"Yuxular insana Allahı xatırladır"

Yuxu həyatın tərs üzüdür. Bizim hər gün rastlaşdığımız insanların, hadisələrin o üzü. Burada zaman yoxdur. Şüurumuzun qaranlıq guşələrinə düşən bir qırıq işıqdır yuxu. O işığın içində tez-tez xatırladığımız, unuda bilmədiyimiz, hər gün düşüncəmizin küçələrində əli cibində veyil-veyil dolaşan adamlar yaşayır. Yuxudakı xatirələr, düşüncələr, əzablar, sevgilər, xəyallar, ümidlər bizim o biri dünyamızın sakinləridir. Yuxu bizi sarsıda da bilər, sevindirə də. Bəzən beynimizin içində eynən çöl boyu yüyürən atlar sayaq insanların xatirələrinin axını olur. Bu kütləvi axını bizə yuxular göstərir, qırıq-qırıq, zəif ssenaridə, montajı olmayan film kimi. Məşhur psixoanaliz Ziqmund Froyd yuxular haqqında "Yuxuların yozumu" kitabını yazmışdır. Froyda görə, yuxular bizim şüurumuzda mövcud olan həyatımızdır.

"Yuxu qapısı" rubrikasının bu dəfəki qonağı jurnalist, publisist Qurban Yaquboğludur. Adalet.az müsahibəni təqdim edir:

- Froyda görə, yuxu mənasız bir şey deyil, sıxışdırılmış arzuların təhrif olunmuş, pərdələnmiş şəkildə gerçəkləşməsidir.- Sizin fikriniz necədir?

- Doğrusu, mən yuxularla bağlı Freyd nəzəriyyəsini tam şəkildə qəbul eləməyə çətinlik çəkirəm. Bəzi yuxular keçmişlə, reallaşmayan arzularla, qorxularla, travmalarla bağlı ola bilər. Ancaq bu, röyaların gerçək mənasını tam əhatə eləmir.

Yuxuların informasiya yükü barədə tez-tez iddialar irəli sürülür. Yəni hansısa yuxuda gələcəklə əlaqəli şifrəli informasiyaların olduğu deyilir. Mən bu sonuncu tezisi qəbul edirəm. Yuxu mənzərələri çox zaman simvolik xarakter daşıyır və onun dilini ya yaxşı yuxuyozanlar, ya da həmin yuxunu görənlər bilir. Yuxular sirli aləmdi...

Yuxuların başqa bir missiyası da var, zənnimcə. Bizə güc qazandıran mənzərə açmaq, mənə və hikmət vermək missiyasını nəzərdə tuturam...

- Yuxularınız həyatınıza necə təsir göstərir, yəni gördüyünüz yuxuya görə planlarınızı qurursunuz?

- Mən özüm hərdən yuxularıma təsir göstərməyə cəhd edirəm. Ya arzuladıqlarımı röyada görmək, ya da hansısa problemlə bağlı çıxış yolu aramaq üçün "yuxu xidməti"ndən istifadə eləməyə can atıram. Doğrusu, bu, məndə nadir hallarda da olsa alınır. Heç bir vaxt tam şəkildə yuxuların təsiri altına düşmürəm, bu məsələdə mənə özünümüdafiə instiktləri də kömək eləyir. Bizim əsl gerçək həyatımız oyaq zamanda keçir.

- Yuxudan sonra onun yozumları haqda baş sındırırsız?

- Təbii, düşünürəm. Yuxuların güclü təsir dövrü, adətən, günortaya qədər çəkir, uzağı axşama kimi. Hərdən gecənin özündə, görünən kimi unudulan yuxular da olur. Təsirli yuxular görəndə bir qədər baş sındırıram. Yeri gəlmişkən, yuxuda təsir faktoru nəyin əsasında formalaşır, bu da maraqlıdı - yuxunun rəngi, inandırıcılıq dərəcəsi, qəribəliyi, insanın içindəki hansısa mövzuyla üst-üstə düşməsi?.. Mən elə də zərərli yuxu görən adamlardan deyiləm.

- Yuxuların mistik hadisə olduğuna inanırsınızmı?

- Bəli, belə bir inanca sahibəm. Ümumiyyətlə, insanın və dünyanın mistik tərəfləri haqda mənim şüurumda oturuşmuş fikirlər var, mənə elə gəlir, bunsuz həyatın, dünyanın mənası olmazdı. Demirəm, hər yuxu mistik bir mesajdı, onun şifrəsini təcili açıb oxumalısan. Nəyi oxuya bilirsənsə - oxuyursan, nəyi oxumaq məsləhət deyil - göndərən onu daha qalın örtük altda gizlədib. Yuxu, röya insan həyatının bir hissəsidi, onu heçə sayan, yuxusuz-hissiz yaşayan insanların mövcudluğuna inana bilmirəm. Lap belələri olsa da...

- Gördüyünüz yuxular çin olurmu, ya da əksinə?

