gimstamumą.

Aukštųjų žmoniškųjų emocijų ugdymo ir primityvių biologinių emocijų valdymo emocinis režimas įtvirtina patriarchalinius santykius, sugretindamas moteris su žemosiomis biologinėmis emocijomis, o vyrus su protu, racionalumu ir aukštosiomis, socialinėmis emocijomis. Kaip užimantys žemesnę padėtį dėl nesugebėjimo kontroliuoti emocijų matomi ir paaugliai, dėl ko vyksta intensyvus emocijų mokymas švietimo įstaigose.

Analizuotas emocinis režimas, nepaisant tiesioginių griežtų represijų nebuvimo, suprantamas kaip daugiau griežtas nei laisvas. Toks vertinimas remiasi negalėjimu veikti pagal neaiškias, neracionalias emocijas. Tai įrodo didelė racionalios savikontrolės svarba, modernių disciplinarinių praktikų pasitelkimas, gėdos kaip bausmės instrumentalizavimas, aktyvus teisingų emocijų diegimas per pedagogiką, siauras emotyvų repertuaras. Taip pat svarbus nuolatinis savęs ir kitų stebėjimas, normų atitikimų tikrinimas. Didelę įtaką šiam vertinimui daro ir dirbtinai sukelti tikslų konfliktai, vedantys į emocinę kančią. Daugiau tokių konfliktų sukelia moterims ir per emocinio režimo strategijas reprodukuojama patriarchalinė tvarka. Didelę dalį šių konfliktų sukelia medicinos diskursas, kadangi sveikata universaliai suprantama kaip vienas iš pagrindinių aukšto lygio tikslų

(pvz., sveikatos išsaugojimo tikslai naudojamas sukeliant tikslų konfliktą ir emocinę kančią ir fizinėse bausmėse, kankinimuose). Medicinos diskursas įrėmina nepageidaujamas emocijas kaip kenkiančias sveikatai, o pageidaujamas kaip sveikatą gerinančias, tokiu būdu jaučiant nenormines emocijas, jaučiama įtampa ir emocinė kančia dėl sveikatos.

Kaip pabėgimas iš griežto emocinio režimo susikuria emociniai prieglobsčiai, kaip, pavyzdžiui, hipių, kuriuose praktikuojama individuali emocinė laisvė, pailsima nuo emocinės kančios, tačiau neformuojamas pasipriešinimas, politinė transformacija.

Šis emocinis režimas matomas kaip nepatvarus ilguoju laikotarpiu dėl bandymo ignoruoti žmogaus prigimtį ir emocinių aktyvacijų gebėjimą individui primesti nenumatytus ir nenorimus pokyčius. Intensyviai diegiant emotyvus, pvz., „aš jaučiuosi ramus“, individai gali pastebėti, kad iš tiesų ramūs nesijaučia, o gal kaip tik jaučia intensyvią pyktį. Todėl ignoruojant tokią žmogaus specifiką, pedagogika ar kontrolė ilgainiui gali neveikti.

Laikotarpio pabaigoje buvo pastebėti galimi emocinio režimo kismo požymiai. Nauji naratyvai panaikina dirbtines tikslų konfliktų taisykles – skatinamas aistringas pyktis, ginčijimasis remiantis emocijomis, tarp artimųjų skatinama emocijų lygybė, o ne absoliutus pasiaukojimas, pristatoma neigiamų emocijų naudą sveikatai.

Vis didėjantis dėmesys psichologijai, emocijoms, savianalizei gali būti suprantamas kaip modernybės bruožas. Nors ties Sovietų Sąjungos modernumu egzistuoja nemažai diskusijų, modernybės bruožai vis dėlto matomi. Kaip ir kalbant apie modernybę bendrai, toks emocinis modernumas gali būti įvardijamas būtent savotišku modernumu – su modernybės bruožais ir Sovietine specifika, kuri nebūtinai pažada didesnę laisvę ar individualybę kaip Vakarietiška modernizacija.

