

## **HIRMU ALLIKAD JA TAGAJÄRJED**

*Jaanus Harro, meditsiinidoktor, Tartu Ülikool*

Emotsioonid on ammu fülogeneesis tekkinud ja selleks, et aidata meil kiiremini – mõttest kiiremini – kõige elava, liigi ja iseenda poolt õpitud omaks võtta ja kasutada. Hirm kuulub ehedamate, ürgsemate, siiramate, sirgjoonelisemate emotsioonide hulka.

Kust tuleb hirm? Nii teadvustatud kui teadvustamata psüühika tekib ajus, ning kuigi vahel võib kops üle maksa minnes ajule mäkra mängida ja meie meeltele väga sisenduslikke sõnumeid saata, loeb ikkagi pea. Muidugi me õpime hirme. Kuid me ei õpi hirmu tundma. Võime hirmu tunda on kaasa sündinud. Ajus on närvirajad, imetajail põhimõtteliselt ühesugused, mille ärgastumine vallandab hirmu. Nende algus on sügaval, nn vanades ajuosades, Paul MacLeani'i nn kolmetise aju limbilises vahevöös. Hirmurada kulgeb mandelkeha keskse tuuma ja keskaju ajuveejuha ümbritseva hallaine vahel. Nende ajalade – mandelkeha kesksete ja külgmiste tuumade, hüpotaalamuse eesmise ja mediaalse (keskteljelähedase) osa ja ajuveejuhaümbrise hallaine – otsene elektriline või farmakoloogiline, nüüdisajal ka optogeneetiline ärritamine kutsub esile hirmuhoo, sõltumata looma või inimese tahtest. Mõne asja ees oleme rohkem ette valmis hirmu tundma. Teiselt poolt, kuigi võime hirmu tunda on kaasasündinud, õpime ka ise tõsiste ebameeldivustega seotud muidu täiesti neutraalseid nähtusi kartma.

Inimese ajus seostub ürgse hirmuringe talitus fülogeneetiliselt uute kognitiivsete protsessidega. Ürgne hirmuringe tõmbab endaga kaasa vaimsed protsessid fantaasiaküllasel viisil, milles pole nähtavat ratsionaalsust. Meie ajju on ladestunud palju kasutamata kujundeid, mis sageli ei ole pärit meie enda elust.

Milleks hirm? Kes kardab, võib pääseda. Kes pääseb, päästab enda ja enda järeltulijad. Põgenemiseväljapääsu leidmisel teotseb vaim hirmu ajal kadestamisväärse energiaga, mis kaalutlevale vaimule kättesaamatu.

Hirmu tunda pole ainus viis edukas olemiseks. Hirm pärsib ettevõtlikkust. Väljapääsmatus olukorras närvutab hirm subjekti aktiivse printsiibi. Igaühe hirm on osake suurest maailmahirmust, mis tuleb koju kätte üha kiiremini. Sellest räägime veidi pikemalt.

Kääriku Metsaülikoolis 17. augustil 2017 – Jaanus Harro, *Hirmu allikad ja tagajärjed*

Soovitatav edasiseks lugemiseks:

Jaak Panksepp, *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*. Oxford University Press 1998.