- Yuxuların bəzisi dərhal, yəni həmin gün, bəzən də gec çin çıxır. Olub ki, hansısa mənzərəylə qarşılaşanda onu illər əvvəl yuxuda gördüyümü xatırlamışam. Bəzi yuxularsa məndə xoş təəssürat yaratmaqla ötüb keçir. Hər yuxunun öz missiyası olur yəqin... Mənasız, qat-qarış yuxuların hardan qaynaqlandığını, hardan gəlib hara getdiyini isə bilmirəm.

- Həyatınızda gördüyünüz ən yadda qalan yuxu və ən gözəl yuxu hansılardır?

- Belə yuxular olub. Məsələn, birini 6-7 yaşımda görmüşəm, onu yazılarımın birində vermişəm də. Kiçik qardaşımla bağlı yuxuydu. Sonuncu unudulmaz yuxumu 2-3 il qabaq gördüm. Zahirən adi, qısa bir yuxuydu - bəyaz göyərçin sinəmə girdi və ağrı verdi. Bu yuxu çin çıxdı.

- Bəzi adamlar yuxuda ağ-qara filmə baxırlar. Bunun səbəbi hələ bilinmir. Amma alimlər bildirir ki, insanların 12 faizi ağ-qara yuxu görür. Siz necə düşünürsünüz?

- Yox, yuxuda filmə baxmamışam. Amma yuxularımın çoxu ağqaradı.

- Hansı doğmanızı daha çox yuxuda görürsünüz?

- Anam dünyasını dəyişəndən sonra uzun müddət yuxumdan çəkilmədi, müəyyən fasilələrlə olsa da uzun zaman mənə əzab gətirdi. Mənim ən mürəkkəb, izahı çətin yuxu serialım budu.

Anamla bir yerdə yaşamırdıq. Mən 8-ci sinifdən evimizdən ayrılmışam. Orta məktəbin son iki ilini başqa kənddə, əsgərlikdən öncəki bir ili Sumqayıtda qalmışam. Əsgərlikdən sonra bir ili ailəmizlə keçirdim, vəssalam. Bəs nə üçün anam mənim yuxumdan çıxmırdı? Bunun mənası, alt-üst anlamı nəydi, şüurumun dərin qatına çökmüş ağrılı yaşantılar niyə məhz anam dünyadan köçəndən sonra ard-arda röyada üzə çıxdı? Bu ağrıların dözülməzliyi hardan qaynaqlanırdı? Məncə, bu yuxu - necə deyərlər - tək mənim şüuruma, psixikama, bütövlükdə mənim varlığıma bağlı deyildi. Burda anamın mənə münasibətində də nələrsə vardı, qəliz tərəf həm də budu.

- Yunan filosofu Heraklın yuxu haqda məşhur bir sözü var: " Oyanıq olan insanlar üçün tək bir dünya var. Yuxuda olanların isə hər birinin ayrı bir aləmi var, onun içində hey fırlanırlar". Siz necə fikirləşirsiniz?

- Yuxuyla gerçəkliyi ayrı-ayrı sferalar kimi götürməyin tərəfdarı deyiləm. Bunlar biri-birinin davamıdı, biz çox zaman yuxulardan həyat və yaşamaq gücü alırıq, bəzən bunun tərsi də olur. Hər halda insan yaşamının mühüm hissəsi gecələrə, uyumağa və yuxulara bağlıdı. Biz gecələr şüurumuzda yaradır, tapşırıq alır və ya özümüz özümüzə iş müəyyənləşdirir, gündüzlər onu icra edirik. İnsan yalnız yuxuda başqa aləmlə - təbii üsulla - əlaqəyə girməyə nail olur. Yalnız bəsit insanlar maraqlı yuxu görə bilməzlər, onlara heç tapşırıqlar da verilmir.

- Sizə görə yuxularımız həqiqətə çatdırır bizi?

- Yuxularımız bizə çoxlu mənzərə göstərir, bizi müxtəlif situasiyalara salır. Bir sözlə, yuxulardan mesajlar alırıq. Ayıb yuxular da olur. Həyatda yaşamaq istədiyin, istəmədiyin vəziyyətlərlə də qarşılaşırsan. Yalançı yuxularımı mən tanıyıram, düzü... Məncə, yuxular insana özünü anlamağa kömək edir. Ən əsası Allahı xatırladır.

Oğuz Ayvaz

Təsisçi və baş məsləhətçi: Aqil ABBAS
Baş redaktor: İradə TUNCAY

Qəzet "Ədalət" qəzetinin bilgisayar mərkəzində yığılıb səhifələnmiş və "Azərbaycan" nəşriyyatında ofset üsulu ilə çap edilmişdir.

Müəlliflərin mövqeyi ilə redaksiyanın mövqeyi üst-üstə düşməyə bilər.

KAPİTAL Bankın 1saylı Nəsimi rayon filialı.
kod: 200112 h\h
Müxbir hesab: 0137010001994
S.W.I.F.T. Bik: AIIBAZ 2x hesab N: 38070019411100451111 VÖEN: 1300456161
İndeks:0107 Qeydiyyat nömrəsi 100