Darbe egzistuoja ir tam tikrų ribotumų. Norint geriau suprasti emotyvų veikimą ar neveikimą reikėtų tirti skirtingus šaltinius (žiniasklaidos, biografinius, dokumentus, dienoraščius). Kadangi darbo apimtis nedidelė, liekama tik prie vieno, labiau viešąjį diskursą demonstruojančio šaltinio.

Svarbu paminėti, jog darbo autorė neišsina už šiandieninio diskurso ribų, todėl tikėtina, jog kai kurios kultūrinės reikšmės nebuvo užfiksuotos, o interpretacija daroma iš šiuolaikinės, nepriklausomos Lietuvos perspektyvos. Vilius Ivanauskas teigia, kad „sovietmečio tyrimai Lietuvoje neatsiejami nuo nacionalinio diskurso, lemiančio ne tik temų problematiškumą, bet ir išankstinį jų interpretacijų vertybiškumą, kuris neleidžia į sovietinės sistemos procesus pažvelgti giliau ir nešališkai.“²⁵⁸ Tokiu ribotumu pasižymi ir šis darbas.

²⁵⁸ Vilius Ivanauskas, "Sovietmečio laimėjimai Lietuvoje ir jų interpretacijos: nomenklatūros veiklos vertinimas nacionaliniu aspektu." *Darbai ir dienos* 52 (2009), 105-119.

Literatūros sąrašas

- Adler-Nissen, Rebecca, Katrine Emilie Andersen, and Lene Hansen. "Images, Emotions, and International Politics: The Death of Alan Kurdi." *Review of International Studies* 46, no. 1 (2020): 75–95.
- Austin, J. L. *How to Do Things with Words*. Oxford: Oxford University Press, 1962.
- Barnett, Douglas, and Hilary Horn Ratner. "The Organization and Integration of Cognition and Emotion in Development." *Journal of Experimental Child Psychology* 67, no. 3 (1997): 303–316.
- Beattie, Amanda Russell, Clara Eroukhmanoff, and Naomi Head. "Introduction: Interrogating the 'Everyday' Politics of Emotions in International Relations." *Journal of International Political Theory* 15, no. 2 (2019): 136–147.
- Bilgic, Ali, and Athina Gkouti. "Who Is Entitled to Feel in the Age of Populism? Women's Resistance to Migrant Detention in Britain." *International Affairs* 97, no. 2 (2021): 483–502.
- Bless, Herbert, et al. "Mood and the Use of Scripts: Does a Happy Mood Really Lead to Mindlessness?" *Journal of Personality and Social Psychology* 71, no. 4 (1996): 665–679.
- Clore, Gerald L., and W. Gerrod Parrott. "Cognitive Feelings and Metacognitive Judgments." *European Journal of Social Psychology* 24, no. 1 (1994): 101–115.
- Ekman, Paul, and Wallace V. Friesen. "Constants across Cultures in the Face and Emotion." *Journal of Personality and Social Psychology* 17, no. 2 (1971): 124–129.
- Evans, Christine. "The 'Soviet Way of Life' as a Way of Feeling: Emotion and Influence on Soviet Central Television in the Brezhnev Era." *Cahiers du monde russe* 56, nos. 2–3 (2015): 543–569.
- First, Joshua. "Making Soviet Melodrama Contemporary: Conveying 'Emotional Information' in the Era of Stagnation." *Studies in Russian and Soviet Cinema* 2, no. 1 (2008): 21–42.
- Fitzpatrick, Sheila, and Alf Lüdtke. "Energising the Everyday." In *Beyond Totalitarianism: Stalinism and Nazism Compared*, edited by Michael Geyer and Sheila Fitzpatrick, 266–301. Cambridge: Cambridge University Press, 2008.
- Foucault, Michel. *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*. Translated by Alan Sheridan. New York: Vintage Books, 1995.
- Giddens, Anthony. *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford, CA: Stanford University Press, 1991.
- Heaney, Jonathan G. "Emotion as Power: Capital and Strategy in the Field of Politics." *Journal of Political Power* 12, no. 2 (2019): 224–244.
- Hochschild, Arlie Russell. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*. Berkeley: University of California Press, 1983.
- Ivanauskas, Vilius. "Sovietmečio laimėjimai Lietuvoje ir jų interpretacijos: nomenklatūros veiklos vertinimas nacionaliniu aspektu." *Darbai ir dienos* 52 (2009): 105–119.
- Izard, Carroll E. *The Psychology of Emotions*. New York: Springer, 1991.
- James, William. "The Emotions." In *Essays in Radical Empiricism*. New York: Longmans, Green and Co., 1922.
- Koschut, Simon. "Appropriately Upset? A Methodological Framework for Tracing the Emotion Norms of the Transatlantic Security Community." *Politics and Governance* 6 (2018): 125–137.
- Koschut, Simon. "Can the Bereaved Speak? Emotional Governance and the Contested Meanings of Grief after the Berlin Terror Attack." *Journal of International Political Theory* 15, no. 2 (2019): 148–166.

- Klumbys, Valdemaras, and Tomas Vaiseta. *Mažasis o: seksualumo kultūra sovietų Lietuvoje*. Vilnius: Baltos lankos, 2022.
- Klumbytė, Neringa. *Autoritarinis juokas: politinis humoras ir sovietinė distopija Lietuvoje*. Vilnius: Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras, 2024.
- Lazarus, Arnold A. "Multimodal Therapy." In *Handbook of Psychotherapy Integration*, 105–121. 1976.
- Lodge, Milton, and Charles Taber. "The Automaticity of Affect for Political Leaders, Groups, and Issues." *Political Psychology* 26 (2005): 455–482.
- Lutz, Catherine A. *Unnatural Emotions: Everyday Sentiments on a Micronesian Atoll and Their Challenge to Western Theory*. Chicago: University of Chicago Press, 1988.
- Madsen, Ole Jacob. *The Therapeutic Turn: How Psychology Altered Western Culture*. London: Routledge, 2014.
- Marcinkevičienė, Dalia. "Romantinė meilė kaip (sovietinė) socialinė politika." *Colloquia* 21 (2009).
- Marcus, George E., and Michael B. Mackuen. "Anxiety, Enthusiasm, and the Vote." *American Political Science Review* 87, no. 3 (1993): 672–685.
- Mercer, Jonathan. "Rationality and Psychology in International Politics." *International Organization* 59, no. 1 (2005): 77–106.
- O'Rourke, Paul, and Andrew Ortony. "Explaining Emotions." In *Consciousness and Emotion in Cognitive Science*, 229–269. London: Routledge, 1998.
- Oatley, Keith. *Best Laid Schemes: The Psychology of the Emotions*. Cambridge: Cambridge University Press, 1992.
- Oberländer, Andrea. "To Be a Woman Is Hard Work." *L'Homme* 32, no. 2 (2021): 79–96.
- Pearlman, Wendy. "Emotions and the Microfoundations of the Arab Uprisings." *Perspectives on Politics* 11, no. 2 (2013): 387–409.
- Pierce, Jonathan J. "Emotions and the Policy Process." *Policy & Politics* 49, no. 4 (2021): 595–614.
- Plamper, Jan. *The History of Emotions: An Introduction*. Oxford: Oxford University Press, 2015.
- Plutchik, Robert. "A General Psychoevolutionary Theory of Emotion." In *Emotion: Theory, Research and Experience. Vol. 1*, edited by Robert Plutchik and Henry Kellerman, 3–33. New York: Academic Press, 1980.
- Putnaitė, Nerija. "Being Soviet and Lithuanian." *Journal of Baltic Studies* 54, no. 2 (2023): 223–241.
- Ramonaitė, Ainė, Jūratė Kavaliauskaitė, and Valdemaras Klumbys, eds. *Kažkas tokio labai tikro: nepaklusnios sovietmečio visuomenės istorijos*. Vilnius: Aukso žuvys, 2015.
- Reddy, William M. *The Navigation of Feeling*. Cambridge: Cambridge University Press, 2001.
- Rosaldo, Michelle Zimbalist. *Knowledge and Passion*. Cambridge: Cambridge University Press, 1980.
- Russell, Tamanna M. Shah. "Emotions in Politics." *International Political Science Abstracts* 74, no. 1 (2022): 1–14.
- Schick, Kate. "Emotions and the Everyday." *Journal of International Political Theory* 15, no. 2 (2019): 261–268.
- Schwarz, Norbert, and Gerald L. Clore. "Mood, Misattribution, and Judgments of Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* 45, no. 3 (1983): 513–523.
- Shalin, Dmitri N. "Soviet Civilization and Its Emotional Discontents." *International Journal of Sociology and Social Policy* 16, no. 9/10 (1996): 21–52.

- Stone, Martin. “Italian Fascism’s Wartime Enemy and the Politics of Fear.” In *Facing Fear*, edited by Michael Laffan and N. M. Weiss, 114–132. Princeton, NJ: Princeton University Press, 2012.
- Verbalyte, Monika, and Jogilė Ulinskaitė. “Emotions and Political Regimes.” In *Research Handbook on the Sociology of Emotion*, 151–172. Cheltenham: Edward Elgar, 2024.
- Vinogradnaitė, Inga. *Diskurso analizė kaip politikos tyrimo metodas*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2006.
- Vaiseta, Tomas. *Nuobodulio visuomenė: vėlyvojo sovietmečio Lietuva (1964–1984)*. Daktaro disertacija, 2012.
- Yurchak, Alexei. *Everything Was Forever, Until It Was No More*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 2006.
- Zajonc, Robert B. “Feeling and Thinking.” *American Psychologist* 35, no. 2 (1980): 151–175.
- Zhang, Chang, and Zi Wang. “Despicable ‘Other’ and Innocent ‘Us’.” *Humanities and Social Sciences Communications* 10, no. 1 (2023): 1–11.

SUMMARY

This paper examines the inculcation of emotions during the Brezhnev era in Soviet Lithuania through the analysis of the magazine “Jaunimo gretos”. The object of the research is the emotion regime and its discourses, while the research problem concerns how emotions were constructed, regulated, and normalized as part of political governance in the late Soviet period during the transition from totalitarianism to authoritarianism.

The main aim of the thesis is to reveal how emotions functioned as an instrument of political power and ideological control during the Brezhnev era, allowing the Soviet regime to regulate everyday life not primarily through administrative or repressive means, but through discourse and emotional norms. To achieve this aim, the thesis sets several objectives: to present and systematize theoretical approaches to emotions, emotional regimes, and emotives, to apply these concepts to the analysis of Soviet media discourse; to identify the dominant emotional norms promoted in “Jaunimo gretos”; and to examine the dynamics and specificity of the Brezhnev-era emotional regime.

The central research questions guiding the study are: how were desirable emotions defined and promoted in Soviet media; what emotional norms and hierarchies were constructed; and how these norms sought to shape individual subjectivity and private life. The conclusion of the research is that, despite the mitigation of repressions, the emotional regime remained predominantly strict and controlling, relying on internalization rather than overt coercion.

The analysis focuses on several key discourses through which emotions were inculcated: self-control, pedagogy, medicine and science, and romantic love. The findings demonstrate that emotions were hierarchized according to their perceived social and “human” value, with “higher,” socially

oriented emotions being promoted and “lower,” biologically framed emotions being disciplined and regulated. The study concludes that the Brezhnev-era emotional regime was more restrictive than permissive, as it sought to shape not only public behaviour but also private feelings and inner emotional life.

The thesis contributes to the study of Soviet history and the sociology of emotions by highlighting the importance of emotional governance in late socialism and by providing an empirically grounded analysis based on Lithuanian material. It demonstrates that emotions were a central component of ideological control and offers insights relevant to broader discussions of power, subjectivity, and emotional regulation in authoritarian regimes.